



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved



ภาคผนวก ก  
ประวัติครุมวยผู้ให้ข้อมูล

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

## क्रमव्यक्त 1

ชื่อ – นามสกุล : นายเขียน ญาติกา  
 เพศ : ชาย อายุ : 67 ปี  
 เชื้อชาติ : ไทย สัญชาติ : ไทย  
 ฉายาในการชก : ล้อเหล็ก ร.ฟ.ท

นายเขียน ญาติกา เป็นคนเมื่องน่าน ตอนเด็กไปเรียนหนังสือ ที่อำเภอ เด่นชัย และได้เริ่มชกมวยตั้งแต่เด็กตามงานต่าง เพื่อที่จะหาเงินมาเป็นค่าขนมไปโรงเรียน เริ่มชกมวยมา ตั้งแต่อายุประมาณ 12 ปี เป็นนักมวยที่มีความสามารถในการชก สามารถชนะคู่ต่อสู้ได้ตลอด พออายุได้ประมาณ 18 ปีก็ได้ได้เดินชกมวยในงานต่างๆ ตามภาคเหนือที่มีการจัดขึ้น ก็ชนะคู่ต่อสู้ ในภาคเหนือ เนื่องจากเป็นนักมวยที่มีความสามารถ

หลังจากนั้นทางกรรรถไฟก็รับเข้าไปทำงาน ในสถานีรถไฟ และได้ฝึกซ้อมในค่ายของกรรรถไฟ ก็ได้ฉายาในการชกว่า ล้อเหล็ก ร.ฟ.ท ไปชกตามที่ต่างๆ จนได้รับความยกย่องว่าเป็นนักมวยที่เก่งคนหนึ่ง ในภาคเหนือในสมัยนั้น นายเขียน ชกมวยประมาณ 18 ปี ชกตามงานต่างๆ ในภาคเหนือ และค่ายมวยที่จัดแข่งขัน หลังจากเลิกจากการชกมวย ก็ได้สอนมวยในค่ายของสถานีรถไฟ หลังจากนั้นก็ได้กลับไปบ้านที่จังหวัดน่าน เปิดค่ายมวยของตนเอง และรับจัดมวยตามงานต่างๆ

ปัจจุบันก็ได้รับเชิญตามโรงเรียนต่างๆ ในจังหวัดน่าน ไปสอนในวิชามวยไทยล้านนา และสอนดนตรีโบราณในโรงเรียนต่างๆ ในจังหวัดน่าน และได้ให้นักเรียนไปแสดงศิลปะมวยไทยล้านนา และการแต่งกายได้ค้นคว้า สาม ของประเทศ ปัจจุบัน นายเขียน มีสุขภาพแข็งแรงไม่มีการเจ็บป่วยแต่อย่างใดหลังจากการชกมวย

## กรณีศึกษาที่ 2

ชื่อ – นามสกุล : นายนิค ปิงเมือง  
 เพศ : ชาย อายุ : 58 ปี  
 เชื้อชาติ : ไทย สัญชาติ : ไทย  
 ฉายาในการชก : เพชรค้างลูกพะเยา

นายนิค ปิงเมือง เป็นคนเมื่อพะเยา เริ่มเรียน ชกมวยตั้งแต่อายุ 12 ปี และได้ชกตามงานวัดต่างๆ ที่จัดขึ้นตามหมู่บ้าน ในการชกมวย นายนิค เป็นนักมวยที่มีลูกไม้ในการชก จึงทำให้ตนเองมาชกมวยอย่างจริงจัง และได้เงินก็ส่งตัวเองเรียนหนังสือ ซึ่งสมัยนั้นมวยของพะเยากำลังดัง นายนิค ชกมวยจนส่งตัวเองเรียน และได้รับฉายาในการชก เพชรค้างลูกพะเยา หลังจากได้ไปเรียนที่กรุงเทพฯ ก็ยังชกมวยตามเวทีต่างๆ ในกรุงเทพฯ จนส่งตัวเองเรียนจบ

หลังจากนั้นก็กลับมาเป็นครูสอนและชกมวยไปด้วย นายนิค ชกมวยจนอายุถึง 28 ปี และหลังจากนั้น ก็ได้เปิดค่ายมวยเป็นของตนเอง จนถึงปัจจุบัน

ปัจจุบันนายนิค ทำงานเป็น รองนายกเทศมนตรี เมื่อพะเยา ยังมีสุขภาพแข็งแรง ไม่มีการเจ็บป่วยแต่อย่างใดหลังจากการชกมวย

### क्रमव्यक्त 3

ชื่อ – นามสกุล : นายสมเกียรติ พุดเนียม  
 เพศ : ชาย อายุ : 60 ปี  
 เชื้อชาติ : ไทย สัญชาติ : ไทย  
 ฉายาในการชก : คอยเกียรติลูกผาคำ

นายสมเกียรติ พุดเนียม เป็นคนอุตรดิตถ์ เริ่มชกมวยตามเพื่อน ตั้งแต่อายุ 10 ชกมวยตามเพื่อน และชกตามงานต่างๆ ที่จัดการแข่งขันมวย นายสมเกียรติ ชกมวยประมาณ 12 ปี และได้รับฉายาในการชกว่า คอยเกียรติลูกผาคำเป็นนักมวยที่มีการชกสวยงาม ชกมวยและได้ส่งตัวเองเรียนหนังสือจนจบ

หลังจากนั้นก็ได้รับราชการ และสอนมวยด้วย รับราชการ ประมาณ 22 ปี ก็ได้ลาออกมาสอนมวยอย่างเดียว

ปัจจุบัน นายสมเกียรติ ( หรือ ครู้อย ) สอนมวยไทยที่ศูนย์กีฬา วัดเกตุดำ ค่ายมวย ชายใหญ่ อิม สอนมวยมาประมาณ 35 ปี นักมวยที่สอน เป็นชาวไทย และส่วนมากจะเป็นนักมวยต่างชาติที่มาเรียน

ปัจจุบันยังมีสุขภาพแข็งแรง อาการเจ็บปวดหลังการชกมวยไม่มี



ภาคผนวก ข  
คำศัพท์ของมวยไทยที่ใช้ในการชก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

## คำศัพท์ของมวยไทยที่ใช้ในการชก

จุด	หมายถึง	การตั้งท่าเตรียมต่อสู้
เหลี่ยม	หมายถึง	การเบนตัวเพื่อหาจังหวะใช้ลูกไม้
วงนอก	หมายถึง	การใช้ลูกไม้แบบห่างตัว หรือเบนเหวี่ยง
วงใน	หมายถึง	การใช้ลูกไม้แบบชิดตัว
สับเท้า	หมายถึง	การเคลื่อนที่ไปข้างหน้า
เหวี่ยง	หมายถึง	การหมุนตัวทางเบน( แนวนอน )
เดินมวย	หมายถึง	การบุกเข้าหาคู่ต่อสู้
แม่ไม้	หมายถึง	การใช้อาวุธต่างๆ ทำการต่อสู้ คือ หมัด ศอก เข่า เท้า
ลูกไม้	หมายถึง	การพริกแพลงแม่ไม้ในการต่อสู้ ในลักษณะต่างๆ
ไม้ตาย	หมายถึง	การใช้ไม้มวยที่คู่ต่อสู้ไม่สามารถแก้ทางมวยได้
หงายมือ	หมายถึง	หงายฝ่ามือขึ้น หลังมือลง
คว่ำมือ	หมายถึง	คว่ำฝ่ามือลง หลังมือขึ้น
อัด	หมายถึง	ดัน กด ด้วยไม้มวย
ตะแคง	หมายถึง	การเอียงตัวไปทางขวา หรือทางซ้าย
เฉียง	หมายถึง	การเฉียงของเหลี่ยมตัว
ถอย	หมายถึง	การถอยหลังรับ ไม้มวยคู่ต่อสู้
ที่หมาย	หมายถึง	จุดที่จะใช้ไม้มวย เพื่อหวังผลที่จะเอาชนะได้
กลับขวา	หมายถึง	กลับซ้าย การหมุนตัวกลับหลัง ไปทางด้านขวา หรือด้านซ้าย
ศอกหลัง	หมายถึง	การใช้ศอกตีกระทุ้งไปด้านหลัง
เปิดว่าง	หมายถึง	ช่องว่างของคู่ต่อสู้ ที่สามารถใช้ลูกไม้ได้ง่าย
คู่ต่อสู้	หมายถึง	ฝ่ายตรงข้ามที่ต่อสู้ด้วย
ข้าง	หมายถึง	ข้างบน ข้างล่าง ข้างหน้า ข้างหลัง ข้างขวา ข้างซ้าย
ควง	หมายถึง	การใช้มือควง
จังหวะ	หมายถึง	โอกาสอันเหมาะสม ในการใช้ไม้มวย
เตะ	หมายถึง	การเหวี่ยงเท้าด้วยแรงหมุน
ดีด	หมายถึง	การสะบัดเท้าออกไป เหมือนลักษณะจิ้งหรีดดีดเท้า
ฟัน	หมายถึง	การใช้แรงเหวี่ยงกระแทก
เฉือน	หมายถึง	การใช้แรงเสียดสี

การรัด	หมายถึง	การตั้งมือทั้งสองในท่าต่อสู้
การเปิด	หมายถึง	การใช้มือกระหวัดขึ้น หรือ ลงไปที่กราดคู่ต่อสู้
ลอยตัว	หมายถึง	การตีสร้าง ให้สูงขึ้นจากพื้นตามลักษณะไม้มวย
พุ่งตัว	หมายถึง	การพุ่งเข้าใส่คู่ต่อสู้อย่างแรง



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
 Copyright© by Chiang Mai University  
 All rights reserved





ภาคผนวก ค  
รูปภาพประกอบ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

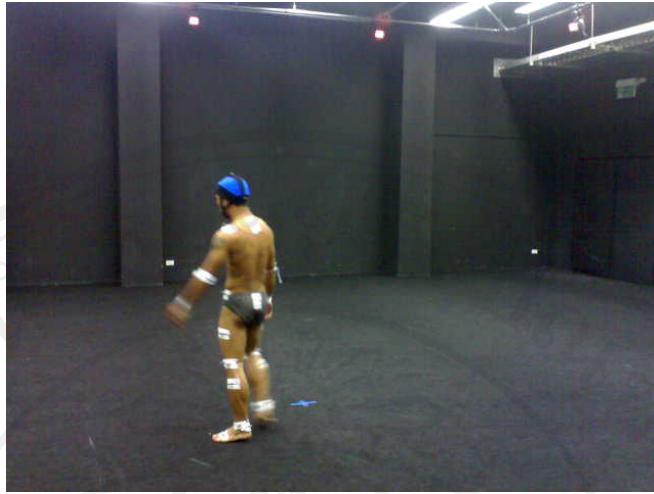


ภาพ 8 แสดงลักษณะการตั้งการ์ด



ภาพ 9 แสดงจุดแปะเทปเพื่อวัดมุมในร่างกาย

ลิขสิทธิ์ © by Chiang Mai University  
All rights reserved



ภาพ 10 แสดงภาพด้านหลังของนักมวย



ภาพ 11 แสดงทำยีนอย่างสามซุมด้านหน้า

ลิขสิทธิ์ © 2015 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © 2015 Chiang Mai University  
All rights reserved



ภาพ 12 แสดงท่าการเตะ



ภาพ 13 แสดงภาพเวทีมวย



ภาพ 14 แสดงภาพกระสอบทรายฝึกมวย



ภาพ 15 แสดงภาพอุปกรณ์ฝึกมวย



ภาคผนวก ง  
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

## แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน ( ) หน้าข้อความ ลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

1. เพศ ( ) ชาย น้ำหนัก (.....) ส่วนสูง (.....)
2. อายุ
  1. ( ) ต่ำกว่า 16 ปี      2. ( ) 16 – 25 ปี      3. ( ) 26 – 35 ปี
3. ระดับการศึกษา
 

( ) ต่ำกว่าอนุปริญญา ( ) อนุปริญญา ( ) ปริญญาตรี ( ) สูงกว่าปริญญาตรี
4. อาชีพ
 

( ) รับราชการ ( ) พนักงานเอกชน ( ) รับจ้าง ( ) ธุรกิจส่วนตัว  
( ) อื่น ๆ ระบุ .....
5. รายได้ต่อเดือน
 

( ) ยังไม่มี ( ) ต่ำกว่า 5,000 บาท ( ) 5,000 – 10,000 บาท
6. ท่านมาฝึกมวยกี่ครั้งต่อสัปดาห์
 

( ) 1 – 2 วัน ( ) 3 – 4 วัน ( ) 5 – 6 วัน ( ) ทุกวัน
7. ระยะเวลาที่ท่านฝึกชกมวยมาแล้วกี่ปี
 

( ) ต่ำกว่า 1 ปี ( ) 1 – 3 ปี ( ) 4 – 6 ปี ( ) มากกว่า 6 ปี
8. ท่านเคยขึ้นชกมาแล้วกี่ครั้ง
 

( ) 10 – 15 ครั้ง ( ) 16 – 20 ครั้ง ( ) 21 – 25 ครั้ง ( ) 26 – 30 ครั้ง ( ) มากกว่า 30 ครั้ง
9. หลังจากชกมวยแล้ว ท่านได้รับบาดเจ็บหรือไม่
 

( ) บาดเจ็บ ( ) ไม่บาดเจ็บ
10. ปัจจุบันท่านชกมวยอยู่หรือไม่
 

( ) ชกอยู่ ( ) ไม่ชก



## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-นามสกุล นายจรัส จันเป็ง

วัน เดือน ปีเกิด 9 มีนาคม 2527

ที่อยู่ปัจจุบัน 36/2 ม.3 ต.ป่าเป้า อ.แม่สะเรียง จ. แม่ฮ่องสอน

## ประวัติการศึกษา

- 2543 สำเร็จการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแม่สะเรียง “บริพัตรศึกษา”
- 2547 สำเร็จการศึกษาระดับ ปก.ศ.สูง จากสถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตเชียงใหม่
- 2550 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี จากคณะครุศาสตร์ เอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved