

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญรูป	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 หลักการและเหตุผล	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา	2
1.3 ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	2
1.4 แผนดำเนินการ ขอบเขต และวิธีการศึกษา	2
1.5 นิยามคำศัพท์	4
1.6 สถานที่ใช้ในการดำเนินการศึกษาและรวบรวมข้อมูล	4
บทที่ 2 สารระสำคัญและเอกสารที่เกี่ยวข้อง	5
2.1 เอกสารที่เกี่ยวกับสื่อผสม	5
2.2 เอกสารที่เกี่ยวกับการออกแบบเว็บไซต์	18
2.3 งานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง	27
บทที่ 3 วิธีการศึกษาและการวิเคราะห์ระบบงาน	29
3.1 การศึกษาและการวิเคราะห์ระบบงานเดิม	29
3.2 การศึกษาและการวิเคราะห์ระบบงานใหม่	30
3.3 ผู้ใช้ระบบที่เกี่ยวข้อง	30
บทที่ 4 การออกแบบหน้าจอและการแสดงผล	32
บทที่ 5 การพัฒนาระบบการประยุกต์ใช้สื่อผสมเพื่อการจัดทำข้อมูลความรู้กายภาพนำบัต	
ด้านการออกกำลังกาย	38
5.1 การเลือกใช้สื่อผสม	38
5.2 โครงสร้างเว็บไซต์	40

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 6 บทสรุป	50
6.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	50
6.2 สรุปผล	53
6.3 ข้อจำกัดของระบบ	53
6.4 ข้อเสนอแนะของระบบงาน	53
บรรณานุกรม	54
ภาคผนวก	56
ภาคผนวก ก วิธีการติดตั้งระบบ และคู่มือการใช้งานระบบการประยุกต์ใช้ สื่อผสมเพื่อการจัดทำข้อมูลความรู้กายภาพบำบัดด้านการออกกำลังกาย	57
ภาคผนวก ข รายละเอียดโครงสร้างระบบการประยุกต์ใช้สื่อผสมเพื่อการจัดทำ ข้อมูลความรู้กายภาพบำบัดด้านการออกกำลังกาย	85
ภาคผนวก ค รายละเอียดทำออกกำลังกายเพื่อการรักษาทางกายภาพบำบัด	125
ภาคผนวก ง แบบสอบถาม	142
ประวัติผู้เขียน	145

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
2.1 แสดงข้อดี-ข้อเสียของ MIDI	9
2.2 แสดงการจัดเก็บ Digital Audio ในลักษณะ Digital Audio File	9
2.3 แสดงข้อดี-ข้อเสียของ Digital Audio	10
2.4 แสดงมาตรฐานของวีดีโอ	13
2.5 แสดงการเปรียบเทียบระหว่าง Web Server กับ Streaming Media Server	14
5.1 สรุปรายละเอียดของเสียงและวีดีโอที่ใช้ในระบบ	40
5.2 แสดงรายละเอียดสรุปของภาพนิ่งและภาพเคลื่อนไหว	44
6.1 แสดงการสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 1	51
6.2 แสดงการสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 2	52
ข.1 แสดงรายละเอียดเว็บเพจ	85
ข.2 แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับภาพนิ่งประกอบเว็บเพจของระบบ	92
ข.3 แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับภาพพื้นหลังประกอบเว็บเพจของระบบ	115
ข.4 แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับภาพเคลื่อนไหวประกอบเว็บเพจของระบบ	116
ข.5 แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับวีดีโอแสดงท่าออกกำลังกาย	119

สารบัญรูป

รูป	หน้า
2.1 แสดงโปรแกรม Macromedia Dreamweaver Version 8	22
3.1 แสดงขั้นตอนของระบบใหม่	31
4.1 แสดงการออกแบบส่วนหน้าจที่เป็นหน้าหลัก	32
4.2 แสดงการออกแบบส่วนหน้าจความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	33
4.3 แสดงการออกแบบส่วนหน้าจวิธีกรออกกำลังกาย	34
4.4 แสดงการออกแบบส่วนหน้าจท่าออกกำลังกาย	35
4.5 แสดงการออกแบบส่วนหน้าจแสดงวิดีโอท่าออกกำลังกาย	36
4.6 แสดงการออกแบบส่วนหน้าจรายละเอียดของท่าออกกำลังกาย	37
5.1 แสดงโครงสร้างเว็บไซต์	41
5.2 แสดงการนำไฟล์วิดีโอเข้าสู่โปรแกรม	45
5.3 แสดงการบันทึกเสียงบรรยาย	45
5.4 แสดงการเลือกเมนู	46
5.5 เลือกไฟล์วิดีโอ	46
5.6 แสดงเลือกประเภทของไฟล์วิดีโอ	47
5.7 แสดงการเลือกขนาดของไฟล์วิดีโอ	47
5.8 แสดงการใส่ตำแหน่งสัญลักษณ์ (Watermark) ในหน้าจวิดีโอ	48
5.9 แสดงการจัดเก็บไฟล์วิดีโอ	48
5.10 แสดงการแปลงไฟล์วิดีโอ	49
ก.1 แสดงการเลือกแผ่นบันทึกข้อมูล	57
ก.2 แสดงการเปิดไฟล์ของระบบ	58
ก.3 แสดงการเลือกไฟล์ทั้งหมดที่บันทึกอยู่ในแผ่นบันทึกข้อมูล	58
ก.4 แสดงการเข้าสู่เว็บไซต์อินทราเน็ต โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์	60
ก.5 แสดงหน้าแรกของเว็บไซต์โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์	60
ก.6 แสดงหน้าเว็บไซต์	61
ก.7 แสดงหน้าหลักและเมนูหลักของระบบ	61
ก.8 แสดงการเลือกเมนูความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	62

สารบัญรูป (ต่อ)

รูป	หน้า
ก.9 แสดงหน้าจอความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	62
ก.10 แสดงการเชื่อมโยงกลับไปยังเมนูย่อยของเว็บเพจความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	63
ก.11 แสดงการย้อนกลับมายังเมนูย่อยของเว็บเพจความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	63
ก.12 แสดงการเชื่อมต่อไปยังหน้าต่อไป	64
ก.13 แสดงหน้าจอที่ 2 ของเว็บเพจความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	64
ก.14 แสดงการเชื่อมต่อกลับไปยังหน้าที่ผ่านมา	65
ก.15 แสดงการเลือกเมนูทำออกกำลังกาย	65
ก.16 แสดงหน้าจอเว็บเพจทำออกกำลังกาย	66
ก.17 แสดงการเชื่อมโยงไปยังเว็บไซต์ที่ให้ดาวน์โหลดโปรแกรม winamp player	66
ก.18 แสดงเว็บไซต์ http://www.winamp.com/	67
ก.19 แสดงการเชื่อมโยงไปยังเว็บไซต์ที่ให้ดาวน์โหลดโปรแกรม real player	67
ก.20 แสดงเว็บไซต์ http://www.real.com/international/	68
ก.21 แสดงส่วนของเนื้อหาในเว็บเพจทำออกกำลังกาย	68
ก.22 แสดงรายละเอียดทำออกกำลังกายทาง window pop-up	69
ก.23 แสดงการเลือกดูวิดีโอแสดงทำออกกำลังกายแบบดูบนเว็บ	69
ก.24 แสดงการดูวิดีโอแสดงทำออกกำลังกายบนเว็บ	70
ก.25 แสดงการเลือกดูวิดีโอแสดงทำออกกำลังกายแบบดูด้วยโปรแกรมเล่นวิดีโอ	70
ก.26 แสดงการดูวิดีโอแสดงทำออกกำลังกายทางโปรแกรมดูวิดีโอ	71
ก.27 แสดงส่วนเชื่อมโยงของเว็บเพจทำออกกำลังกาย	71
ก.28 แสดงส่วนหน้าจอเว็บเพจวิธีการออกกำลังกาย	72
ก.29 แสดงการเชื่อมโยงกลับไปยังเมนูย่อยของเว็บเพจวิธีการออกกำลังกาย	72
ก.30 แสดงการย้อนกลับมายังเมนูย่อยของเว็บเพจวิธีการออกกำลังกาย	73
ก.31 แสดงส่วนเชื่อมโยงของเว็บเพจวิธีการออกกำลังกาย	73
ก.32 แสดงการเลือกเมนูเคล็ดลับการดูแลรักษาสุขภาพ	74
ก.33 แสดงหน้าจอเว็บเพจเคล็ดลับการดูแลรักษาสุขภาพ	74
ก.34 แสดงการเลือกเนื้อหาที่ต้องการ	75

สารบัญรูป (ต่อ)

รูป	หน้า
ก.35 แสดงหน้าจอเว็บเพจทำทางในชีวิตประจำวัน	75
ก.36 แสดงการเชื่อมโยงกลับไปยังเมนูย่อยของเว็บเพจทำทางในชีวิตประจำวัน	76
ก.37 แสดงการย้อนกลับมายังเมนูย่อยของเว็บเพจทำทางในชีวิตประจำวัน	76
ก.38 แสดงเชื่อมโยงของเว็บเพจทำทางในชีวิตประจำวัน	77
ก.39 แสดงการเลือกเมนูข้อเสนอแนะ	77
ก.40 แสดงหน้าจอเว็บเพจข้อเสนอแนะ	78
ก.41 แสดงหน้าจอกระดานสนทนา	78
ก.42 แสดงหน้าจอส่วนที่ให้แสดงข้อเสนอแนะ	79
ก.43 แสดงหน้าหลักและเมนูภาพบำบัดในกลุ่มอาการ/โรคของระบบ	79
ก.44 แสดงการเลือกกลุ่มอาการ/โรคจากเมนู	80
ก.45 แสดงหน้าจอเว็บเพจภาพบำบัดในผู้ที่มีอาการปวดหลัง	80
ก.46 แสดงส่วนเชื่อมโยงในส่วนล่างของหน้าเว็บเพจภาพบำบัดในผู้ที่มีอาการปวดหลัง	81
ก.47 แสดงการเลือกส่วนเชื่อมโยงที่เป็นรายละเอียดของกลุ่มอาการ/โรค	81
ก.48 แสดงรายละเอียดของกลุ่มอาการ/โรค	82
ก.49 แสดงการเลือกส่วนเชื่อมโยงไปยังเว็บเพจวิธีการออกกำลังกาย แบบที่ 1	82
ก.50 แสดงการเลือกส่วนเชื่อมโยงไปยังเว็บเพจวิธีการออกกำลังกาย แบบที่ 2	83
ก.51 แสดงการเลือกส่วนเชื่อมโยงไปยังเว็บเพจทำออกกำลังกาย แบบที่ 1	83
ก.52 แสดงการเลือกส่วนเชื่อมโยงไปยังเว็บเพจทำออกกำลังกาย แบบที่ 2	84