

ฉันทน์ ลิปะภานนท์ 2550: ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา) สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์สุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย, วท.ม.
99 หน้า

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม
การออกกำลังกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
โดยศึกษาจากจำนวนประชากรทั้งหมดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์
จังหวัดนนทบุรี จำนวนทั้งหมด 225 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ค่าสถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย
ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัย พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้ ทักษะคิด
ต่อการออกกำลังกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัด
นนทบุรี มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
สำหรับปัจจัยเชื้อ ได้แก่ การมีและการเข้าถึงสถานออกกำลังกายในโรงเรียน นโยบายของ
โรงเรียนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
และปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับการสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ และการได้รับข้อมูลข่าวสาร
จากแหล่งต่างๆ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

Nuntanee Lippanone 2007: Factors Relating to Exercise Behavior of Matthayomsuksa 1 the Student at Anurajaprasit School, Nonthaburi Province. Master of Science (Health Education), Major Field: Health Education, Department of Physical Education. Thesis Advisor: Associate Professor Supat Teravecharoenchai, M.Sc. 99 pages.

The objective of this survey research was determine factors Relating to Exercise Behavior of Matthayomsuksa 1 the Student at Anurajaprasit School, Nonthaburi Province. Population were 225 Matthayomsuksa 1 the Student at Anurajaprasit School. Data were collected by the instrument developed by a researcher. Data analysis was made by statistical computer package for percentage, mean standard deviation, and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient.

The results of this investigation were as follows: Exercise Behavior of Matthayomsuksa 1 the Student at Anurajaprasit School, Nonthaburi Province was at moderate level. Predisposing factors namely, knowled and attitude had statistic significant relation with exercise behavior of Matthayomsuksa 1 students at a .01 level. Enabling factors namely, the convenience and policies on exercise promotion of school had relation with exercise behavior of Matthayomsuksa 1 students at a .01 level. Reinforcing factors namely, the social support and receiving information message on exercise promotion had statistically significant relation with exercise behavior of Matthayomsuksa 1 the student at a .01 level.