

ณัฐพล มาพมวงค 2550: ผลของการฝึกจินตภาพที่มีต่อความแม่นยำในการยิงลูกโทษ
ณ จุดเตะโทษของนักกีฬาฟุตบอล ปรินญาวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา)
สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา โครงการสหวิทยาการระดับบัณฑิตศึกษา ประชานกรรมการที่ปรึกษา:
รองศาสตราจารย์วัลลีย์ ภัทโรภาส, กศ.บ. 103 หน้า

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาและหาค่าความแตกต่างของการฝึกจินตภาพที่มีต่อความแม่นยำในการยิงลูกโทษ ณ จุดเตะโทษของนักกีฬาฟุตบอล กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักฟุตบอลชายทีมเยาวชนจังหวัดสมุทรปราการ ที่เตรียมทีมเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550 ซึ่งมีอายุระหว่าง 16-17 ปี จำนวน 20 คน โดยได้มาจากการสุ่มแบบง่าย (simple random sampling) และแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม โดยการสุ่มเข้ากลุ่ม (randomly assignment) คือ กลุ่มควบคุม จะฝึกการยิงลูกโทษ ณ จุดโทษ เพียงอย่างเดียว และกลุ่มทดลอง จะฝึกจินตภาพควบคู่กับฝึกการยิงลูกโทษ ณ จุดโทษ ทั้งนี้ทุกกลุ่มจะฝึก 3 วันต่อสัปดาห์ คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ตั้งแต่เวลา 17.00-18.30 น. ระยะเวลา 8 สัปดาห์ นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูล โดยหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของอายุ น้ำหนัก และส่วนสูง วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างกลุ่ม ด้วยสถิติ independent t-test วิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางแบบวัดซ้ำ (two way analysis of variance with repeated measure) วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (one way analysis of variance with repeated measure) และทำการเปรียบเทียบ ความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธีของ Tukey

ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังจากทดลองสัปดาห์ที่ 4 และภายหลังจากทดลองสัปดาห์ที่ 8 กลุ่มทดลอง มีความแม่นยำในการยิงลูกโทษ ณ จุดโทษ ดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อนำค่าความแม่นยำในการยิงลูกโทษ ณ จุดโทษ มาศึกษาภายหลังจากทดลองสัปดาห์ที่ 8 ของกลุ่มควบคุมกับ ภายหลังจากทดลองสัปดาห์ที่ 4 และ 8 ของกลุ่มทดลอง พบว่า ความแม่นยำในการยิงลูกโทษ ณ จุดโทษ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่า การฝึกจินตภาพจะมีผลต่อความสามารถในการยิงลูกโทษ ณ จุดเตะโทษของนักกีฬาฟุตบอลได้แม่นยำขึ้น ดังนั้นการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงเป็นประโยชน์ในการนำทักษะจินตภาพไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาการฝึกนักกีฬาฟุตบอลต่อไป

Nathapol Maramongkhol 2007: Effects of Imagery Training on Penalty Kick Accuracy in Soccer Player. Master of Science (Sports Science), Major Field: Sports Science, Interdisciplinary Graduate Program. Thesis Advisor: Associate Professor Vullee Bhatharobhas, B.Ed. 103 pages.

The major purposes of this research were to study and contrast the effects of imagery training on penalty kick accuracy in soccer player. The subjects in this study consisted of twenty male football youth players of Samutprakarn Province, who were under the preparation for 2007 national youth games, age of 16-17. The subjects were selected through simple random sampling and then divided into two groups by randomly assignment method. They were control group (penalty kick accuracy training) and experimental group (imagery combined with penalty kick accuracy training). All two groups were trained three times per week on Monday, Wednesday and Friday from 5.00-6.30 p.m. for the period of 8 weeks. Data were analyzed by using mean, standard deviation, t-test (independent), two-way analysis of variance with repeated measure, one-way analysis of variance with repeated measure, followed by multiple comparison testing by using the Tukey' method. Results were showed significant different for $p < .05$.

After the fourth and the eighth week of training, the penalty kick accuracy of the experimental group was better than control group. In addition, a comparison within the experimental group showed that the penalty kick accuracy at the end of the fourth week was different from the eighth week. While the control was significant different during the pretest and after the eighth week.

The results indicated that the imagery training was effected in increasing penalty kick accuracy in soccer player. The findings will be useful and fruitful in improving the soccer players as well.