

ณัฐพล มาพมงคล 2550: ผลของการฝึกจินตภาพที่มีต่อความแม่นยำในการยิงลูกโทษ
ณ จุดเตะโทษของนักกีฬาฟุตบอล ปรินญาวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา)
สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา โครงการสหวิทยาการระดับบัณฑิตศึกษา ภาควิชาการกีฬศึกษา
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 ภายหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 4 และภายหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8 กลุ่มทดลอง มีความแม่นยำในการยิงลูกโทษ ณ จุดโทษ ดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อนำค่าความแม่นยำในการยิงลูกโทษ ณ จุดโทษ มาศึกษาภายหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8 ของกลุ่มควบคุมกับ ภายหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 4 และ 8 ของกลุ่มทดลอง พบว่า ความแม่นยำในการยิงลูกโทษ ณ จุดโทษ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่า การฝึกจินตภาพจะมีผลต่อความสามารถในการยิงลูกโทษ ณ จุดเตะโทษของนักกีฬาฟุตบอลได้แม่นยำขึ้น ดังนั้นการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงเป็นประโยชน์ในการนำทักษะจินตภาพไปประยุกต์ใช้ เพื่อพัฒนาการฝึกนักกีฬาฟุตบอลต่อไป