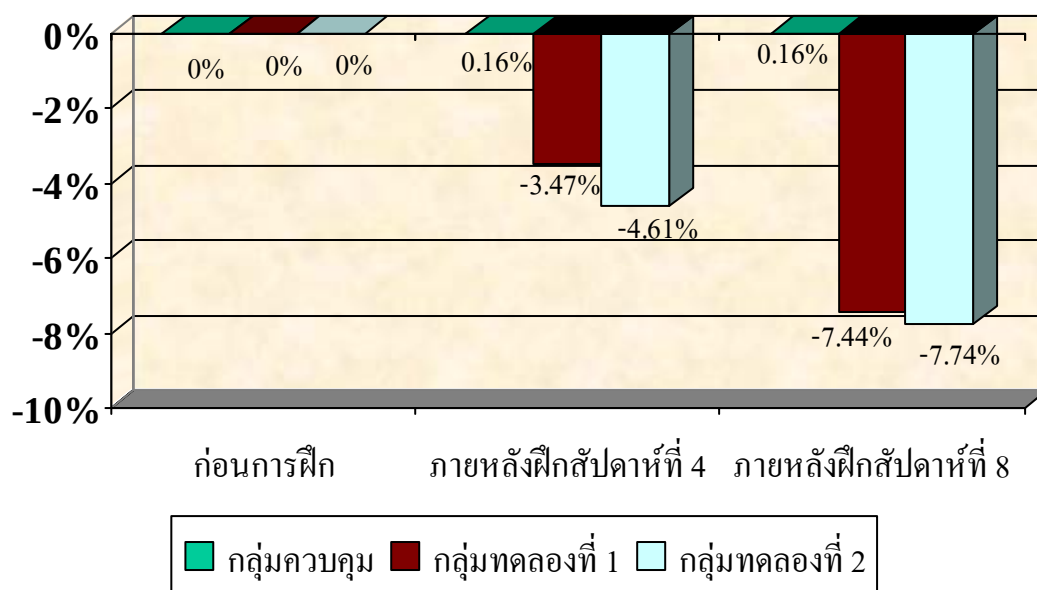




ภาพที่ 1 แผนภูมิแท่งแสดงร้อยละของอัตราการเปลี่ยนแปลงค่าเฉลี่ยความเร็วในการวิ่งระยะทาง 40 เมตร ของกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการฝึก ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล
ก่อนการฝึก ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8
ของกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2

กลุ่มตัวอย่าง	ก่อนการฝึก		หลังฝึกสัปดาห์ที่ 4		หลังฝึกสัปดาห์ที่ 8	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
กลุ่มควบคุม	1.98	0.11	1.99	0.12	2.01	0.12
กลุ่มทดลองที่ 1	2.03	0.13	2.07	0.14	2.10	0.14
กลุ่มทดลองที่ 2	2.01	0.11	2.06	0.12	2.09	0.12

จากตารางที่ 11 พบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกและภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 มีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล มีค่าใกล้เคียงกันคือ 1.98 และ 1.99 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าใกล้เคียงกันคือ 0.11 และ 0.12 เมตร ตามลำดับ ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 มีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล มากที่สุด คือ 2.01 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คือ 0.12 เมตร

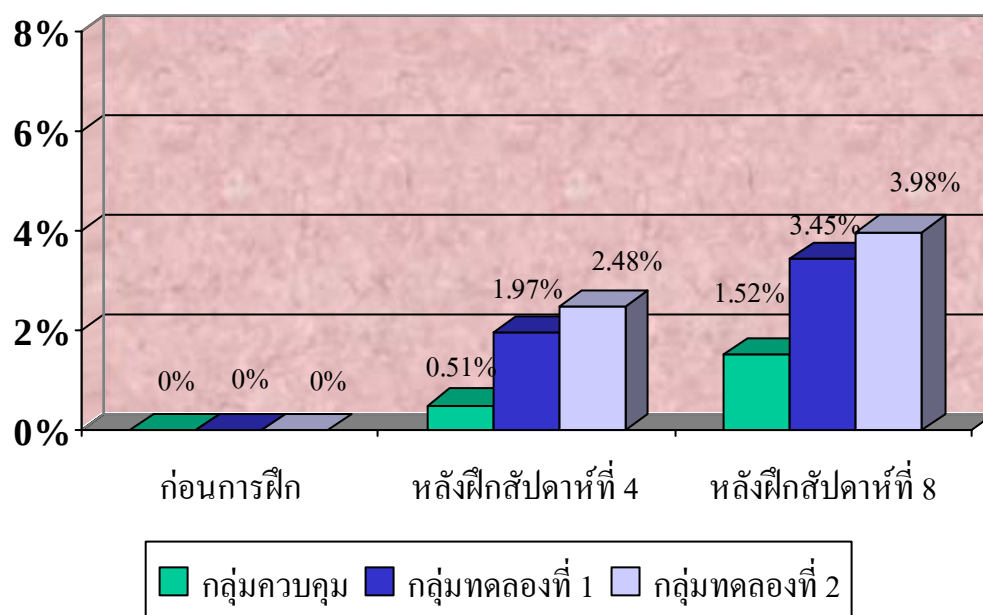
กลุ่มทดลองที่ 1 ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 มีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกลมากกว่าก่อนการฝึก คือ 2.07 และ 2.03 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คือ 0.14 และ 0.13 เมตร ตามลำดับ ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 มีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล มากที่สุด คือ 2.10 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คือ 0.14 เมตร

กลุ่มทดลองที่ 2 ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 มีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกลมากกว่าก่อนการฝึก คือ 2.06 และ 2.01 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คือ 0.12 และ 0.11 เมตร ตามลำดับ ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 มีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล มากที่สุด คือ 2.09 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คือ 0.12 เมตร

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ยและร้อยละของอัตราการเปลี่ยนแปลงความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล ระหว่างก่อนการฝึกกับภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และก่อนการฝึกกับภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ของกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2

กลุ่มตัวอย่าง	ก่อนการฝึก		หลังฝึกสัปดาห์ที่ 4		หลังฝึกสัปดาห์ที่ 8	
	เมตร	ร้อยละ	เมตร	ร้อยละ	เมตร	ร้อยละ
กลุ่มควบคุม	1.98	-	1.99	0.51	2.01	1.52
กลุ่มทดลองที่ 1	2.03	-	2.07	1.97	2.10	3.45
กลุ่มทดลองที่ 2	2.0	-	2.06	2.48	2.09	3.98

จากตารางที่ 12 พบว่า ร้อยละของอัตราการเปลี่ยนแปลงค่าเฉลี่ยความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล ระหว่างก่อนการฝึกกับภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และก่อนการฝึกกับภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 กลุ่มควบคุมมีอัตราการเพิ่มขึ้นของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล คิดเป็นร้อยละ 0.51 และ 1.52 ตามลำดับ กลุ่มทดลองที่ 1 มีอัตราการเพิ่มขึ้นของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล คิดเป็นร้อยละ 1.97 และ 3.45 ตามลำดับและกลุ่มทดลองที่ 2 มีอัตราการเพิ่มขึ้นของความสามารถในการขึ้นกระโดดไกล คิดเป็นร้อยละ 2.48 และ 3.98 ตามลำดับ



ภาพที่ 2 แผนภูมิแท่งแสดงร้อยละของอัตราการเปลี่ยนแปลงความสามารถในการขึ้นกระโดดไกลของกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการฝึก ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8