

ภาคภูมิ พิสิทธิ์ 2552: ผลของการฝึกตาราง 9 ช่อง ขนาดแตกต่างกันที่มีต่อเวลาปฏิบัติการ
ตอบสนอง ปริญาวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา) สาขาวิทยาศาสตร์
การกีฬา โครงการสหวิทยาการระดับบัณฑิตศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก:
รองศาสตราจารย์เจริญ กระบวนรัตน์, ค.ม. 86 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของการฝึกตาราง 9 ช่องขนาด
แตกต่างกันที่มีต่อเวลาปฏิบัติการตอบสนอง หลังจากการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และสัปดาห์ที่ 8 ของกลุ่ม
ตัวอย่างทั้ง 30 คน ที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) จากนิสิตชาย
ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒนครเกษม ชั้นปีที่ 1-2 อายุระหว่าง 19-
20 ปี และแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่มๆ ละ 10 คน โดย กลุ่มทดลองที่ 1 ฝึกด้วยตาราง 9 ช่อง
3 ขนาด คือ 90 x 90 เซนติเมตร 75 x 75 เซนติเมตร และ 60 x 60 เซนติเมตร กลุ่มทดลองที่ 2 ฝึก
ด้วยตาราง 9 ช่อง 2 ขนาด คือ 75 x 75 เซนติเมตร และ 60 x 60 เซนติเมตร และ กลุ่มทดลองที่ 3
ฝึกด้วยตาราง 9 ช่อง ขนาดเดียว คือ 60 x 60 เซนติเมตร โดยทำการฝึก 3 วันต่อสัปดาห์ คือ วัน
จันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เวลา 16.00-18.00 น. ทำการทดสอบเวลาปฏิบัติการตอบสนองของกลุ่ม
ตัวอย่างทั้งหมดก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 นำผลที่ได้มา
วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวและความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำและเปรียบเทียบความ
แตกต่างเป็นรายคู่ ระหว่างกลุ่มและภายในกลุ่มโดยใช้วิธีของ Tukey

ผลการวิจัยทั้ง 3 กลุ่มพบว่า ภายหลังจากฝึก 8 สัปดาห์ส่งผลต่อค่าเฉลี่ยเวลาปฏิบัติการ
ตอบสนองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มทดลองที่ 3 มีเวลาปฏิบัติการ
ตอบสนองแตกต่างจากกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ
0.05ในการวิจัยครั้งนี้ค่าเฉลี่ยเวลาปฏิบัติการตอบสนองของกลุ่มทดลองทั้ง 3 กลุ่มเริ่มมีการพัฒนา
ขึ้นภายหลังจากฝึกสัปดาห์ที่ 4 และภายหลังจากฝึกสัปดาห์ที่ 8 ค่าเฉลี่ยของเวลาปฏิบัติการ
ตอบสนองมีการพัฒนาดีขึ้น ซึ่งจากการวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า การฝึกด้วยตาราง 9 ช่อง ขนาด 60 x
60 ซม. เพียงขนาดเดียว ส่งผลต่อการพัฒนาเวลาปฏิบัติการตอบสนองดีที่สุด