

## สารบัญ

	หน้า
สารบัญ	(1)
สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(5)
คำนำ	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
ตัวแปรที่ศึกษา	4
นิยามศัพท์	5
การตรวจเอกสาร	7
ภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์	7
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ	27
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกรบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย	40
แนวคิดและสาระสำคัญของหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	47
แนวคิดของแบบจำลอง PRECEDE Model	54
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	56
กรอบแนวคิดในการวิจัย	59
สมมติฐานการวิจัย	60
อุปกรณ์และวิธีการ	61
วิธีดำเนินการวิจัย	61
รูปแบบการวิจัย	61
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	62
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	62
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	68
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	69
การวิเคราะห์ข้อมูล	70
สถานที่และระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย	70

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	71
ผลการวิจัย	71
ข้อวิจารณ์	85
สรุปและข้อเสนอแนะ	90
สรุป	90
ข้อเสนอแนะ	92
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	94
ภาคผนวก	98
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย	99
ภาคผนวก ข รูปแบบการบูรณาการ	101
ภาคผนวก ค แบบสอบถามสำหรับการวิจัย	125
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	139

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปรปัจจัยชีวสังคม	73
2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับความรู้ในเรื่อง การเลือกบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ก่อนการทดลองและ หลังการทดลอง	75
3	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับเจตคติในเรื่อง การเลือกบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ก่อนการทดลองและ หลังการทดลอง	76
4	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับค่านิยมในเรื่อง การเลือกบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ก่อนการทดลองและ หลังการทดลอง	77
5	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับ ปัจจัยเอื้อ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	78
6	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับปัจจัยเสริม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	79
7	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับผลลัพธ์ การดำเนินงานตามรูปแบบการบูรณาการก่อนการทดลองและ หลังการทดลอง	80
8	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของปัจจัยนำในการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนการทดลองและ หลังการทดลอง	81
9	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของปัจจัยเอื้อในการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนการทดลองและ หลังการทดลอง	82
10	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของปัจจัยเสริมในการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง	82

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
11	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของผลลัพธ์การดำเนินงานตามรูปแบบการบูรณาการ การส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	83
12	ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม กับผลลัพธ์การดำเนินงาน ตามรูปแบบการบูรณาการของกลุ่มตัวอย่างหลังการทดลอง	84

## สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	ขั้นที่ 4 และขั้นที่ 5 ของ PRECEDE Model	55
2	กรอบแนวคิดในการวิจัย	59