

ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินในระดับประถมศึกษา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม (KNOWLEDGE, ATTITUDE AND PRACTICE CONCERNING EXERCISE OF OVER-NUTRITIONAL STATUS PRIMARY STUDENTS, BANGLEN DISTRICT, NAKORNPATHOM)

ปรเมษฐ์ วงษ์พุทธิชัย 4836857 SHSM/M

ศส.ม. (การจัดการทางการกีฬา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ประเสริฐไชย สุขสาอด, ค.ด. (พลศึกษา), ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์, ค.ด. (พลศึกษา)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ การปฏิบัติ ของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ในระดับประถมศึกษา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐมและเพื่อเปรียบเทียบ ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินในระดับประถมศึกษา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยมีกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้นจำนวน 400 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามนำข้อมูลมาทำการวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ คำนวณหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และทดสอบค่า “ที” (t-test) นำเสนอผลการวิเคราะห์ในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ในระดับประถมศึกษา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายในระดับดีมาก มีทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับดี การปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินในระดับประถมศึกษา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม โดยจำแนกตามเพศ พบว่า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้ โรงเรียนแต่ละแห่งควรจัดครูหรือเจ้าหน้าที่นำฝึกวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ควรจัดโปรแกรมดูแลนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินโดยไม่จำเป็นต้องแยกเพศ โดยมีครูหรือเจ้าหน้าที่ดูแลเป็นพิเศษ โรงเรียนควรขอความร่วมมือจากชุมชนโดยชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นในการออกกำลังกายของบุตรหลาน

คำสำคัญ : ความรู้ / ทักษะ / การปฏิบัติ / ออกกำลังกาย / นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน

KNOWLEDGE, ATTITUDE AND PRACTICE CONCERNING EXERCISE
OF OVER-NUTRITIONAL STATUS PRIMARY STUDENTS, BANGLEN
DISTRICT, NAKORNPATTHOM

PHORAMATE WONGPUTTHICHAJ 4836857 SHSM/M

M.A. (SPORT MANAGEMENT)

THESIS ADVISORS: PRASERTCHAI SUKSA-ARD, Ph.D., PRAPAT
LAXANAPHISUTH, Ph.D.

ABSTRACT

This research aimed to study and to compare the knowledge, attitude and exercise habits of over-nutritional status primary students, Banglen district, Nakornpathom. The study applied survey research to a sample of 400 over-nutritional children in order to distinguish differences in knowledge, attitude and exercise habits according to gender; and the information was analysed for frequency demographic characteristics. The information was also calculated in terms of percentage, mean and standard deviation. In addition, the outcomes on knowledge, attitude and practice were compared using t-test.

The result showed that primary students in Banglen district, Nakornpathom who were in the over-nutritional status group had excellent knowledge, good attitude and moderate practice on exercise. There was no significant difference between boys and girls in the survey results.

The suggestion from this research is that each school should provide teachers or trainers to properly supervise exercise by setting up programs for students who are over-nutritional that do not discriminate on sex. The school should try to cooperate with the society by pointing out the importance of exercise.

KEY WORDS : KNOWLEDGE / ATTITUDE / PRACTICE / EXERCISE /
OVER-NUTRITIONAL STATUS PRIMARY STUDENTS

117 pp.