

คุณลักษณะของผู้นำการเต้นแอโรบิก (THE CHARACTERISTICS OF THE AEROBIC-DANCE LEADERS)

อนรรักษ์ พินิจนิยม 4536437 SHSM/M

ศศ.ม. (การจัดการทางการกีฬา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : ประเสริฐไชย สุขสอาด ค.ค., ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ ค.ค.

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาคุณลักษณะของผู้นำการเต้นแอโรบิก โดยใช้เทคนิคเดลฟาย จากกลุ่มผู้เชี่ยวชาญจำนวนทั้งหมด 18 ท่าน ซึ่งเป็นผู้มีความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา การออกกำลังกายแบบการเต้นแอโรบิก และมีประสบการณ์อย่างน้อย 5 ปี จากการศึกษาพบว่าคุณลักษณะของผู้นำการเต้นแอโรบิกจะต้องประกอบด้วย การมีความรู้ ความเข้าใจ และนำไปใช้ได้ทางด้านกายวิภาคและสรีรวิทยาการออกกำลังกาย การออกกำลังกาย การเคลื่อนไหวในการออกกำลังกาย จิตวิทยาการออกกำลังกาย การป้องกันการบาดเจ็บ และโภชนาการ สำหรับคุณลักษณะด้านภาวะผู้นำการเต้นแอโรบิก ผู้เชี่ยวชาญให้ความสำคัญ ในระดับมากที่สุด (ค่ามัธยฐานเท่ากับ 5) ได้แก่ ต้องมีบุคลิกภาพที่ดี ต้องมีการแต่งตัวที่เหมาะสมกับการนำเต้นที่ดี ต้องมีการเลือกเพลงที่เหมาะสมกับการเต้นมาใช้ที่ดี ต้องมีขั้นตอนในการเต้นที่ถูกต้อง ต้องใช้ท่าเต้นที่เหมาะสมกับผู้มาเต้น ต้องไม่ใช้ท่าเต้นที่อันตรายเกินไป ซึ่งมีค่าการกระจายควอไทล์เท่ากับ 0 ส่วนในหัวข้อ ต้องให้สัญญาณชัดเจนเวลานำเต้น ต้องให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้ ต้องแก้ไขการเคลื่อนไหวที่ผิดของผู้มาเต้นได้ ต้องให้คำแนะนำกับผู้มาเต้นในเรื่องการออกกำลังกายได้ มีค่าการกระจายควอไทล์เท่ากับ 1 นอกจากนั้นหัวข้อ การต้องทักทายกับผู้มาเต้นโดยการยิ้มหรือสบตา และหัวข้อต้องพูดลาและขอบคุณหลังจบการเต้น มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 4.5 และมีค่าการกระจายควอไทล์เท่ากับ 1

คุณสมบัติด้านภาวะผู้นำเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากการมีผู้นำเต้นแอโรบิกที่ดี จะทำให้ผู้ตามได้ประโยชน์และผลการออกกำลังกายตามที่ต้องการ สต็อกคิล (Stogdill, 1948 : 46) ได้กล่าวไว้ว่า "ผู้ที่จะเป็นผู้นำคนอื่นมิใช่สามารถจะเป็นได้โดยการอาศัยแต่เพียงการมีคุณลักษณะทางกายภาพและบุคลิกภาพของผู้นำนั้น เพราะว่าคุณลักษณะของผู้นำจะมีความสัมพันธ์หรือเข้ากันได้กับลักษณะกิจกรรมและเป้าหมายของผู้ตามด้วย"

จากผลการศึกษาครั้งนี้ สามารถนำไปพัฒนาและสร้างเกณฑ์การประเมินคุณภาพสำหรับผู้นำการเต้นแอโรบิกต่อไปในอนาคต

คำสำคัญ : คุณลักษณะผู้นำ / ผู้นำการเต้นแอโรบิก

169 หน้า.

THE CHARACTERISTICS OF THE AEROBIC-DANCE LEADERS

ANURAK PINITNIYOM 4536437 SHSM/M

M.A.(SPORT MANAGEMENT)

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

ABSTRACT

The purpose of this study was to describe the characteristics of the aerobic-dance leader with The Delphi technique. The information of the aerobic-dance leader characteristics was obtained from a survey of eighteen experts who had at least 5 years experience in sport sciences or aerobic exercise.

The study showed that the application and practical knowledge of anatomy and exercise physiology, exercise science, exercise biomechanics, exercise psychology, exercise injury prevention, and nutrition were important components of the aerobic-dance leader characteristics. The leadership of the aerobic-dance leader were considered in 19 topics. The most important topics were good personality, good dressing, selecting proper songs for exercise, steps of exercise, and safety position during exercise (median = 5 and inter-quartile range = 0). However, clearing signal, first aid, correcting abnormal movement, giving exercise information were most important with an inter-quartile range of 1. In addition, smiling and eye contact and saying "good bye" after the end of exercise sessions were important (median = 4.5 and inter-quartile = 1). Another leadership characteristic of the aerobic-dance exercise leader was promoting the benefit of exercise to the clients. In 1948, Stogdill suggested that, the relation and goal of supporters should be considered by a successful leader.

For future study, a study should be developed to construct on aerobic-dance exercise leader quality assessment.

KEY WORDS : THE CHARACTERISTICS OF LEADER /
THE AEROBIC-DANCE LEADER

169 pp.