

นพรัตน์ บัวทิม 2554: การสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พลศึกษา) สาขาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: อาจารย์ประสพโชค โชคเหมาะ, ค.ด. 177 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชายจำนวน 1,197 คน ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ใน
ภาคปลาย ประจำปีการศึกษา 2553 ของโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย โดยเครื่องมือที่ใช้
ในการวิจัย ได้แก่ แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ Physical Best ของ AAHPERD
(The American Alliance for Health Physical Education Recreation and Dance) ซึ่งประกอบไปด้วย
รายการทดสอบจำนวน 5 รายการ คือ 1.การวัดครรชนีมวลกาย 2.นั่งงอตัวไปข้างหน้า 3.ลุก – นั่ง
1 นาที 4.ดึงข้อ และ 5.เดิน/วิ่ง 1 ไมล์ จากนั้นผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการ หาค่าเฉลี่ย
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหาค่าเกณฑ์ปกติโดยใช้คะแนน “ที” (T-score)

ผลการวิจัยพบว่า 1)ระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนปลาย โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย รายการครรชนีมวลกาย อยู่ในระดับปานกลาง
รายการนั่งงอตัวไปข้างหน้า อยู่ในระดับปานกลาง รายการลุก-นั่ง 1 นาที อยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ
รายการดึงข้อ อยู่ในระดับปานกลาง และรายการเดิน/วิ่ง 1 ไมล์ อยู่ในระดับปานกลาง 2)การสร้าง
เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายในแต่ละรายการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียน
กรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัยในแต่ละระดับชั้นด้วยการแปลงให้เป็นคะแนน “ที” และแบ่งเกณฑ์
การให้คะแนน เป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง ค่อนข้างต่ำ และต่ำ

ลายมือชื่อนิติต

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก