

## สารบัญ

	หน้า
สารบัญตาราง	(4)
สารบัญภาพ	(5)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตการวิจัย	5
นิยามศัพท์	5
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	8
ความหมายของสมรรถภาพทางกาย	8
องค์ประกอบสมรรถภาพทางกาย	11
แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย	14
การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย	16
สมรรถภาพทางกายของนักกีฬาโอลิมปิก	26
สมรรถภาพทางกายของนักกีฬาโอลิมปิกชายหาด	30
กล้ามเนื้อที่ใช้ในการเล่นวอลเลย์บอลชายหาด	32
ประวัติและกติกาวอลเลย์บอลชายหาด	34
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	39
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	46
กลุ่มตัวอย่าง	46
ประชากร	46
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	46
อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ	47
ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	47

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การเก็บรวบรวมข้อมูล	52
การวิเคราะห์ข้อมูล	53
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	55
ผลการวิจัย	55
ข้อวิจารณ์	59
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	63
สรุปผลการวิจัย	63
ข้อเสนอแนะ	69
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	70
ภาคผนวก	74
ภาคผนวก ก แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับแบบทดสอบ สมรรถภาพทางกาย สำหรับนักกีฬาโอลิมปิกชายหาดชาย ระดับอุดมศึกษา (ฉบับส่งผู้เชี่ยวชาญตรวจพิจารณา)	75
ภาคผนวก ข รายนามผู้เชี่ยวชาญ	91
ภาคผนวก ค แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโอลิมปิกชายหาดชาย ระดับอุดมศึกษา (ฉบับสมบูรณ์) แบบทดสอบยีนกระโดดสูง (Oragon Motor Fitness Test) การทดสอบด้วยวิธีวินเกต (Wingate Anaerobic Testing) แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	94
ภาคผนวก ง หนังสือขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล การทำวิจัย	102

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก จ การหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบทดสอบ สมรรถภาพทางกาย สำหรับนักกีฬาโอลิมปิกชายหาดชาย ระดับอุดมศึกษา	105
ภาคผนวก ฉ ใบบันทึกข้อมูลการทดลองใช้เครื่องมือ (try out) ข้อมูลดิบการนำเครื่องมือไปทดลองใช้ (try out) ข้อมูลดิบการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ความเที่ยงตรง ตามสภาพ ข้อมูลดิบความเชื่อถือได้ของเครื่องมือ ข้อมูลดิบความเป็นปรนัย	108
ภาคผนวก ช รายชื่อสถาบันที่ทำการแข่งขันรอบคัดเลือกกีฬา มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 34	117
ประวัติการศึกษา และการทำงาน	119

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	แสดงมาตรฐานการประเมินผลค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	23
2	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุ น้ำหนัก ส่วนสูง	55
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย สำหรับนักกีฬาโอลิมปิกชายหาดชาย ระดับอุดมศึกษา ในแต่ละรายการ	56
4	ค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย สำหรับ นักกีฬาโอลิมปิกชายหาดชาย ระดับอุดมศึกษา จากการให้คะแนนของผู้เชี่ยวชาญ	57
5	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความเที่ยงตรงตามสภาพของแบบทดสอบ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น	57
6	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ความเชื่อถือได้ของแบบทดสอบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยวิธีการทดสอบซ้ำ (test-retest method) ระยะเวลาห่างกัน 1 สัปดาห์	58
7	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ความเป็นปรนัยของแบบทดสอบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยให้ผู้ทดสอบ 2 คน เป็นผู้ให้คะแนน	59

## สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กล้ามเนื้อที่ใช้ในการเล่นวอลเลย์บอลชายหาด	33
ภาพผนวกที่		
ก 1	ยื่นกระโดดตะ (สำหรับผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบรอบที่ 1)	87
ก 2	วิ่ง 3 จุด (สำหรับผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบรอบที่ 1)	88
ข 1	ยื่นกระโดดตะ (ผู้เชี่ยวชาญเห็นชอบ)	95
ข 2	วิ่ง 3 จุด 45 วินาที (ผู้เชี่ยวชาญเห็นชอบ)	96
ข 3	แบบทดสอบยื่นกระโดดสูง (Oregon Motor Fitness Test)	98