

กิตติศักดิ์ เมฆปั้น 2553: การสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำหรับ  
นักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ของโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต  
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พลศึกษา) สาขาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา  
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์บุญส่ง โกสะ, Ph.D. 134 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ของโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชาย 189 คน และนักเรียนหญิง 149 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย AAHPERD Health-Related Physical Fitness Test จำนวน 4 รายการคือ การวัดส่วนประกอบของร่างกาย นั่งก้มตัวไปข้างหน้า ลูก-นั่ง วิ่ง/เดิน 1 ไมล์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละและหาเกณฑ์ปกติโดยใช้คะแนนดิบ

ผลการวิจัยพบว่า การสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 แยกตามองค์ประกอบได้ดังต่อไปนี้ รายการวัดส่วนประกอบของร่างกาย แบ่งออกเป็น 5 เกณฑ์ เรียงตามลำดับดังนี้ ระดับพอม ก่อนข้างพอม สมส่วน ก่อนข้างอ้วน และอ้วน นักเรียนชายต่ำกว่า 14.63 ลงมา 14.64-18.57, 18.58-22.52, 22.53-26.46 และตั้งแต่ 26.47 ขึ้นไป นักเรียนหญิงต่ำกว่า 13.17 ลงมา 13.18-17.27, 17.28-21.38, 21.39-25.45 และตั้งแต่ 25.46 ขึ้นไป รายการนั่งก้มตัวไปข้างหน้า รายการลูก-นั่งและรายการเดิน/วิ่ง 1 ไมล์ แบ่งเป็น 5 เกณฑ์ ดังนี้ ดีมาก ดี ปานกลาง ก่อนข้างต่ำ ต่ำ เรียงตามลำดับ รายการนั่งก้มตัวไปข้างหน้า นักเรียนชาย ตั้งแต่ 12.17 ขึ้นไป 12.16 - 4.92, - 4.91-2.35, -2.34 - -9.60 และต่ำกว่า -9.59 ลงมา นักเรียนหญิงตั้งแต่ 18.35 ขึ้นไป ดี ระหว่าง 18.34-9.62, 9.61-0.79, 0.78 - -8.03 และต่ำกว่า -8.02 ลงมา รายการลูก-นั่ง นักเรียนชายตั้งแต่ 44.72 ขึ้นไป 44.71-34.90, 34.89-25.07, 25.06-15.25 และต่ำกว่า 15.24 ลงมา นักเรียนหญิงตั้งแต่ 44.79 ขึ้นไป 44.78-34.74, 34.73-24.68, 24.67-14.63 และต่ำกว่า 14.62 ลงมา รายการ เดิน/วิ่ง 1 ไมล์ นักเรียนชายตั้งแต่ 8.23 ลงมา 8.24-10.50, 10.51-12.78, 12.79-15.05 และตั้งแต่ 15.06 ขึ้นไป นักเรียนหญิงตั้งแต่ 8.32 ลงมา 8.33-10.91, 10.92-13.51, 13.52-16.10 และ 16.11 ขึ้นไป ซึ่งเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ โดยรวมทุกรายการของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงช่วงชั้นที่ 2 ส่วนใหญ่ นักเรียนชายและนักเรียนหญิงอยู่ในเกณฑ์ระดับปานกลาง