

ปกรณัม ภูตรสูงเนิน 2558: การตอบสนองทางสรีรวิทยาและทักษะที่ใช้ขณะฝึกเกมสนามเล็ก
3 ต่อ 3 ด้วยรูปแบบที่แตกต่างกันในนักกีฬาฟุตบอล วิทยาลัยวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต
(วิทยาศาสตร์การกีฬา) สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: อาจารย์นิรอมล ะกะเจ, ปร.ด. 86 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการตอบสนองทางสรีรวิทยาและทักษะที่ใช้ขณะฝึก
เกมสนามเล็กรูปแบบที่แตกต่างกันในนักกีฬาฟุตบอล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาฟุตบอลทีมโรงเรียน
เศรษฐบุตรบำเพ็ญ เพศชาย มีอายุ 13-15 ปี จำนวน 12 คน โดยแบ่งเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ทุกกลุ่มต้อง
ฝึกเกมสนามเล็กรูปแบบที่ไม่ใช้ผู้รักษาประตู รูปแบบที่ใช้ผู้รักษาประตู และรูปแบบที่ใช้ประตูขนาดเล็ก
บันทึก อัตราการเต้นของหัวใจ ความเข้มข้นแลคเตทในเลือด และ จำนวนครั้งของการผ่านบอลสำเร็จ
การรับบอล เลี้ยงบอล แย่งบอล เล่น 1 จังหวะ เล่น 2 จังหวะ โดยวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน
มาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนรูปแบบการทดลองวัดซ้ำแบบทางเดียว (One way analysis
of variance with repeated measures) และทำการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ Tukey

ผลการวิจัยพบว่า อัตราการเต้นของหัวใจ จำนวนครั้งของการผ่านบอลสำเร็จและจำนวนครั้ง
ของการเล่นบอล 1 จังหวะ การฝึกเกมสนามเล็กรูปแบบที่ไม่ใช้ผู้รักษาประตู มีค่าเฉลี่ยที่สูงกว่ารูปแบบ
ที่ใช้ผู้รักษาประตูและรูปแบบที่ใช้ประตูขนาดเล็ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนความ
เข้มข้นแลคเตทในเลือด การฝึกเกมสนามเล็กรูปแบบที่ไม่ใช้ผู้รักษาประตูและที่ใช้ผู้รักษาประตู ค่าเฉลี่ย
ที่สูงกว่า การฝึกรูปแบบที่ใช้ประตูขนาดเล็ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในขณะที่จำนวนครั้ง
ของการรับบอล และการเล่น 2 จังหวะ การฝึกเกมสนามเล็กรูปแบบที่ใช้ผู้รักษาประตู มีค่าต่ำกว่า การฝึก
เกมสนามเล็กรูปแบบที่ไม่ใช้ผู้รักษาประตูและที่ใช้ประตูขนาดเล็ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สรุปได้ว่าการฝึกเกมสนามเล็กรูปแบบที่ไม่ใช้ผู้รักษาประตู ส่งผลต่อการตอบสนองทาง
สรีรวิทยาและจำนวนครั้งของทักษะที่ใช้สูงกว่ารูปแบบอื่น เนื่องจากต้องมีการเคลื่อนที่เพื่อรับบอล
ตลอดเวลา มากกว่ารูปแบบอื่นๆ โดยทั้ง 3 รูปแบบสามารถพัฒนาสมรรถภาพ และเทคนิค ขึ้นอยู่
วัตถุประสงค์ที่นำไปใช้