

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	(ก)
Abstracts.....	(ข)
กิตติกรรมประกาศ.....	(ค)
สารบัญ.....	(ง)
รายการตาราง.....	(จ)
รายการภาพประกอบ.....	(ฉ)
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมา และความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
สมมติฐานการวิจัย.....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และหน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
ประวัติและประโยชน์ของกีฬาเปตอง.....	10
การฝึกทักษะกีฬา และวิธีการเล่นกีฬาเปตอง.....	15
-ลักษณะของผู้ที่มีทักษะดี (characteristics of skilled performance).....	16
-วิธีการสร้างทักษะ (the acquisition of performance).....	17
ทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาเปตอง.....	20
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	30
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	
อุปกรณ์ที่ใช้ในการวิจัย.....	32
วิธีการวิจัย.....	32
กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	32
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	33

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ขั้นตอนการสร้างและการหาคุณภาพแบบฝึกทักษะกีฬาสเกตตอง.....	34
การเตรียมการก่อนการฝึก.....	34
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	36
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	36
บทที่ 4 ผลการวิจัย	
ผลการวิจัย.....	37
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการวิจัย.....	40
อภิปรายผล.....	41
ข้อเสนอแนะ.....	44
เอกสารอ้างอิง.....	45
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบฝึกทักษะกีฬาสเกตตอง.....	48
ภาคผนวก ข ผลการประเมินแบบฝึกทักษะกีฬาสเกตตอง.....	70
ภาคผนวก ค รายนามผู้เชี่ยวชาญประเมินแบบฝึกทักษะกีฬาสเกตตอง.....	73
ภาคผนวก ง แบบบันทึกคะแนนการฝึกทักษะ ผลการทดสอบทักษะกีฬาสเกตตอง.....	75
ภาคผนวก จ แบบทดสอบทักษะกีฬาสเกตตอง.....	79
ข้อมูลผู้วิจัย.....	83

รายการตาราง

ตาราง	หน้า
1. ตารางการฝึกทักษะกีฬาเปตองของกลุ่มที่ฝึกด้วยแบบฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นร่วมกับการฝึกโปรแกรมปกติ (กลุ่ม 1) และกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการฝึกปกติเพียงอย่างเดียว (กลุ่ม 2).....	35
2. เปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะกีฬาเปตอง ก่อนและหลังการฝึกของกลุ่มที่ฝึกด้วยแบบฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ร่วมกับการฝึกโปรแกรมปกติ (กลุ่ม 1).....	37
3. เปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะกีฬาเปตอง ก่อนและหลังการฝึกของกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการฝึกปกติเพียงอย่างเดียว (กลุ่ม 2).....	38
4. เปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะกีฬาเปตอง ก่อนการฝึกของกลุ่มที่ฝึกด้วยแบบฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นร่วมกับการฝึกโปรแกรมปกติ (กลุ่ม 1) และกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการฝึกปกติเพียงอย่างเดียว (กลุ่ม 2).....	38
5. เปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะกีฬาเปตอง หลังการฝึกของกลุ่มที่ฝึกด้วยแบบฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นร่วมกับการฝึกโปรแกรมปกติ (กลุ่ม 1) และกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการฝึกปกติเพียงอย่างเดียว (กลุ่ม 2).....	39
6. ผลการประเมินแบบฝึกทักษะลูกเลียด ทักษะที่ 1-5.....	71
7. ผลการประเมินแบบฝึกทักษะลูกโด่ง ทักษะที่ 6-10.....	71
8. ผลการประเมินแบบฝึกทักษะลูกตี ทักษะที่ 11-20.....	72
9. แบบบันทึกคะแนนการฝึกทักษะกีฬาเปตองสำหรับนักศึกษา.....	76
10. แบบบันทึกคะแนนการทดสอบทักษะกีฬาเปตองสำหรับนักศึกษา.....	77

รายการภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1. การจับแบบห้านิ้วห่างกัน.....	22
2. การจับแบบห้านิ้วชิดติดกัน โดยนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้.....	22
3. การจับแบบสี่นิ้วชิดติดกัน โดยนิ้วหัวแม่มือเป็นอิสระ.....	23
4. การจับแบบสี่นิ้วชิดติดกัน โดยนิ้วหัวแม่มืออยู่ตรงข้ามกับนิ้วทั้งสี่.....	23
5. จังหวะที่ 1 หายมือถือลูกเปตองอยู่ระดับเอว.....	24
6. จังหวะที่ 2 คว่ำมือลงอยู่ในระดับที่ถนัดและดึงแขนผ่านข้างลำตัวไปข้างหลังจนสุดแขน แล้วเหวี่ยงแขนกลับมาข้างหน้าพร้อมกับปล่อยลูก.....	24
7. จังหวะที่ 1 หายมือถือลูกเปตองอยู่ระดับเอว.....	25
8. จังหวะที่ 2 คว่ำมือลงอยู่ในระดับที่ถนัด แล้วดึงแขนผ่านข้างลำตัวเลยไปข้างหลัง.....	25
9. จังหวะที่ 3 เหวี่ยงแขนกลับมาข้างหน้าพร้อมกับปล่อยลูก.....	26
10. จังหวะที่ 1 จับลูกคว่ำมือระดับต่ำกว่าไหล่เล็กน้อย.....	26
11. จังหวะที่ 2 เหวี่ยงแขนผ่านข้างลำตัวไปข้างหลัง.....	27
12. จังหวะที่ 3 เหวี่ยงแขนกลับมาข้างหน้าพร้อมกับปล่อยลูก.....	27
13. แบบเท้านำเท้าตาม ชิดหรือห่าง.....	28
14. แบบเท้าคู่ขนาน ชิดหรือห่าง.....	28
15. แบบเท้าแยก 45 องศา ชิดหรือห่าง.....	29
16. การฝึกโยนลูกเลียดวางระยะ.....	50
17. การฝึกโยนลูกเลียดเพื่อความชำนาญ.....	51
18. การฝึกโยนลูกเลียดกำหนดตำแหน่ง.....	52
19. การฝึกโยนลูกเลียดต่อเนื่อง.....	53
20. การฝึกโยนลูกเลียดคู่ไ้ระยะ.....	54
21. การฝึกโยนลูกโด่งวางระยะ.....	55
22. การฝึกโยนลูกโด่งเพื่อความชำนาญ.....	56
23. การฝึกโยนลูกโด่งบังคับเส้นสามระยะ.....	57
24. การฝึกโยนลูกโด่งคู่ไ้ระยะ.....	58
25. การฝึกโยนลูกโด่งบังคับจุดตก.....	59
26. การฝึกโยนลูกตีเคาะ.....	60
27. การฝึกโยนลูกตีไ้ระยะ.....	61

รายการภาพประกอบ (ต่อ)

ภาพประกอบ	หน้า
28. การฝึกโยนลูกตีแบบคงที่.....	62
29. การฝึกโยนลูกตีบน-ล่าง.....	63
30. การฝึกโยนลูกตีซ้าย-ขวา.....	64
31. การฝึกโยนลูกตีแตกคู่.....	65
32. การฝึกโยนลูกวางเพื่อตี.....	66
33. การฝึกโยนลูกตีติดในวงกลม.....	67
34. การฝึกโยนลูกตีตำแหน่งและระยะที่แตกต่างกัน.....	68
35. การฝึกโยนลูกวางตีสองคะแนน.....	69
36. การทดสอบทักษะการโยนลูกเลียด.....	80
37. การทดสอบทักษะการโยนลูกโค้งระยะกึ่งโค้ง.....	80
38. การทดสอบทักษะการโยนลูกโค้งระยะโค้ง.....	81
39. การทดสอบทักษะการโยนลูกตีแบบเลียด.....	81
40. การทดสอบทักษะการโยนลูกตีแบบสองจังหวะ.....	82
41. การทดสอบทักษะการโยนลูกตีแบบถึงตัว.....	82