

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบความเร็วในการว่ายน้ำแบบวัดวา โดยการหายใจ 1 ครั้ง ต่อการดึงแขน 2 ช่วงของการดึงแขนในระยะทาง 200 เมตรและการว่ายน้ำแบบวัดวา โดยการหายใจ 1 ครั้ง ต่อการดึงแขน 3 ช่วงของการดึงแขน ในระยะทาง 200 เมตรกลุ่มตัวอย่างคือนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชน 14 คน อายุ ระหว่าง 15-18 ปีโดยทำการทดสอบว่ายน้ำด้วยความเร็วเต็มที่ ก่อนการทดลองจากนั้นแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม เท่ากัน ด้วยวิธีการ สุ่ม ให้กลุ่มที่ 1 ฝึกว่ายน้ำท่าวัดวาแบบการหายใจ 1 ครั้ง ต่อการดึงแขน 2 ช่วงของการดึงแขน ในระยะทาง 200 เมตร กลุ่มที่ 2 ฝึกว่ายน้ำท่าวัดวาแบบหายใจ 1 ครั้ง ต่อการดึงแขน 3 ช่วงของการดึงแขน ในระยะทาง 200 เมตร เป็นเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 3 วัน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ Nonparametric Test ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน(SD)

สรุปผลการศึกษา

1. หลังการฝึก 6 สัปดาห์พบว่ากลุ่มที่ 1 ที่ฝึกว่ายน้ำท่าวัดวาโดยการหายใจ 1 ครั้ง ต่อการดึงแขน 2 ครั้ง ในระยะทาง 200 เมตรมีเวลาลดลงกว่าก่อนการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.01$)
2. หลังการฝึก 6 สัปดาห์พบว่ากลุ่มที่ 1 ที่ฝึกว่ายน้ำท่าวัดวาโดยการหายใจ 1 ครั้ง ต่อการดึงแขน 3 ครั้ง ในระยะทาง 200 เมตรมีเวลาลดลงกว่าก่อนการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.05$)
3. หลังการฝึก 6 สัปดาห์พบว่ากลุ่มที่ 1 ที่ฝึกว่ายน้ำท่าวัดวาโดยการหายใจ 1 ครั้ง ต่อการดึงแขน 2 ครั้ง ในระยะทาง 200 เมตร มีเวลาลดลงกว่ากลุ่มที่ 2 ที่ฝึกว่ายน้ำท่าวัดวาโดยการหายใจ 1 ครั้ง ต่อการดึงแขน 3 ครั้ง ในระยะทาง 200 เมตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.01$)

The objective of this study were to study the comparison swimming speed between crawl stroke pattern by one breathing per 2 and 3 hand bending during 200 Meters track and crawl stroke pattern by one breathing per 3 hand bending during same meters track. The sample consisted of 14 youths, age of 15.18 years. The data were recorded through the test of highest swimming speed among 2 group of the sample which sere selected equally. Of this, the first group employed swimming in Crawl Stroke pattern by one breathing per 2 and 3 hand bending during 200 Meters track (3 days/week) while the second group employed swimming in pa Crawl Stroke tern by one breathing per 3 hand bending during the sane meters track (3 days/week). The data were analyzed by using Nonparametric Test, (Mean)and stand deviation (SD).

Conclusion

1. Affer 6 weeks of the first group found that crawl stroke pattern training by one breathing per 2 hand bending during 200 Meters track consume significant less time than before traing ($P < 0.01$).
2. Affer 6 weeks of the first group second that crawl stroke pattern training by one breathing per 2 hand bending during 200 Meters track consume significant less time than before traing ($P < 0.05$).
3. Affer 6 weeks of the first group second that crawl stroke pattern training by one breathing per 2 hand bending during 200 Meters track consume significant less time than before Affer 6 weeks of the first group second that crawl stroke pattern training by one breathing per 2 hand bending during 200 Meters track ($P < 0.01$).