

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามให้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน-
สาธิต สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน
5 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (บางเขน) จำนวน 78 ชุด
โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 70 ชุด โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย-
ศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน จำนวน 114 ชุด โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร จำนวน 75 ชุด โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง จำนวน 126 ชุด
รวมทั้งหมด 463 ชุด ได้แบบสอบถามกลับคืนมา 463 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์และเสนอผลการวิเคราะห์โดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 วิเคราะห์รายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถามเป็น
คำร้อยละ แล้วนำเสนอเป็นรูปตาราง

ตอนที่ 2 วิเคราะห์เกี่ยวกับ การใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนักเรียนด้วย
คำร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าที (t test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวน
ทางเดียว (one-way ANOVA) แล้วนำเสนอในรูปตารางและความเรียง รวม 5 ด้าน ดังนี้

1. ด้านการออกกำลังกาย
2. ด้านความสนใจในการออกกำลังกาย
3. ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย
4. ด้านปัญหาการใช้เวลาว่าง
5. ด้านความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์เหตุผลของนักเรียนที่ไม่ชอบและไม่ใช้เวลาว่างด้วย
การออกกำลังกาย โดยการแจกแจงความถี่แล้วนำเสนอเป็นแบบตารางและความเรียง

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะ โดยนำเสนอในรูปแบบความเรียง

ตอนที่ 1 สถานภาพของนักเรียนที่ตอบแบบสอบถาม

ตาราง 2

จำนวนและค่าร้อยละเกี่ยวกับสถานภาพของนักเรียนที่ตอบแบบสอบถาม

สถานภาพของนักเรียน	จำนวน	ร้อยละ
1. นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียน		
โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (บางเขน)	78	16.85
โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	70	15.12
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน	114	24.62
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร	75	16.20
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง	126	27.21
2. เพศ		
เพศชาย	231	49.89
เพศหญิง	232	50.11
3. นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ในระดับ		
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	155	33.48
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2	158	34.12
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	150	32.40
4. นักเรียนใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรม (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
ทำงานบ้าน	142	7.63
ชมภาพยนตร์	219	11.77
ฟังวิทยุ	152	8.17
ไปเที่ยวกับเพื่อน	111	5.97
ออกกำลังกาย	228	12.26
เล่นเกม และคอมพิวเตอร์	387	20.81
เรียนพิเศษ	226	12.15

ตาราง 2 (ต่อ)

สถานภาพของนักเรียน	จำนวน	ร้อยละ
คูโทรทัศน์	327	17.58
อื่นๆ (อ่านหนังสือ, เล่นดนตรี และอ่านการ์ตูน)	68	3.66
5. นักเรียนใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายหรือไม่		
ใช่	324	70
ไม่ใช่	139	30

จากตาราง 2 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีข้อมูลส่วนตัวดังนี้คือ เป็นนักเรียนในโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง คิดเป็นร้อยละ 27.21 เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 50.11 กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 34.12 นักเรียนใช้เวลาว่างทำกิจกรรมเล่นเกมคอมพิวเตอร์ คิดเป็นร้อยละ 20.81 และใช้เวลาว่างออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 70.00

ตอนที่ 2 ข้อมูลการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย

ตาราง 3

จำนวนและค่าร้อยละเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านการออกกำลังกายของนักเรียน

ข้อมูลการใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกาย	จำนวน	ร้อยละ
1. แหล่งที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกาย		
โทรทัศน์	152	16.61
วิทยุ	35	3.83
หนังสือพิมพ์ นิตยสาร	96	10.49
อาจารย์ผู้สอน	196	21.42
เพื่อน	148	16.17

ตาราง 3 (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกาย	จำนวน	ร้อยละ
บุคคลในครอบครัว	212	23.17
บุคคลทั่วไป	67	7.32
อื่นๆ	9	0.99
2. วันที่ออกกำลังกาย		
จันทร์-ศุกร์	36	11.11
เสาร์-อาทิตย์	72	22.22
ทุกวัน	67	20.68
บางวัน	149	45.99
3. ช่วงเวลา		
เช้า (05.00-10.00 น.)	19	5.86
กลางวัน (10.00-12.00 น.)	25	7.72
บ่าย (13.00-16.00 น.)	32	9.88
เย็น (16.00-19.00 น.)	212	65.43
ค่ำ (หลัง 19.00 น.)	36	11.11
4. จำนวนวันต่อสัปดาห์		
1-2 วัน	143	44.14
3-4 วัน	117	36.11
5-6 วัน	41	12.65
7 วัน	23	7.10
5. เวลาที่ใช้ออกกำลังกาย		
15-30 นาที	98	30.25
30-45 นาที	91	28.09
45-60 นาที	51	15.74
มากกว่า 60 นาที	84	25.92

ตาราง 3 (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกาย	จำนวน	ร้อยละ
6. สถานที่ภายในโรงเรียน		
โรงฝึกพลศึกษา	159	49.07
สนามฟุตบอล	60	18.52
สนามบาสเกตบอล	53	16.36
บริเวณที่ว่างใต้อาคาร	46	14.20
อื่น ๆ	6	1.85
7. สถานที่ภายนอกโรงเรียน		
ที่บ้าน	187	57.72
สนามกีฬา	97	29.94
ศูนย์เยาวชนหรือศูนย์สุขภาพ	9	2.78
สวนสาธารณะ	20	6.17
อื่น ๆ	11	3.39
8. ประเภทกีฬาที่นักเรียนชอบเล่นในเวลาว่าง		
เทเบิลเทนนิส	78	11.61
แบดมินตัน	180	26.79
วอลเลย์บอล	42	6.25
บาสเกตบอล	93	13.84
เทนนิส	46	6.85
ฟุตบอล	67	9.97
ซอฟท์บอล	16	2.38
กรีฑา	81	12.05
อื่น ๆ	69	10.26
9. ใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายในโรงเรียน		
มีเพื่อนมาก	177	54.63
มีสถานที่กว้าง	62	19.14

ตาราง 3 (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เวลารว่างด้านการออกกำลังกาย	จำนวน	ร้อยละ
มีอุปกรณ์ให้ยืม	24	7.41
มีผู้ให้คำแนะนำ	27	8.33
รอผู้ปกครองมารับ	33	10.19
อื่น ๆ	1	0.30
10. ใช้เวลารว่างด้วยการออกกำลังกายในวันหยุด		
มีเวลาเพียงพอ	131	40.43
มีเพื่อนเล่นที่เป็นญาติ	66	20.37
มีผู้ชำนาญพิเศษแนะนำ	16	4.94
กระทำได้อย่างอิสระ	111	34.26
อื่น ๆ	-	-
11. ใช้เวลารว่างด้วยการออกกำลังกาย		
ทำให้สุขภาพดี	248	24.29
ผ่อนคลายความเครียด	179	17.53
ได้รับความสนุกสนาน	236	23.11
ลดน้ำหนักของร่างกาย	123	12.05
ได้รับความรู้ใหม่	43	4.21
การแข่งขัน	65	6.37
เหตุผลทางการแพทย์	21	2.06
การชักชวนของผู้อื่น	106	10.38
อื่น ๆ	-	-

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ได้รับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายจากบุคคลในครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 23.17 ออกกำลังกายเป็นบางวัน คิดเป็นร้อยละ 45.99 ใช้เวลารว่างออกกำลังกายในช่วงเย็น (16.00-19.00 น.) คิดเป็นร้อยละ 65.43 ออกกำลังกาย 1-2 วันต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 44.14 ใช้เวลา 15-30 นาที ในการออกกำลังกาย คิดเป็น

ร้อยละ 30.25 ใช้โรงฝึกพลศึกษาภายในโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 49.07 ใช้ที่บ้านเป็นที่
ออกกำลังกายภายนอกโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 57.72 ชอบเล่นกีฬาแบดมินตันในเวลาว่าง
คิดเป็นร้อยละ 26.79 ใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายภายในโรงเรียนเพราะมีเพื่อนมาก
คิดเป็นร้อยละ 54.63 ใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายในวันหยุดเพราะมีเวลาเพียงพอ
คิดเป็นร้อยละ 40.43 และใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายเพราะทำให้สุขภาพดี คิดเป็น
ร้อยละ 24.29

ตาราง 4

จำนวนและค่าร้อยละเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านความสนใจใน
การออกกำลังกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง

ลำดับ กิจกรรม	ชาย			หญิง		
	ประเภทกีฬา	จำนวน	ร้อยละ	ประเภทกีฬา	จำนวน	ร้อยละ
1	บาสเกตบอล	136	24.07	บาสเกตบอล	104	21.44
				แบดมินตัน	104	21.44
2	ฟุตบอล	129	22.83	กรีฑา	76	15.67
3	เทเบิลเทนนิส	112	19.82	เทเบิลเทนนิส	69	14.23
4	แบดมินตัน	95	16.82	วอลเลย์บอล	68	14.02
5	กรีฑา	93	16.46	ว่ายน้ำ	64	13.20

จากตาราง 4 พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความสนใจในกิจกรรม
การออกกำลังกายตามประเภทกีฬาดังนี้

นักเรียนชายให้ความสนใจในกิจกรรมกีฬาบาสเกตบอลเป็นอันดับ 1 คิดเป็นร้อยละ
24.07 รองลงมาได้แก่ ฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 22.83 เทเบิลเทนนิส คิดเป็นร้อยละ 19.82
แบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 16.82 และกรีฑา คิดเป็นร้อยละ 16.46

นักเรียนหญิงให้ความสนใจในกิจกรรมกีฬาบาสเกตบอล และแบดมินตัน
เป็นอันดับ 1 คิดเป็นร้อยละ 21.44 รองลงมาได้แก่ กรีฑา คิดเป็นร้อยละ 15.67 เทเบิลเทนนิส
คิดเป็นร้อยละ 14.23 วอลเลย์บอล คิดเป็นร้อยละ 14.02 และว่ายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 13.20

ตาราง 5

จำนวนและค่าร้อยละเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายภายในโรงเรียน

การเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายภายในโรงเรียน	จำนวน	ร้อยละ
1. การเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่โรงเรียนจัดให้		
กีฬา	244	49.00
กีฬาระหว่างห้อง	138	27.71
กีฬาสาธิตสามัคคี	116	23.29
อื่น ๆ	-	-
2. การเข้าร่วมกิจกรรมในฐานะ		
ผู้เล่น	196	35.83
ผู้ดู	190	34.73
กองเชียร์	158	28.89
เจ้าหน้าที่-กรรมการ	3	0.55
อื่น ๆ	-	-
3. ชอบกิจกรรมที่โรงเรียนจัด		
กีฬา	172	53.09
กีฬาระหว่างห้อง	78	24.07
กีฬาสาธิตสามัคคี	74	22.84
อื่น ๆ	-	-

จากตาราง 5 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่โรงเรียนจัดให้ คือ กีฬา มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.00 นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมในฐานะผู้เล่นมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.83 นักเรียนชอบกีฬาที่โรงเรียนจัด มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.09

ตาราง 6

จำนวนและค่าร้อยละเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านปัญหาการใช้เวลาว่าง

ปัญหาการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย	จำนวน	ร้อยละ
1. ปัญหาด้านสถานที่ออกกำลังกายภายใน		
โรงฝึกพลศึกษาที่มีอากาศร้อนอบอ้าว	155	47.84
สถานที่ออกกำลังกายมีน้อยเกินไป	79	24.38
ไม่มีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า	25	7.72
สถานที่ออกกำลังกายมักจะมีการเรียนการสอนอยู่เสมอ	56	17.28
อื่น ๆ	9	2.78
2. ปัญหาด้านอุปกรณ์		
อุปกรณ์ไม่พอให้ยืม	107	33.03
อุปกรณ์ชำรุด	115	35.49
ขาดการบริการให้ยืมอุปกรณ์	71	21.91
อุปกรณ์ไม่เหมาะสมกับวัย	10	3.09
อื่น ๆ	21	6.48
3. ปัญหาส่วนตัว		
ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม	92	28.40
ไม่มีผู้ฝึกสอนคอยแนะนำ	37	11.42
บ้านอยู่ไกลจากโรงเรียน	34	10.49
มีภารกิจด้านการเรียน	151	46.60
อื่น ๆ	10	3.09
4. ปัญหาการเข้าร่วมกิจกรรม		
ไม่มีเวลาว่างพอ	174	53.70
ไม่มีสถานที่และอุปกรณ์	45	13.89
กิจกรรมไม่น่าสนใจ	64	19.76

ตาราง 6 (ต่อ)

ปัญหาการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ทราบข่าวสารว่าจะจัดกิจกรรม	35	10.80
อื่น ๆ	6	1.85

จากตาราง 6 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีปัญหาเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายดังนี้ คือ สถานที่ที่ออกกำลังกายภายในโรงเรียนคือ โรงฝึกพลศึกษามีอากาศร้อนอบอ้าว คิดเป็นร้อยละ 47.84 ปัญหาเกี่ยวกับด้านอุปกรณ์ คือ อุปกรณ์ชำรุด คิดเป็นร้อยละ 35.49 ปัญหาส่วนตัวคือ มีภารกิจด้านการเรียน คิดเป็นร้อยละ 46.60 ปัญหาการเข้าร่วมกิจกรรมคือ ไม่มีเวลาว่างพอ คิดเป็นร้อยละ 53.70

ตาราง 7

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียนด้านกีฬา

ความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายใน โรงเรียน	\bar{X}	SD	ระดับ ความต้องการ
1. กีฬาฟุตบอล	3.29	1.19	ปานกลาง
2. กีฬาวอลเลย์บอล	3.15	1.07	ปานกลาง
3. กีฬาบาสเกตบอล	3.54	1.05	มาก
4. กีฬาเทเบิลเทนนิส	3.52	0.99	มาก
5. กีฬาแบดมินตัน	4.05	0.90	มาก
6. กีฬาซอฟท์บอล	3.02	1.05	ปานกลาง
7. กีฬายิมนาสติก	2.60	1.21	ปานกลาง
8. กีฬาวูตวู้	3.49	1.20	ปานกลาง
9. กีฬาฟุตซอล	3.27	1.16	ปานกลาง
10. กีฬาเซปักตะกร้อ	2.86	1.06	ปานกลาง
11. กีฬาเทนนิส	3.52	1.05	มาก

ตาราง 7 (ต่อ)

ความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน	\bar{X}	SD	ระดับ ความต้องการ
12. กีฬาแชร์บอล	3.36	1.05	ปานกลาง
13. กีฬามวย	2.81	1.25	ปานกลาง
14. กีฬาเปตอง	3.10	1.14	ปานกลาง
15. กรีฑา	3.48	1.14	ปานกลาง
16. เกม	4.08	1.07	มาก
รวม	3.32	0.59	ปานกลาง

จากตาราง 7 พบว่า นักเรียนมีความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน ด้านกีฬา โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ เกม กีฬาแบดมินตัน และกีฬาบาสเกตบอล (\bar{X} = 4.08, 4.05 และ 3.54 ตามลำดับ)

ตาราง 8

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียนด้านสถานที่ และอุปกรณ์กีฬา

ความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน	\bar{X}	SD	ระดับ ความต้องการ
1. สนามกีฬาประเภทต่าง ๆ	4.14	0.97	มาก
2. อุปกรณ์กีฬา	4.20	0.89	มาก
3. ห้องเก็บและยืมอุปกรณ์กีฬา	4.07	0.92	มาก
4. ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ	3.93	1.08	มาก
5. ที่นั่งพักผ่อน	4.15	0.98	มาก
6. ห้องพยาบาลอยู่ใกล้เคียง	3.94	1.05	มาก
รวม	4.07	0.74	มาก

จากตาราง 8 พบว่า นักเรียนมีความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน ด้านสถานที่ และอุปกรณ์กีฬา โดยรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ อุปกรณ์กีฬา ที่นั่งพักผ่อน สนามกีฬาประเภทต่าง ๆ และห้องเก็บและยืมอุปกรณ์กีฬา (\bar{X} = 4.20, 4.15, 4.14 และ 4.07 ตามลำดับ)

ตาราง 9

ผลการเปรียบเทียบเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียนด้านกีฬา จำแนกตามเพศ

ความต้องการให้จัดบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน	ชาย		หญิง		t	p
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
1. กีฬาฟุตบอล	3.59	1.16	2.91	1.11	5.36*	.000
2. กีฬาวอลเลย์บอล	3.07	1.14	3.25	0.97	-1.49	.137
3. กีฬาบาสเกตบอล	3.58	1.09	3.50	1.00	0.66	.509
4. กีฬาเทเบิลเทนนิส	3.58	1.05	3.45	0.91	1.19	.234
5. กีฬาแบดมินตัน	3.94	0.98	4.18	0.78	-2.48*	.014
6. กีฬาซอฟท์บอล	2.97	1.12	3.08	0.96	-0.99	.322
7. กีฬายิมนาสติก	2.39	1.23	2.87	1.14	-3.56*	.000
8. กีฬาวูตวู้	3.32	1.18	3.71	1.19	-2.91*	.004
9. กีฬาฟุตซอล	3.52	1.16	2.97	1.08	4.46*	.000
10. กีฬาเซปักตะกร้อ	2.99	1.10	2.71	1.00	2.38*	.018
11. กีฬาเทนนิส	3.48	1.09	3.56	1.01	-0.61	.541
12. กีฬาแชร์บอล	3.14	1.02	3.63	1.02	-4.32*	.000
13. กีฬามวย	2.99	1.26	2.58	1.21	2.98*	.003
14. กีฬาเปตอง	3.09	1.20	3.11	1.05	-0.17	.861
15. กรีฑา	3.46	1.17	3.51	1.11	-0.41	.680
16. เกม	4.04	1.08	4.13	1.06	-0.72	.472
รวม	3.32	0.60	3.32	0.58	0.02	.988

* $p < .05$



จากตาราง 9 พบว่า นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน ด้านกีฬา โดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า กีฬาฟุตบอล กีฬาเบดมินตัน กีฬายิมนาสติก กีฬาวolley กีฬาฟุตซอล กีฬาเซปักคตะกร้อ กีฬาแชร์บอล และกีฬามวย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 10

ผลการเปรียบเทียบเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียนด้านสถานที่ และอุปกรณ์กีฬา จำแนกตามเพศ

ความต้องการให้จัดบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน	ชาย		หญิง		t	p
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
1. สนามกีฬาประเภทต่าง ๆ	4.11	1.00	4.17	0.93	-0.51	.608
2. อุปกรณ์กีฬา	4.24	0.92	4.15	0.85	0.92	.357
3. ห้องเก็บและยืมอุปกรณ์กีฬา	4.06	0.96	4.09	0.86	-0.34	.735
4. ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ	3.77	1.16	4.13	0.95	-3.06*	.002
5. ที่นั่งพักผ่อน	4.03	1.03	4.28	0.97	-2.30*	.022
6. ห้องพยาบาลอยู่ใกล้เคียง	3.89	1.05	4.01	1.05	-1.06	.288
รวม	4.02	0.77	4.14	0.70	-1.48	.141

* $p < .05$

จากตาราง 10 พบว่า นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน ด้านสถานที่ และอุปกรณ์กีฬา โดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ และที่นั่งพักผ่อน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 11

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในแต่ละระดับชั้น
เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านกีฬา

ความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน		SS	df	MS	F	p
กีฬาฟุตบอล	ระหว่างกลุ่ม	0.44	2	0.22	0.16	.855
	ภายในกลุ่ม	453.86	321	1.41		
	รวม	454.31	323			
กีฬาออลเลย์บอล	ระหว่างกลุ่ม	3.41	2	1.71	1.50	.226
	ภายในกลุ่ม	366.18	321	1.14		
	รวม	369.59	323			
กีฬาบาสเกตบอล	ระหว่างกลุ่ม	0.71	2	0.36	0.32	.725
	ภายในกลุ่ม	355.68	321	1.11		
	รวม	356.40	323			
กีฬาเทเบิลเทนนิส	ระหว่างกลุ่ม	6.45	2	3.23	3.34	.037*
	ภายในกลุ่ม	310.35	321	0.97		
	รวม	316.80	323			
กีฬาแบดมินตัน	ระหว่างกลุ่ม	3.64	2	1.82	2.26	.106
	ภายในกลุ่ม	258.66	321	0.81		
	รวม	262.31	323			
กีฬาซอฟท์บอล	ระหว่างกลุ่ม	3.47	2	1.74	1.57	.209
	ภายในกลุ่ม	354.42	321	1.10		
	รวม	357.89	323			
กีฬายิมนาสติก	ระหว่างกลุ่ม	3.10	2	1.55	1.06	.348
	ภายในกลุ่ม	470.33	321	1.47		
	รวม	473.43	323			

ตาราง 11 (ต่อ)

ความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน		<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
กีฬาว่ายน้ำ	ระหว่างกลุ่ม	1.62	2	0.81	0.56	.570
	ภายในกลุ่ม	463.36	321	1.44		
	รวม	464.99	323			
กีฬาฟุตบอล	ระหว่างกลุ่ม	4.44	2	2.22	1.66	.191
	ภายในกลุ่ม	428.12	321	1.33		
	รวม	432.55	323			
กีฬาเซปักตะกร้อ	ระหว่างกลุ่ม	5.53	2	2.76	2.47	.086
	ภายในกลุ่ม	358.50	321	1.12		
	รวม	364.03	323			
กีฬาเทนนิส	ระหว่างกลุ่ม	2.56	2	1.28	1.15	.318
	ภายในกลุ่ม	356.37	321	1.11		
	รวม	358.92	323			
กีฬาแชร์บอล	ระหว่างกลุ่ม	0.23	2	0.11	0.10	.903
	ภายในกลุ่ม	354.24	321	1.10		
	รวม	354.47	323			
กีฬามวย	ระหว่างกลุ่ม	9.30	2	4.65	3.00	.051
	ภายในกลุ่ม	497.45	321	1.55		
	รวม	506.75	323			
กีฬาเปตอง	ระหว่างกลุ่ม	3.44	2	1.72	1.34	.264
	ภายในกลุ่ม	413.40	321	1.29		
	รวม	416.84	323			
กรีฑา	ระหว่างกลุ่ม	1.31	2	0.65	0.50	.607
	ภายในกลุ่ม	419.62	321	1.31		
	รวม	420.92	323			

ตาราง 11 (ต่อ)

ความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน		SS	df	MS	F	p
เกม	ระหว่างกลุ่ม	1.75	2	0.88	0.77	.466
	ภายในกลุ่ม	367.32	321	1.14		
	รวม	369.07	323			
รวม	ระหว่างกลุ่ม		2	0.27	0.77	.466
	ภายในกลุ่ม		321	0.35		
	รวม		323			

* $p < .05$

จากตาราง 11 พบว่า นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกัน มีความต้องการรับบริการการออกกำลังกายภายในโรงเรียน ด้านกีฬา โดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียนด้านกีฬาประเภทกีฬา เทเบิลเทนนิสแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการเปรียบเทียบเป็นรายคู่โดยวิธีการของเซฟเฟ้ได้ผลการวิเคราะห์ดังตาราง 12

ตาราง 12

ผลการเปรียบเทียบความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียนด้านกีฬาประเภทกีฬาเทเบิลเทนนิส จำแนกตามระดับชั้น เป็นรายคู่

ระดับชั้น	\bar{X}	ม. 1	ม. 2	ม. 3
ม. 1	3.71	-	0.24	0.33*
ม. 2	3.47		-	0.09
ม. 3	3.38			-

* $p < .05$

จากตาราง 12 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กับ มัธยมศึกษาปีที่ 3 มีความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียนด้านกีฬาประเภทกีฬาเทเบิลเทนนิสแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 13

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในแต่ละระดับชั้นเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านสถานที่ และอุปกรณ์กีฬา

ความต้องการรับบริการ		SS	df	MS	F	p
การออกกำลังกายภายในโรงเรียน						
สนามกีฬาประเภท ต่าง ๆ	ระหว่างกลุ่ม	1.50	2	0.75	0.80	.451
	ภายในกลุ่ม	300.53	321	0.94		
	รวม	302.03	323			
อุปกรณ์กีฬา	ระหว่างกลุ่ม	0.37	2	0.18	0.23	.793
	ภายในกลุ่ม	254.19	321	0.79		
	รวม	254.56	323			
ห้องเก็บและยืม อุปกรณ์กีฬา	ระหว่างกลุ่ม	0.31	2	0.15	0.18	.835
	ภายในกลุ่ม	271.06	321	0.84		
	รวม	271.37	323			
ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า และอาบน้ำ	ระหว่างกลุ่ม	5.57	2	2.78	2.38	.094
	ภายในกลุ่ม	374.66	321	1.17		
	รวม	380.22	323			
ที่นั่งพักผ่อน	ระหว่างกลุ่ม	0.22	2	0.11	0.11	.894
	ภายในกลุ่ม	311.96	321	0.97		
	รวม	312.18	323			
ห้องพยาบาลอยู่ ใกล้เคียง	ระหว่างกลุ่ม	2.77	2	1.38	1.25	.287
	ภายในกลุ่ม	354.23	321	1.10		
	รวม	357.00	323			

ตาราง 13

ความต้องการรับบริการ การออกกำลังกายภายในโรงเรียน		SS	df	MS	F	p
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.71	2	0.35	0.64	.527
	ภายในกลุ่ม	176.77	321	0.55		
	รวม	177.48	323			

* $p < .05$

จากตาราง 13 พบว่า นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกัน มีความต้องการรับบริการการออกกำลังกายภายในโรงเรียน ด้านสถานที่ และอุปกรณ์กีฬา โดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 3 เหตุผลที่นักเรียนไม่ได้ออกกำลังกายในเวลาว่าง

ตาราง 14

เหตุผลที่นักเรียนไม่ได้ออกกำลังกายในเวลาว่าง

เหตุผล	จำนวน	ร้อยละ
1. สุขภาพไม่ดีมีโรคประจำตัว	25	7.69
2. มีความบกพร่องทางร่างกาย	10	3.08
3. ไม่มีเวลาว่างพอ	98	30.15
4. ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม	76	23.38
5. ไม่มีผู้สอน	19	5.85
6. ค่าใช้จ่ายสูงเกินไป	8	2.46
7. เคยได้รับอุบัติเหตุจากการเล่นกีฬา	18	5.54
8. ใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น ๆ	71	21.85
9. อื่น ๆ	-	-

จากตาราง 14 พบว่า เหตุผลของนักเรียนส่วนใหญ่ที่ไม่ได้ออกกำลังกายในเวลาว่างมากที่สุดคือ ไม่มีเวลาว่างพอ คิดเป็นร้อยละ 30.15 รองลงมาคือ ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 23.38 และใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น ๆ คิดเป็นร้อยละ 21.85

ตาราง 15

เหตุผลที่นักเรียนไม่ชอบออกกำลังกายในเวลาว่าง

เหตุผล	จำนวน	ร้อยละ
1. ทำให้เสียเวลาเรียน	42	14.24
2. ไม่มีทักษะในด้านกีฬา	86	29.15
3. เกียจคร้าน	89	30.17
4. ไม่สบายตัว	50	16.95
5. ไม่ชอบเล่นกับเพื่อน	12	4.07
6. ไม่ชอบผู้สอน	16	5.42
7. อื่น ๆ	-	-

จากตาราง 15 พบว่า เหตุผลของนักเรียนส่วนใหญ่ที่ไม่ชอบออกกำลังกายในเวลาว่างมากที่สุดคือ เกียจคร้าน คิดเป็นร้อยละ 30.17 รองลงมาคือ ไม่มีทักษะในด้านกีฬา คิดเป็นร้อยละ 29.15 ไม่สบายตัว คิดเป็นร้อยละ 16.95 และทำให้เสียเวลาเรียน คิดเป็นร้อยละ 14.24

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะ

1. นักเรียนมีความต้องการให้จัดบริการตู้น้ำดื่มตามจุดต่าง ๆ ใกล้กับสถานที่ออกกำลังกายภายในโรงเรียน
2. นักเรียนมีความต้องการผู้ฝึกสอนเพื่อคอยแนะนำทักษะการเล่นกีฬา และการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี นอกเหนือจากการเรียนการสอน