

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน ได้พระราชทานพระบรมราโชวาทสำหรับข้าราชการตำรวจไว้ความตอนหนึ่งว่า ผู้ที่จะเป็นตำรวจ จำเป็นต้องฝึกฝนอบรมตนเองให้แข็งแกร่งเสมอ ทั้งในด้านความรู้ ก้ำลัง และจิตใจพร้อมทั้งมีอุดมคติ มีความมั่นคงในความคิดอย่างสูงจึงสามารถปฏิบัติการ ให้มีประสิทธิภาพเต็มที่ (สำนักงานตำรวจแห่งชาติ, 2550, หน้า 31) ขณะที่นโยบายของรัฐบาลตลอดจนแผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 พ.ศ. 2550-2554 มุ่งมั่นพัฒนาเสริมสร้างสุขภาวะของประชาชนให้ครอบคลุมทั้งมิติทางกาย จิต สังคม และสติปัญญา ให้มีสุขภาพที่แข็งแรง ทั้งกาย และใจ มีความมั่นคงประจำชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี สำนักงานตำรวจแห่งชาติ จึงได้อัญเชิญพระบรมราโชวาทดังกล่าวเป็นกรอบแนวคิดแผนพัฒนาตำรวจแห่งชาติ พ.ศ. 2550-2554 และได้ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสร้างเสริมสุขภาพให้แก่ข้าราชการตำรวจ เพื่อให้เป็นไปตามนโยบายของรัฐบาล และแผนระดับชาติ ดังกล่าว ตามแผนพัฒนาตำรวจซึ่งเป็นแผนหลักด้านหนึ่ง ในแผนพัฒนาสำนักงานตำรวจแห่งชาติ พ.ศ. 2550-2554 จึงได้บรรจุโครงการพัฒนาด้านสุขภาพร่างกาย ด้านความคิด ด้านจิตใจและด้านสวัสดิการไว้แล้ว โดยเฉพาะ โครงการด้านพัฒนาด้านสุขภาพร่างกาย ประกอบด้วยหลายโครงการซึ่งจะเสริมสร้างให้ข้าราชการตำรวจมีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ มีความพร้อมที่จะปฏิบัติภารกิจที่ได้รับมอบหมายจากผู้บังคับบัญชา และสามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างมีประสิทธิภาพเสริมสร้างความเชื่อมั่นศรัทธา แก่ประชาชนผู้พบเห็นตำรวจ ที่มีบุคลิกดี และท่าทางที่องอาจ สมกับเป็นผู้พิทักษ์สันติราษฎร์ และเป็นแนวทางแก่ผู้บังคับบัญชา ในการคัดเลือกบุคลากรที่มีคุณสมบัติทางร่างกายเหมาะสมกับภารกิจที่ได้รับมอบหมาย

เพื่อเป็นการลดค่าใช้จ่ายในด้านการรักษาพยาบาล และการสูญเสียบุคลากรตลอดจน เสริมสร้างประสิทธิผลและประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานของข้าราชการตำรวจ

โรงเรียนนายสิบตำรวจได้ตระหนักถึงสุขภาพ และแนวทางการออกกำลังกายเพื่อ เสริมสร้างสุขภาพ และความแข็งแรงของนักเรียนนายสิบตำรวจเพื่อที่จะทำให้นักเรียน นายสิบตำรวจมีความแข็งแรงทั้งกายและใจ ในปัจจุบันมีการเรียนวิชาพลานามัย และวิชา ต่อสู้ป้องกันตัว สอนอยู่ซึ่งอาจยังไม่เพียงพอต่อเหตุการณ์บ้านเมืองในปัจจุบันนี้ ซึ่งเลวร้าย ลงทุกขณะ ผู้วิจัยจึงเห็นว่านักเรียนนายสิบตำรวจมีความต้องการการออกกำลังกายซึ่ง สามารถนำการวิจัยในครั้งนี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ ส่งเสริมการออกกำลังกายให้มีสุขภาพดี หากมีการพัฒนาในส่วนของรูปแบบ และประเภทการออกกำลังกาย เพื่อให้ข้าราชการตำรวจ ให้ฝึกฝนตนเองให้แข็งแรงเสมอ โดยเฉพาะด้านกำลังเพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง อันเป็นปัจจัยพื้นฐานเบื้องต้นในการพัฒนาข้าราชการตำรวจในด้านอื่น ๆ ซึ่งจะนำไป ปฏิบัติหน้าที่ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้นจึงเห็น ได้ว่าการออกกำลังกายนั้น เป็นสิ่งสำคัญในการก่อให้เกิด ความสมบูรณ์ของร่างกายเช่นเดียวกับปัจจัยในการดำรงชีวิตอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นอาหาร น้ำ ยารักษาโรค เป็นสิ่งที่จะช่วยสร้างให้การดำรงชีวิต ของบุคคลมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ปราศจาก โรคภัยไข้เจ็บอันเป็นตัวบั่นทอนในการดำรงชีวิต ในทุก ๆ ด้านของมนุษย์ บุคคลใดที่ได้รับการ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำและออกกำลังกายได้อย่างเหมาะสม จะช่วย สร้างให้ชีวิตมีความสุขทั้งกายและใจ รวมไปถึงสังคมที่ดี

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ข้าราชการตำรวจมีส่วนเข้ามาเกี่ยวข้องกับประชาชน มากขึ้น ซึ่งส่วนใหญ่ข้าราชการตำรวจขาดการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ ทำให้ร่างกาย ขาดความพร้อมในการปฏิบัติหน้าที่ ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นบุคคลหนึ่งที่รับราชการตำรวจ จึงสนใจที่จะศึกษาความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจ และเป็นแนวทาง ในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย ให้ตรงตามความต้องการของนักเรียนนายสิบตำรวจ ให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ พร้อมทั้งจะปฏิบัติหน้าที่เพื่อประชาชนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553
2. เพื่อเปรียบเทียบความต้องการการออกกำลังกายระหว่าง นักเรียนนายสิบตำรวจ ศูนย์อบรมตำรวจกลาง ศูนย์อบรมตำรวจภูธรภาค 1 และศูนย์อบรมตำรวจภูธรภาค 2

สมมติฐานของการวิจัย

นักเรียนนายสิบตำรวจศูนย์อบรมตำรวจกลาง ศูนย์อบรมตำรวจภูธรภาค 1 และ ศูนย์อบรมตำรวจภูธรภาค 2 สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 มีความต้องการการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ โดยมุ่งเน้นที่จะศึกษาถึงความต้องการ ในการออกกำลังกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลัง ฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 โดยกำหนดให้ครอบคลุมถึงความต้องการด้านต่าง ๆ รวม 5 ด้าน คือ

1. ด้านวัน และเวลาในการออกกำลังกาย
2. ด้านวิชาการ
3. ด้านอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก
4. ด้านกิจกรรม
5. ด้านส่งเสริมสุขภาพ และสมรรถภาพทางกาย

ข้อตกลงเบื้องต้น

ผู้ตอบแบบสอบถาม ตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริง

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความต้องการการออกกำลังกาย หมายถึง ความของนักเรียนนายสิบตำรวจสังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 ศูนย์อบรมตำรวจกลาง ศูนย์อบรมตำรวจภูธรภาค 1 และศูนย์อบรมตำรวจภูธรภาค 2 ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

ด้านวันและเวลาในการออกกำลังกาย หมายถึง ความต้องการด้านช่วงระยะเวลาที่ต้องการออกกำลังกายในแต่ละวัน

ด้านวิชาการ หมายถึง ความต้องการด้าน ความรู้ที่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย หรือข่าวสารที่เป็นเรื่องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เช่น เทคนิควิธีการปฏิบัติในการออกกำลังกาย กฎ กติกา เอกสาร หรือ สิ่งตีพิมพ์ที่เป็นประโยชน์ต่อการออกกำลังกาย

ด้านอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก หมายถึง ความต้องการด้าน อาคาร สถานที่ เครื่องมือเครื่องใช้ รวมถึงโสตทัศนูปโภคที่ช่วยส่งเสริม สนับสนุนในการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา เช่น ห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว สนามกีฬา อุปกรณ์กีฬาต่าง ๆ

ด้านกิจกรรม หมายถึง ความต้องการด้าน ชนิดของกิจกรรมกีฬาแต่ละอย่างที่ผู้เล่นกีฬาใช้เป็นสื่อกลางในการเล่น

ด้านส่งเสริมสุขภาพ และสมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความต้องการด้านการทดสอบเพื่อวัดประสิทธิภาพของร่างกายโดยอาศัยเครื่องมือทางวิทยาศาสตร์

นักเรียนนายสิบตำรวจ หมายถึง นักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 ซึ่งประกอบด้วย ศูนย์อบรมตำรวจกลาง ศูนย์อบรมตำรวจภูธรภาค 1 และศูนย์อบรมตำรวจภูธรภาค 2

ผู้เชี่ยวชาญ หมายถึง ผู้ที่มีคุณวุฒิ และประสบการณ์ทางพลศึกษาหรือสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องที่มีคุณสมบัติข้อใดข้อหนึ่งดังนี้

1. จบการศึกษาในระดับปริญญาโท และมีประสบการณ์อย่างน้อย 5 ปี
2. จบการศึกษาในระดับปริญญาเอก และมีประสบการณ์อย่างน้อย 2 ปี

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบความต้องการ การออกกำลังกายของนักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553
2. ทำให้ได้แนวทางที่จะเสนอแนะเพื่อปรับปรุง กิจกรรมทางการออกกำลังกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจสังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ