

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เป็นสถาบันอุดมศึกษาอยู่ในกำกับรัฐบาลเป็นแห่งแรกของประเทศไทย ที่มีลักษณะเป็นมหาวิทยาลัยนอกระบบราชการ แต่อยู่ในกำกับของรัฐบาล ที่มีบทบาทอันสำคัญในการพัฒนาประเทศ ภาระหน้าที่หลักของมหาวิทยาลัยในการพัฒนาประเทศ คือ การผลิตกำลังคนออกไปพัฒนาประเทศด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัย บุคคลที่จะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาประเทศหรือเป็นประโยชน์ต่อสังคมจะต้องเป็นบุคคลที่มีคุณภาพดีเป็นบุคคลที่ได้รับการพัฒนา จนมีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา สังคม อารมณ์ มีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง มีร่างกายและจิตใจที่มั่นคง ดังนั้นหน้าที่ของ มหาวิทยาลัย จึงไม่เพียงแต่การจัดการเรียนการสอนเพื่อให้ความรู้แก่นักศึกษา ในด้านวิชาการและวิชาชีพเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการพัฒนานักศึกษาให้เป็นบุคคลที่มีความรู้ความสามารถในด้านต่างๆ อย่างเหมาะสมและสมบูรณ์ที่สุด เพื่อให้สามารถตอบสนองความต้องการของประเทศที่ต้องอาศัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่ทันสมัยมารองรับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ส่วนการพัฒนานักศึกษาด้านร่างกายและอื่นๆ นั้น มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ถือเป็นภารกิจหลักและมีความสำคัญมากเพื่อจะได้ผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพ จึงได้กำหนดคุณลักษณะของบัณฑิตที่พึงประสงค์ไว้ 4 ประการ คือ มีความรอบรู้ในเรื่องปัจจัยมนุษย์ (HUMANWARE) ปัจจัยองค์กร (ORGWARE) ปัจจัยข่าวสาร (INFORWARE) และปัจจัยเทคโนโลยี (TECHNOWARE) เพื่อให้การผลิตบัณฑิตของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีบรรลุตามวัตถุประสงค์ดังกล่าว มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีได้พยายามจัดสภาพแวดล้อมของสิ่งแวดล้อมที่มีอยู่ เพื่อให้ให้นักศึกษาได้รับประสบการณ์จากสิ่งแวดล้อมนั้นให้เอื้ออำนวยประโยชน์ให้นักศึกษาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกี่ยวกับการส่งเสริมด้านพละานามัยของนักศึกษา จึงจัดสถานที่และอุปกรณ์การออกกำลังกายให้นักศึกษาทุกคนที่ต้องการพักผ่อนและออกกำลังกาย ได้ใช้อย่างสะดวกและเพียงพอกับความต้องการในระดับหนึ่ง อีกทั้งยังได้จัดบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเพื่อให้บริการด้าน

การใช้โปรแกรมเพื่อการฝึกสมรรถภาพทางกายในรูปแบบต่าง ๆ ให้นักศึกษาได้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่มุ่งส่งเสริมการพัฒนาด้านร่างกายมิให้เป็นอุปสรรคต่อการเรียน ให้เป็นบัณฑิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา อีกทั้งยังมุ่งส่งเสริมให้นักศึกษาผู้ที่มีทักษะกีฬาที่ดีให้ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาทักษะให้ดีขึ้นเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันได้ด้วย ผู้ที่ออกกำลังกาย และมีทักษะกีฬาค้นพื้นฐานก็ได้ใช้ทักษะเพื่อการแข่งขันด้วยเช่นกัน ทั้งนี้ มหาวิทยาลัยได้เล็งเห็นประโยชน์ที่จะเกิดกับนักศึกษาเป็นสำคัญ จึงมีนโยบายที่เกี่ยวกับการส่งเสริมการกีฬาและการออกกำลังกายเพื่อการพัฒนาทรัพยากรบุคคลที่ถือว่าเป็นผู้ที่พัฒนาประเทศอย่างต่อเนื่อง ถือเป็นนโยบายหลักที่สำคัญประการหนึ่งที่มหาวิทยาลัยให้ความสำคัญมาก พยายามที่จะส่งเสริมให้มีการปฏิบัติอย่างจริงจังและต่อเนื่องตลอดมา เพื่อสนองตอบต่อความต้องการออกกำลังกายที่หลากหลายของนักศึกษาส่วนใหญ่เป็นสำคัญ จึงกำหนดให้หน่วยงานภายในของมหาวิทยาลัย เป็นผู้รับผิดชอบดำเนินการ ได้แก่ สถานกีฬาเพื่อสุขภาพและงานกีฬาและกิจกรรมของมหาวิทยาลัย โดยมีจุดประสงค์หลักร่วมกัน คือมุ่งส่งเสริมให้มีกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาอย่างแพร่หลาย อำนวยความสะดวกด้านอุปกรณ์การออกกำลังกายและกีฬาที่ได้มาตรฐานเป็นสากลไว้บริการ เพื่อให้นักศึกษาก็มีโอกาสในการเลือกเล่นและรับบริการอย่างอิสระ ดังนั้นจึงต้องส่งเสริมให้มีกิจกรรมต่างๆ ที่นักศึกษาเลือกได้อย่างกว้างขวาง (วิจิตร ศรีสอาน, 2539)

จากนโยบายด้านการจัดการกีฬาและกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เห็นว่ามหาวิทยาลัยควรมีนโยบายในการจัดรูปแบบการส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ดังนี้

1. มหาวิทยาลัยจะต้องมีหน่วยงานสำหรับบริการ บริหารงาน และการจัดการเกี่ยวกับการกีฬาและกิจกรรมทั้งของบุคลากรและนักศึกษาอย่างชัดเจน โดยมีคณะกรรมการกีฬาเป็นผู้ให้คำแนะนำปรึกษา และกำกับอย่างใกล้ชิด
2. มหาวิทยาลัยจะสนับสนุนกิจกรรมกีฬา ทั้งกีฬาเพื่อสุขภาพ กีฬาเพื่อนันทนาการ กีฬาเพื่อการแข่งขัน และกีฬาเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ไมตรีระหว่างนักศึกษา บุคลากร และระหว่างมหาวิทยาลัยกับสังคมภายนอก
3. มหาวิทยาลัยจะดำเนินการด้านกีฬาเพื่อการแข่งขัน โดยใช้การเลือกสรรให้เหมาะสมกับวัฒนธรรมและความสนใจ เครื่องอำนวยความสะดวกและสถานภาพทางเศรษฐกิจของมหาวิทยาลัย
4. มหาวิทยาลัยมุ่งที่จะพัฒนานักศึกษาของมหาวิทยาลัยในด้านทักษะกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬา จิตวิทยาการกีฬา และจริยธรรมการกีฬาอย่างเป็นระบบครบวงจร

5. มหาวิทยาลัยต้องให้บริการด้านกิจกรรมกีฬาแก่ชุมชนตามความเหมาะสมอย่างต่อเนื่อง (เอกสารประกอบการประชุม คณะกรรมการกีฬามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ครั้งที่ 1/2539 : 1, 2)

นอกจากนี้มหาวิทยาลัยยังมี "มาตรการ" สำหรับการปฏิบัติให้สอดคล้องเป็นไปตามนโยบายของมหาวิทยาลัย ดังนี้

1. จัดตั้งหน่วยงานสำหรับบริหาร บริการและดำเนินการเกี่ยวกับกิจกรรมกีฬาของมหาวิทยาลัย ซึ่งอาจเรียกว่าศูนย์กีฬา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เป็นหน่วยงานปกติในระบบของมหาวิทยาลัย
2. แต่งตั้งคณะกรรมการกีฬา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เพื่อให้คำปรึกษา กำกับดูแลและแนะนำการดำเนินงานของศูนย์กีฬา
3. กำหนดระเบียบบริหารงานการเงิน พัสดุและบุคลากรของศูนย์กีฬา เพื่อให้เกิดความคล่องตัวในการบริหารงาน
4. กำหนดกีฬาเพื่อการแข่งขัน ที่อยู่ในนโยบายของมหาวิทยาลัยให้ชัดเจน
5. สรรหาบุคลากรเพื่อทำหน้าที่เป็นผู้ฝึกสอนกีฬาที่ได้กำหนดไว้ในนโยบาย ซึ่งอาจเป็นไปในรูปของการบรรจุเป็นพนักงานประจำหรือชั่วคราวเฉพาะกิจตามความเหมาะสม
6. แสวงหาความร่วมมือจากหน่วยงานหรือผู้ประกอบการเอกชน เพื่อรับการสนับสนุนด้านการเงินและเครื่องอำนวยความสะดวกตามความเหมาะสม
7. ระดมอาสาสมัครที่เป็นบุคลากรของมหาวิทยาลัย ที่มีความสามารถเป็นผู้ฝึกสอนกีฬาที่กำหนดไว้ในนโยบาย เพื่อปฏิบัติหน้าที่พิเศษเป็นผู้ฝึกสอนกีฬา
8. กำหนดให้มีการแข่งขันกีฬภายในตลอดทั้งปี โดยถือว่าช่วงเดือนกุมภาพันธ์ของแต่ละปีเป็นช่วงเวลาแห่งการแข่งขันรอบสุดท้าย เพื่อจัดกิจกรรมสังสรรค์การกีฬาและสุขภาพประจำปี
9. จัดให้มีกิจกรรมทางวิชาการเพื่อสุขภาพและการกีฬาอย่างสม่ำเสมอ
10. แสวงหาความร่วมมือกับหน่วยงานภายนอกหรือองค์กรเอกชนเพื่อจัดให้มีกิจกรรมกีฬาเพื่อสุขภาพและนันทนาการในระดับภูมิภาค ระดับประเทศ หรือระดับนานาชาติ ในศูนย์กีฬา ของมหาวิทยาลัยเป็นครั้งคราว เพื่อสร้างบรรยากาศและจงใจให้บุคลากรและนักศึกษาออกกำลังกาย เล่นกีฬาและดูแลสุขภาพของตนเองอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เป็นผู้ที่มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ แต่อย่างไรก็ตามความต้องการการออกกำลังกายก็มีข้อจำกัดของแต่ละบุคคลเพราะความต้องการการออกกำลังกายเป็นความต้องการตามธรรมชาติที่มักจะเกิดขึ้นกับผู้ที่มี

ทัศนคติที่ดี และมองเห็นคุณค่าประโยชน์ของการออกกำลังกาย (ดวงเดือน พันธุมนาวิน . 2538) ดังนั้นมหาวิทยาลัยจึงมีนโยบายและมาตรการเพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาได้เกิดทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกายเพื่อป้องกัน การระงับรักษาสุขภาพเพื่อไม่ให้ป็นอุปสรรคต่อการเรียน มหาวิทยาลัยจึงดำเนินการอย่างต่อเนื่อง เพื่อชี้ให้เห็นว่ามหาวิทยาลัยได้ดำเนินการและให้ความสำคัญอย่างจริงจัง ที่จะส่งเสริมให้นักศึกษาและประชากรภายในมหาวิทยาลัย ได้รับบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อตอบสนองต่อความต้องการการออกกำลังกาย โดยการกระตุ้นให้นักศึกษาและบุคลากรได้ เห็นความสำคัญและให้มีทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกาย มุ่งให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกาย เพื่อให้เกิดความต้องการการออกกำลังกายตามมา จึงได้คิดหาแนวทางปรับปรุงและพัฒนา รูปแบบการให้บริการให้สอดคล้องกับอุปกรณ์ และทรัพยากรที่มีอยู่ให้คุ้มค่ามีประสิทธิภาพสูงสุด

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่กล่าวถึงเรื่อง การสร้างทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรม การออกกำลังกาย รวมทั้งการศึกษาความสัมพันธ์ของ ทัศนคติกับความต้องการการออกกำลังกาย ศึกษาปัจจัยของการเกิดทัศนคติต่อการออกกำลังกาย พบว่า การที่จะเกิดทัศนคติต่อสิ่งใดนั้นจะมีที่มาจากหลายแหล่งพอสรุปได้จากแหล่งใหญ่ๆ 4 แหล่ง คือ 1) อิทธิพลของครอบครัว มักเกิดขึ้นในวัยเด็ก ซึ่งเด็กจะพัฒนาค่านิยม ความเชื่อ และความรู้สิ่งนึกคิดต่อสิ่งต่างๆ ภายใต้อารมณ์ความคิดของพ่อแม่เป็นหลัก เพราะพ่อแม่ จะเป็นสภาวะแวดล้อมที่ใกล้ชิดตัวเด็กและจะมีอิทธิพลที่สุด 2) อิทธิพลของประสบการณ์ส่วนตัว เป็นการพัฒนาทัศนคติที่ค่อนข้างหนักแน่น การได้พบเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่งบ่อยๆ ก็ย่อมมีการพัฒนาทัศนคติได้เช่นกัน แต่จะเป็นไปทางบวก หรือลบ ขึ้นอยู่กับการพบเห็นก่อให้เกิดสภาพการณ์ที่พึงพอใจหรือไม่พึงพอใจ 3) อิทธิพลจากสิ่งต่างๆ ระเบียบ หรือกฎเกณฑ์ต่างๆ ของกลุ่มทางสังคมที่บุคคลเป็นสมาชิกจะมีอิทธิพลต่อการสร้างทัศนคติต่อสิ่งต่างๆ เช่นกลุ่มทางสังคมในวัยเด็ก กลุ่มทางสังคมในโรงเรียน และกลุ่มทางสังคมในวัยทำงาน ก็ย่อมมีอิทธิพลต่อการวางกรอบแนวคิดและทัศนคติของบุคคลต่อสิ่งต่างๆ 4) อิทธิพลของสื่อมวลชน วิทยู โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ตลอดจนโฆษณาต่างๆ ก็มีอิทธิพลต่อทัศนคติของบุคคลต่อสิ่งต่างๆ ได้ ดังนั้นจะสังเกตเห็นว่า สภาพแวดล้อมรอบข้างมักจะเป็นตัวสร้างหรือพัฒนาทัศนคติให้เกิดขึ้นได้ตามกรอบแนวคิดที่อยู่ในขณะนั้น ยังมีผู้วิจัยที่เกี่ยวกับการเกิดทัศนคติและการพัฒนาทัศนคติน้อยมาก แต่จะมีงานวิจัยที่เกี่ยวกับทัศนคติไว้หลายเรื่อง เช่น

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2528) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับ ทัศนคติต่อสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ ของนักศึกษา ซึ่งผลการวิจัยพบว่า บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต ควบคุมตนเอง และมีทัศนคติที่ดีต่อสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ จะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การออกกำลังกายด้วย และพบว่ายังมีองค์ประกอบที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ ที่จะทำให้เกิด

ทัศนคติต่อการออกกำลังกายอีกด้วย ผลการวิจัยที่สนับสนุนองค์ประกอบนี้นั้น เป็นผลการวิจัยของ ขจร เหล็กเพชร (2522) ซึ่งวิจัยเกี่ยวกับองค์ประกอบด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า การที่บุคคลมีระดับสติปัญญาเท่ากันนั้น มิได้หมายความว่า จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเท่ากัน เพราะผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีองค์ประกอบด้านสติปัญญา (Intellectual factor) เช่น วุฒิภาวะ ความสนใจ ทัศนคติ บุคลิกภาพและคุณภาพของการจัดการศึกษา ตลอดจนภูมิหลังของครอบครัว เป็นต้น จากการวิจัยนี้ นภาพร เหมรักวานิช (2525) ได้ทำการวิจัยเพื่อชี้ให้เห็นถึงองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะนิสัยและทัศนคติในการเรียน กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า นิสัยในการเรียนและทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วย นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำมีความแตกต่างกันด้านนิสัยและทัศนคติในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

นพดล นิลเสถียร (2525) ได้ทำวิจัยเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อผลศึกษาทักษะทางการกีฬา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นผลการวิจัยพบว่า ทัศนคติต่อผลศึกษาของนักเรียนชายและหญิง มีความสัมพันธ์กับทักษะทางการกีฬา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาพลศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ทักษะทางการกีฬาของนักเรียนชาย หญิง มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาพลศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

Gallessic (1970) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับตัวพยากรณ์ 8 ตัว ได้แก่ ตัวแปรด้านบุคลิกภาพ ภูมิหลังของนักเรียน ความคิดเห็นของนักเรียน นิสัยและทัศนคติทางการเรียน กับกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จากวิทยาลัยอาชีวศึกษา ทั้งนี้เข้ากล่าวว่า องค์ประกอบหลักที่สามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ดีคือ ความถนัดทางการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเดิม ซึ่งตัวแปรทั้งสองนี้สามารถร่วมกันทำนายเพียงร้อยละ 25 แต่เมื่อศึกษาถึงตัวพยากรณ์ทุกตัว ปรากฏว่าตัวแปรทั้งหมดสามารถร่วมกันทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ถึงร้อยละ 62 ซึ่งนิสัยและทัศนคติทางการเรียนเป็นตัวแปรหนึ่งที่มีส่วนร่วมในการพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วย

จากการสังเกตและการพูดคุยกับนักศึกษา พบว่าในปัจจุบันนักศึกษามีความสนใจและการเอาใจใส่กับการดูแลรักษาสุขภาพ รวมทั้งชอบเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพียงเล็กน้อย เมื่อเทียบกับจำนวนนักศึกษาทั้งหมด นักศึกษาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับองค์ประกอบและปัจจัยที่ทำให้นักศึกษาส่วนใหญ่ไม่ค่อยออกกำลังกาย พบว่า ปัจจัยต่างๆเหล่านั้นอาจแบ่งได้ 2 ปัจจัยใหญ่คือ 1) ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น ไม่มีเวลาเพราะใช้เวลาส่วนหนึ่งไปเที่ยวมากกว่าการ ไปออกกำลังกาย

เกรดเฉลี่ยต่ำ คณะเวลาที่เรียนอยาก การไม่เห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย สุขภาพแข็งแรงอยู่
แล้ว สถานที่คับแคบ อุปกรณ์ไม่เพียงพอ บุคคลกรให้บริการมีน้อย 2) ปัจจัยด้านสภาวะแวด
ล้อม เช่น ไม่มีเพื่อนไปเล่น ความวิตกกังวลในการสอบ การจัดการเรียนที่แน่นจนไม่มีเวลา
ว่างไปออกกำลังกาย อากาศร้อนอบอ้าว สถานที่คับแคบ เหล่านี้เป็นต้น ดังนั้นจะเห็นว่าปัจจัย
หลายอย่างที่อาจจะทำให้นักศึกษา ไม่ให้ความสำคัญต่อการออกกำลังกาย การมีทัศนคติต่อการออก
กำลังกายที่ไม่ดี ก็เป็นปัจจัยตัวหนึ่งที่เป็นตัวบ่งชี้ให้เห็นถึงความต้องการการออกกำลังกายของนัก
ศึกษาที่ไปออกกำลังกายที่น้อยลงได้ จากปัจจัยต่างๆ ดังกล่าวนี้นี้จะนำมาพิจารณาในการจัดสภาพ
แวดล้อม เพื่อดึงดูดให้นักศึกษาได้ออกกำลังกายตามที่นักศึกษาให้ความสนใจ และเป็นไปตาม
ความต้องการของนักศึกษาที่แท้จริง เป็นการประหยัดเวลาและทรัพยากร และยังเป็นประโยชน์อย่าง
ยิ่งต่อการพัฒนาสุขภาพร่างกายของนักศึกษาได้อย่างดีอีกด้วย

เพนเดอร์ (1987) พบว่า พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องพฤติกรรมสุขภาพของมนุษย์ เป็นรูปแบบที่
ได้รวบรวมมโนทัศน์ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพต่างๆ ไว้อย่างรอบครอบ เพนเดอร์มีแนวคิดว่า
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเกิดจากกระบวนการทางสติปัญญา ซึ่งกระบวนการนี้เกิดจากการ
แปลความของสมองที่เกิดจากการรับรู้สิ่งแวดล้อมทั้งภายในและภายนอก โดยใช้กระบวนการคิด
ในการพิจารณา ตัดสิน และมีการตอบสนองต่อสิ่งเร้า ซึ่งการรับรู้นี้เป็นพื้นฐานของการตัดสินใจ
และแรงจูงใจของบุคคลให้เกิดความพร้อมที่จะปฏิบัติพฤติกรรมให้เกิดขึ้น สำหรับปัจจัยที่มีผลต่อ
การปฏิบัติพฤติกรรมของบุคคล คือ ปัจจัยด้านสติปัญญา - การรับรู้ (Cognitive Perceptual
Factors) ซึ่งประกอบด้วยมโนทัศน์ต่างๆ 7 ด้าน ได้แก่ ความสำคัญของสุขภาพ การรับรู้และ
การควบคุมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตน การให้คำจำกัดความของสุขภาพ การรับรู้
ภาวะของสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และการรับรู้
อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ นอกจากนี้ยังมีปัจจัยปรับเปลี่ยน
(Modifying Factors) ซึ่งประกอบด้วยลักษณะส่วนบุคคล ลักษณะทางชีวภาพ อิทธิพลของปฏิ
สัมพันธ์ระหว่างบุคคล ปัจจัยด้านสถานการณ์ต่างๆ ปัจจัยด้านพฤติกรรมของบุคคลและตัวชี้
แนะการกระทำ (Cue to action) ได้แก่ สิ่งกระตุ้นภายในและสิ่งแวดล้อมซึ่งเป็นตัวกระตุ้นภายนอก
บุคคลที่ตระหนักว่าการมีสุขภาพที่ดีเกิดจากการมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และคงไว้ซึ่งตัวชี้
แนะภายในนี้จะพยายามมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น มีความรู้สึกว่าตนมีสุขภาพดีขึ้นเป็น
ผลจากการมีกิจกรรมทางกายก็คงไว้ซึ่งพฤติกรรมออกกำลังกายนั้น

จากเหตุผลดังกล่าวมาในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นผู้ที่ดำเนินการสอนในรายวิชาทางพลศึกษา และ
นันทนาการ โดยตรง จึงสังเกตเห็นว่าปัจจัยต่างๆ อีกหลายตัวที่เป็นตัวการและอาจจะส่งผล

ให้นักศึกษาเกิดความต้องการในการออกกำลังกายได้ ปัจจัยต่างๆเหล่านั้นอาจจะนำมาใช้ในการปรับพฤติกรรมของนักศึกษา ให้มีทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกายที่ดีได้รวมทั้งให้ความสนใจที่จะออกกำลังกายและเล่นกีฬาต่อไป ผู้วิจัยจึงได้ความสำคัญและสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับปัจจัย 3 ด้าน ได้แก่ ทัศนคติต่อการออกกำลังกาย ปัจจัยด้านการเรียน หมายถึง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และปัจจัยส่วนบุคคลซึ่งได้แก่ คณะวิชาว่าจะมีความสัมพันธ์กับความต้องการการออกกำลังกายเพียงใด เพื่อจะนำผลการวิจัยไปวางแผนส่งเสริมและจัดกิจกรรมตามความต้องการของนักศึกษาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม จึงใคร่ที่จะศึกษาเรื่อง " ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อการออกกำลังกาย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และปัจจัยส่วนบุคคลกับความต้องการการออกกำลังกาย ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี " จังหวัดนครราชสีมา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

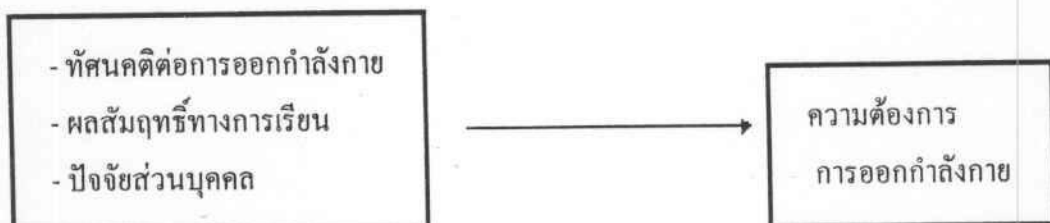
เพื่อหาสมการทำนายความต้องการออกกำลังกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี จากทัศนคติการออกกำลังกาย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และปัจจัยส่วนบุคคล

กรอบแนวคิดของตัวแปร

จากแนวคิด ทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบคิดของตัวแปรดังนี้

ตัวแปรอิสระ (Independent Variable)

ตัวแปรตาม (Dependent Variable)



สมมุติฐานการวิจัย

ทัศนคติต่อการออกกำลังกาย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปัจจัยส่วนบุคคล สามารถร่วมกันทำนายความต้องการการออกกำลังกายของนักศึกษาได้

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร เป็นนักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ประจำปีการศึกษา 2540
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยี
สุรนารี ประจำปีงบประมาณ 2540

5.3 ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่

- ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือ ทักษะคิดต่อการออกกำลังกาย ผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียน คือคะแนนเฉลี่ยสะสม (G.P.A.) และปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ คณะวิชา
- ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ ความต้องการการออกกำลังกาย

ข้อตกลงเบื้องต้น

แบบวัดทัศนคติการออกกำลังกาย และแบบวัดความต้องการการออกกำลังกายนี้ มีลักษณะที่
สามารถวัดได้ โดยผู้ถูกวัดแสดงความรู้สึก ด้วยการเขียนตอบ

คำจำกัดความและคำนิยามศัพท์เฉพาะ

1. ทักษะคิด หมายถึง ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อหรือแนวโน้มที่มนุษย์พร้อมที่จะกระทำ
ต่อสิ่งแวดล้อมในการตอบสนองทั้งในลักษณะที่ชอบและไม่ชอบ (พัชรี วรกวิน. 2522: 60)
2. การออกกำลังกาย หมายถึง การกระทำใดๆ ก็ตามที่ทำให้อวัยวะส่วนต่างๆ ได้ทำงาน โดยมี
จุดประสงค์เพื่อสนุกสนาน เพื่อสังคม โดยใช้กิจกรรมง่าย หรือมีกฎกติกา การแข่งขันที่ง่าย
3. ทักษะคิดการออกกำลังกาย หมายถึง ความคิดเห็นและความรู้สึกต่อการกระทำใดๆ ที่จะทำ
ให้อวัยวะของร่างกายได้เคลื่อนไหว โดยมีกิจกรรมเป็นสื่อ ซึ่งการกระทำนั้นอาจจะถูกสนับสนุน
ให้ปฏิบัติ หรืออาจจะถูกคัดค้าน / ค่อด้านให้ปฏิบัติก็ได้
4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คะแนนเฉลี่ยสะสม (G.P.A.)
5. ปัจจัยส่วนบุคคล หมายถึง คณะวิชา
6. ความต้องการ หมายถึง ความต้องการที่จะกระทำ หรือมุ่งที่จะปฏิบัติต่อเหตุการณ์ใดๆ ที่
เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกาย
7. ความต้องการการออกกำลังกาย หมายถึง ความต้องการที่จะกระทำ หรือมุ่งกระทำหรือได้
ปฏิบัติจริงในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย

8. นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ประจำปีการศึกษา 2540

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบแนวทางส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับนักศึกษา ได้อย่างเหมาะสม
2. ทำให้ได้แนวทางในการจัดบริการส่งเสริมสุขภาพให้กับสำหรับนักศึกษา ได้ตามความเหมาะสม
3. ได้แนวทางในการบริหารงานด้านการกีฬาและการส่งเสริมสุขภาพของมหาวิทยาลัย
4. ผลการวิจัยยังนำไปสู่การวางแผนการจัดการเรียนการสอนและการจัดการด้านการส่งเสริมสุขภาพและการกีฬาของมหาวิทยาลัยได้
5. เป็นแนวทางในการหาสมการทำนายทัศนคติต่อการออกกำลังกาย และความต้องการการออกกำลังกายในกลุ่มอื่นๆ ต่อไป