



(สำเนา)

ที่ ศธ. 0513.10905/

ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 ถนนพหลโยธิน จตุจักร กรุงเทพฯ 10900

19 เมษายน 2547

เรื่อง ขออนุมัติเป็นผู้อยู่เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
เรียน
สิ่งที่แนบมาด้วย แบบตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ จำนวน 1 ชุด

ด้วย นายสังเกต จันทรแฟง นิสิตปริญญาโท สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัย
ให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย
ในพระบรมราชูปถัมภ์” ภายใต้การควบคุมของ

รศ.เจษฎา เจียรนัย

ค.ม. (พลศึกษา)

ประธานกรรมการ

ผศ.สมบัติ อ่อนศิริ

กศ.ม. (พลศึกษา)

กรรมการสาขาวิชาเอก

รศ.วิสูตร กองจินดา

ค.ม. (พลศึกษา)

กรรมการสาขาวิชารอง

การวิจัยครั้งนี้มีการสร้างเครื่องมือเป็นแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ เพื่อใช้ในการทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง ทั้งนี้เพื่อให้การวิจัยถูกต้องและสมบูรณ์ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย จึงใคร่ขอเชิญท่านซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในหัวข้อวิจัยนี้ เป็นผู้เชี่ยวชาญในการพิจารณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์อลิสา นิดิธรรม)

หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา

ภาควิชาพลศึกษา

โทรศัพท์ 0-2579-7149

โทรสาร 0-2942-8671



(สำเนา)

ที่ ศธ. 0513.10905/21

ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 ถนนพหลโยธิน จตุจักร กรุงเทพฯ 10900

19 เมษายน 2547

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทำวิทยานิพนธ์

เรียน นายกสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

สิ่งที่แนบมาด้วย โครงการวิทยานิพนธ์ จำนวน 1 ชุด

ด้วย นายสังเกต จันทรแฟง นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์” ซึ่งจำเป็นต้องเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการทดสอบสมรรถภาพทางกายกับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ เพื่อจะได้นำผลการทดสอบไปวิเคราะห์ข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่ นายสังเกต จันทรแฟง ในการทำวิจัยประกอบวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์อติลา นิตธรรม)

หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา

ภาควิชาพลศึกษา

โทรศัพท์ 0-2579-7149

โทรสาร 0-2942-8671

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์ชวน มินศิริ ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
ราชภัฏเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี และประธาน
คณะกรรมการผู้ตัดสินของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชูชัย บัวบุชา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 8 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี
ราชมงคลรัตนโกสินทร์ วิทยาเขตศาลายา ผู้ตรวจสอบ
ผู้ตัดสินของสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ และอดีต
ผู้ตัดสินสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ (ฟีฟ่า)
4. อาจารย์ชัชชัย ภิรมย์ อาจารย์ 3 ระดับ 8 สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขต
สมุทรสาคร ผู้ควบคุมการแข่งขันฟุตบอลของสหพันธ์
ฟุตบอลนานาชาติ และอดีตผู้ตัดสิน ฟุตบอลนานาชาติ
(ฟีฟ่า)
5. นายเกื้อ ชูศรี ผู้อำนวยการศูนย์การกีฬาแห่งประเทศไทย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
6. นายทินวัฒน์ นันทนิมิตร ผู้ตัดสินฟุตซอลของสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ
(พ.ศ. 2545 – 2548)
7. นายวัชรินทร์ นุ่มเดช ผู้ตัดสินฟุตซอลของสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ
(พ.ศ. 2546 – ปัจจุบัน)
8. นายวีระวงษ์ ชูสุน ผู้ตัดสินฟุตซอลของสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ
(พ.ศ. 2546 – 2548)

ภาคผนวก ค

แบบสอบถามและแบบประเมินค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา
แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอล
แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

**การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอล
ของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์**

คำชี้แจงสำหรับท่านผู้เชี่ยวชาญ

เพื่อให้การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้เชี่ยวชาญ พิจารณาจัดเรียงอันดับความเหมาะสมของแบบทดสอบ ในด้านความอ่อนตัว (flexibility) ของแบบทดสอบ สมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ โดย

ให้ใส่หมายเลข 4 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีเหมาะสมมาก

ให้ใส่หมายเลข 3 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีเหมาะสมปานกลาง

ให้ใส่หมายเลข 2 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีเหมาะสมน้อย

ให้ใส่หมายเลข 1 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีเหมาะสมน้อยที่สุด

และท่านมีข้อคิดเห็นนอกจากนี้ ให้ท่านเขียนข้อคิดเห็นลงในช่องข้อเสนอแนะ

องค์ประกอบสมรรถภาพทางกาย	แบบทดสอบ	ระดับความเหมาะสม
ความอ่อนตัว (flexibility)	นั่งงอตัวไปข้างหน้า (sit and reach test)	
	ยืนงอตัวไปข้างหน้า (trunk flexion test)	
	สะพานโค้ง (bridge - up test)	
	ยกไหล่และข้อมือ (shoulder and wrist test)	

ข้อเสนอแนะ

.....

ลงชื่อ ผู้เชี่ยวชาญ

(.....)

..... / /

การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอล ของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์

คำชี้แจงสำหรับท่านผู้เชี่ยวชาญ

เพื่อให้การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้เชี่ยวชาญพิจารณาจัดเรียงอันดับความเหมาะสมของแบบทดสอบ ในด้านความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ (muscular strength and endurance) ของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ โดย

ให้ใส่หมายเลข 4 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมมาก

ให้ใส่หมายเลข 3 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมปานกลาง

ให้ใส่หมายเลข 2 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมน้อย

ให้ใส่หมายเลข 1 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมน้อยที่สุด

และท่านมีข้อคิดเห็นนอกจากนี้ ให้ท่านเขียนข้อคิดเห็นลงในช่องข้อเสนอแนะ

องค์ประกอบสมรรถภาพทางกาย	แบบทดสอบ	ระดับความเหมาะสม
ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ (muscular strength)	ลูก-นั่ง 1 นาที (1 - minute modified sit-ups)	
	ดันพื้น 1 นาที (1 - minute floor push-ups)	
	Burpee test (squat thrust) 30 วินาที	
	แรงดิ่งขา (leg dynamometer)	

ข้อเสนอแนะ

.....

ลงชื่อ ผู้เชี่ยวชาญ

(.....)

..... / /

**การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอล
ของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์**

คำชี้แจงสำหรับท่านผู้เชี่ยวชาญ

เพื่อให้การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้เชี่ยวชาญ พิจารณาจัดเรียงอันดับความเหมาะสมของแบบทดสอบ ในด้านความเร็ว (speed) ของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย สำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ โดย

ให้ใส่หมายเลข 4 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมมาก

ให้ใส่หมายเลข 3 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมปานกลาง

ให้ใส่หมายเลข 2 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมน้อย

ให้ใส่หมายเลข 1 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมน้อยที่สุด

และท่านมีข้อคิดเห็นนอกจากนี้ ให้ท่านเขียนข้อคิดเห็นลงในช่องข้อเสนอแนะ

องค์ประกอบสมรรถภาพทางกาย	แบบทดสอบ	ระดับความเหมาะสม
ความเร็ว (speed)	วิ่งเร็ว 20 เมตร (20 meters sprint)	
	วิ่งเร็ว 36 เมตร (36 meters sprint)	
	วิ่งเร็ว 45 เมตร (45 meters print)	
	วิ่งเร็ว 50 เมตร (50 mters spint)	

ข้อเสนอแนะ

.....

ลงชื่อ ผู้เชี่ยวชาญ

(.....)

..... / /

**การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอล
ของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์**

คำชี้แจงสำหรับท่านผู้เชี่ยวชาญ

เพื่อให้การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้เชี่ยวชาญพิจารณาจัดเรียงอันดับความเหมาะสมของแบบทดสอบ ในด้านความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ (cardiorespiratory endurance) ของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ โดย

ให้ใส่หมายเลข 4 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมมาก

ให้ใส่หมายเลข 3 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมปานกลาง

ให้ใส่หมายเลข 2 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมน้อย

ให้ใส่หมายเลข 1 ลงในช่องที่กำหนด ถ้าท่านเห็นว่ามีความเหมาะสมน้อยที่สุด

และท่านมีข้อคิดเห็นนอกจากนี้ ให้ท่านเขียนข้อคิดเห็นลงในช่องข้อเสนอแนะ

องค์ประกอบสมรรถภาพทางกาย	แบบทดสอบ	ระดับความเหมาะสม
ความอดทนระบบไหลเวียนเลือด (cardiorespiratory endurance)	วิ่ง 1,600 เมตร (1,600 meters distance run)	
	วิ่ง 2,400 เมตร (2,400 meters distance run)	
	วิ่ง 3,200 เมตร (3,200 meters distance run)	
	วิ่งกบตัว 300 หลา (300 yards shuttle run)	

ข้อเสนอแนะ

.....

ลงชื่อ ผู้เชี่ยวชาญ

(.....)

..... / /

**การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอล
ของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์**

คำชี้แจงสำหรับท่านผู้เชี่ยวชาญ

เพื่อให้การสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้เชี่ยวชาญพิจารณา แบบทดสอบแต่ละองค์ประกอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ ว่าเห็นด้วยหรือไม่ โดย

เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง +1 ถ้าท่านเห็นด้วย

เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง 0 ถ้าท่านไม่แน่ใจ

เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง -1 ถ้าท่านไม่เห็นด้วย

และท่านมีข้อคิดเห็นนอกจากนี้ ให้ท่านเขียนข้อคิดเห็นลงในช่องข้อเสนอแนะ

ลำดับ	องค์ประกอบสมรรถภาพทางกาย	แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย	เห็นด้วย +1	ไม่แน่ใจ 0	ไม่เห็นด้วย -1
1	ความอ่อนตัว (flexibility)	นั่งงอตัวไปข้างหน้า (sit and reach test)			
2	ความแข็งแรงและความอดทน ของกล้ามเนื้อ (muscular strength)	ลุก – นั่ง 1 นาที (1 minute modified sit – ups)			
3	ความแคล่วคล่องว่องไว (agility)	วิ่งกลับตัว 40 เมตร (40 meters agility run)			
4	ความเร็ว (speed)	วิ่งเร็ว 20 เมตร (20 meters sprint)			
5	ความอดทนระบบไหลเวียนเลือด และระบบหายใจ (cardiorespiratory endurance)	วิ่ง 1,600 เมตร (1,600 meters distance run)			

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้เชี่ยวชาญ

(.....)

...../...../.....

ภาคผนวก ง

แบบทดสอบและแบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอล
ของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

**แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอล
ของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์**

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ประกอบด้วยแบบทดสอบ 5 รายการ ได้แก่

1. แบบทดสอบนั่งงอตัวไปข้างหน้า (sit and reach test)
2. แบบทดสอบลุก-นั่ง 1 นาที (1 – minute modified sit – ups test)
3. แบบทดสอบ วิ่งกลับตัว 40 เมตร (40 meters agility run)
4. แบบทดสอบ วิ่งเร็ว 20 เมตร (20 meters sprint)
5. แบบทดสอบ วิ่ง 1,600 เมตร (1,600 meters distance run)

แบบทดสอบนั่งงอตัวไปข้างหน้า

(sit and reach test)

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความอ่อนตัวของหลังส่วนล่างและต้นขา

อุปกรณ์

1. กล่องขนาด 30x30x30 เซนติเมตร ด้านบนกล่องจะมีสเกลบอกระยะทางตั้งแต่ 0-50 เซนติเมตร โดยระยะทางที่ 23 เซนติเมตร จะอยู่ระดับเดียวกับฝ่าเท้า
2. ใบบันทึกผลการทดสอบ
3. สถานที่ทดสอบเป็นพื้นเรียบ

วิธีการทดสอบ

1. ให้ผู้รับการทดสอบถอดรองเท้า นั่งราบกับพื้น เข่าเหยียดเต็มที่ ฝ่าเท้าอยู่ระดับเดียวกับกล่อง
2. เหยียดแขนทั้งสองไปข้างหน้า คว่ำฝ่ามือลง โดยให้ฝ่ามือข้างหนึ่งวางอยู่บนฝ่ามืออีกข้างหนึ่งแล้วก้มตัวไปข้างหน้า
3. นำฝ่ามือวางบนสเกลบอกระยะทางซึ่งอยู่ด้านบนกล่องให้ได้ระยะทางมากที่สุดเท่าที่จะทำได้
4. ให้ทำอย่างช้า ๆ 4 ครั้ง และค้างอยู่ในตำแหน่งที่ก้มมากที่สุดในการครั้งที่ 4 โดยตำแหน่งนี้ค้างไว้ประมาณ 2 วินาที

การบันทึกผลการทดสอบ

1. บันทึกระยะไกลที่สุดที่สามารถทำได้ในช่วงของการยืดครั้งที่ 4 หน่วยเป็นเซนติเมตร
2. โดยวัดจากนิ้วกลางของมือทั้งสอง

ระเบียบการทดสอบ

1. ถ้ามือทั้งสองไม่สัมผัสสุดเดียวกันให้ทำการทดสอบใหม่
2. ระหว่างการทดสอบไม่ให้งอเข่า

คุณภาพของแบบทดสอบ

ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา มีค่าเท่ากับ .87 ความเชื่อถือได้ มีค่าเท่ากับ .96 ความเป็นปรนัย มีค่าเท่ากับ .99

ภาพนั่งตัวไปข้างหน้า



แบบทดสอบลูก-นั่ง 1 นาที
(1 – minute modified sit – ups test)

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อท้อง

อุปกรณ์

1. นาฬิกาจับเวลา
2. ใบบันทึกผลการทดสอบ
3. สถานที่ทดสอบเป็นพื้นอ่อนนุ่ม

วิธีการทดสอบ

1. ให้ผู้รับการทดสอบอยู่ในท่าเริ่มต้น โดยนอนหงายราบกับพื้น งอเข่าให้ขาท่อนบนและท่อนล่างทำมุมฉากซึ่งกันและกัน เท้าทั้งสองแยกห่างกันประมาณ 30 เซนติเมตร ให้ผู้ทดสอบกดเท้าทั้งสองไว้เพื่อให้ฝ่าเท้าสัมผัสพื้นตลอดเวลา แขนทั้งสองไขว้กันไว้ที่หน้าอกและให้มือสัมผัสกับหัวไหล่ตรงข้าม

2. ผู้รับการทดสอบเกร็งกล้ามเนื้อท้องลุกมาอยู่ในท่านั่ง ให้ศอกแตะหน้าต้นขา (Thigh) แล้วกลับไปสู่ท่าเริ่มต้น

3. ผู้รับการทดสอบจะเริ่มทำลูก-นั่ง เมื่อได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” และหยุดทำเมื่อได้ยินสัญญาณ “หยุด”

4. ให้ผู้รับการทดสอบพยายามทำให้จำนวนครั้งมากที่สุดในเวลา 1 นาที

การบันทึกผลของการทดสอบ

บันทึกเป็นจำนวนที่ทำได้ถูกต้องภายใน 1 นาที

ระเบียบการทดสอบ

1. ขณะทำการทดสอบ แขนทั้งสองข้างต้องไขว้กันไว้ที่หน้าอกและฝ่ามือสัมผัสกับหัวไหล่ตลอดเวลา ไม่อนุญาตให้ใช้มือและข้อศอกช่วยพยุงตัวขึ้น ลูก-นั่ง

2. ข้อศอกทั้งสองต้องแตะหน้าต้นขา (Thigh) ทุกครั้ง

คุณภาพของแบบทดสอบ

ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา มีค่าเท่ากับ 1.00 ความเชื่อถือได้ มีค่าเท่ากับ .99
 ความเป็นปรนัย มีค่าเท่ากับ .99

ภาพลูก-นั่ง 1 นาที



ทดสอบ วิ่งกลับตัว 40 เมตร (40 meters agility run)

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความคล่องตัวว่องไวของร่างกาย

อุปกรณ์

1. สถานที่ทดสอบเป็นสนามพื้นเรียบ
2. ใบบันทึกการทดสอบ
3. นาฬิกาจับเวลา
4. เทปขาว 1 ม้วน

วิธีการทดสอบ

ให้ผู้เข้ารับการทดสอบยืนอยู่ที่เส้นเริ่ม ย่อเข่าก้มตัวอยู่ในท่าเตรียมพร้อม เมื่อได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” ให้วิ่งให้เร็วที่สุดไปยังเส้นที่ 2 ซึ่งมีระยะห่างจากเส้นเริ่ม 5 เมตร เมื่อถึงเส้นที่ 2 ให้ก้าวเท้าใดเท้าหนึ่งข้ามเส้นที่ 2 แล้วก้มตัวใช้ปลายนิ้วมือแตะที่เส้น จากนั้นกลับตัววิ่งให้เร็วที่สุดกลับมายังเส้นเริ่ม เมื่อมาถึงเส้นเริ่ม เท้าใดเท้าหนึ่งจะต้องข้ามเส้นเริ่ม แล้วก้มตัวใช้ปลายนิ้วมือแตะที่เส้น แล้วกลับตัววิ่งให้เร็วที่สุดไปยังเส้นที่ 3 ซึ่งมีระยะห่างจากเส้นเริ่ม 10 เมตร เมื่อมาถึงเส้นที่ 3 เท้าใดเท้าหนึ่งจะต้องข้ามเส้นที่ 3 แล้วก้มตัวใช้ปลายนิ้วมือแตะที่เส้น หลังจากนั้นกลับตัววิ่งให้เร็วที่สุดมายังเส้นที่ 2 เมื่อถึงเส้นที่ 2 ให้ก้าวเท้าใดเท้าหนึ่งข้ามเส้นที่ 2 แล้วก้มตัวใช้ปลายนิ้วมือแตะที่เส้น หลังจากนั้นกลับตัววิ่งให้เร็วที่สุดไปยังเส้นที่ 3 เมื่อถึงเส้นที่ 3 ให้ก้าวเท้าใดเท้าหนึ่งข้ามเส้นที่ 3 แล้วใช้ปลายนิ้วมือแตะที่เส้น หลังจากนั้นกลับตัววิ่งผ่านเส้นชัย (เส้นเดียวกับเส้นเริ่ม) ให้เร็วที่สุด

การบันทึกผลการทดสอบ

ให้ปฏิบัติ 2 ครั้งนำครั้งที่ดีที่สุดมาบันทึกผลการทดสอบหน่วยเป็นวินาที

ระเบียบการทดสอบ

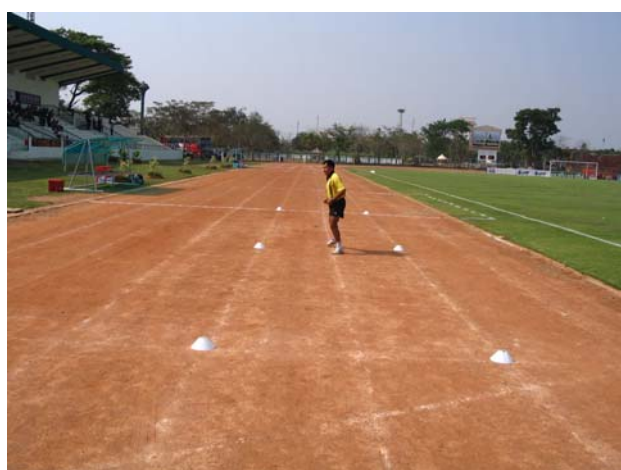
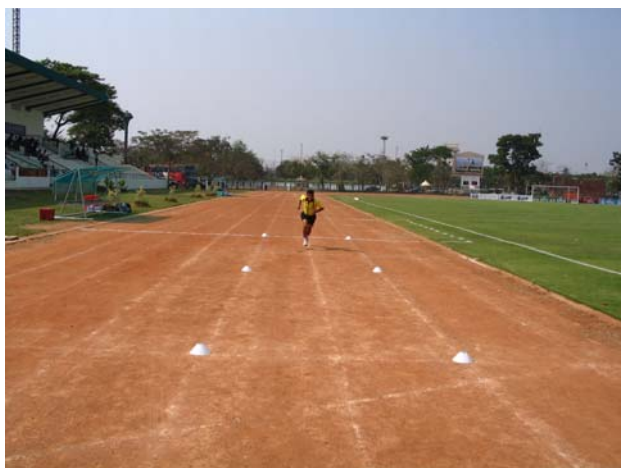
ถ้าปฏิบัติผิดขั้นตอนให้เริ่มทดสอบใหม่

คุณภาพของแบบทดสอบ

ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา มีค่าเท่ากับ 1.00 ความเชื่อถือได้ มีค่าเท่ากับ .98

ความเป็นปรนัย มีค่าเท่ากับ .97

ภาพการวิ่งกลับตัว 40 เมตร



ทดสอบ วิ่งเร็ว 20 เมตร
(20 meters sprint)

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความเร็วในการเคลื่อนที่ของร่างกาย

อุปกรณ์

- 1.นาฬิกาจับเวลา
- 2.เทปขาว 1 ม้วน
- 3.เทปวัดระยะทางขนาด 30 เมตร 1 คลิป
- 4.นกหวีด 1 ตัว
- 5.ทางวิ่งพื้นที่เรียบ ระยะทาง ประมาณ 30 เมตร

วิธีการทดสอบ

ให้ผู้รับการทดสอบยืนหลังเส้นเริ่ม เมื่อได้รับสัญญาณเริ่ม ให้ผู้รับการทดสอบวิ่งให้เร็วที่สุด จนครบระยะทาง 20 เมตร

การบันทึกผลการทดสอบ

ให้ปฏิบัติ 2 ครั้ง นำครั้งที่ดีที่สุดมาบันทึกผลการทดสอบ มีหน่วยเป็นวินาที ทศนิยม 2 ตำแหน่ง

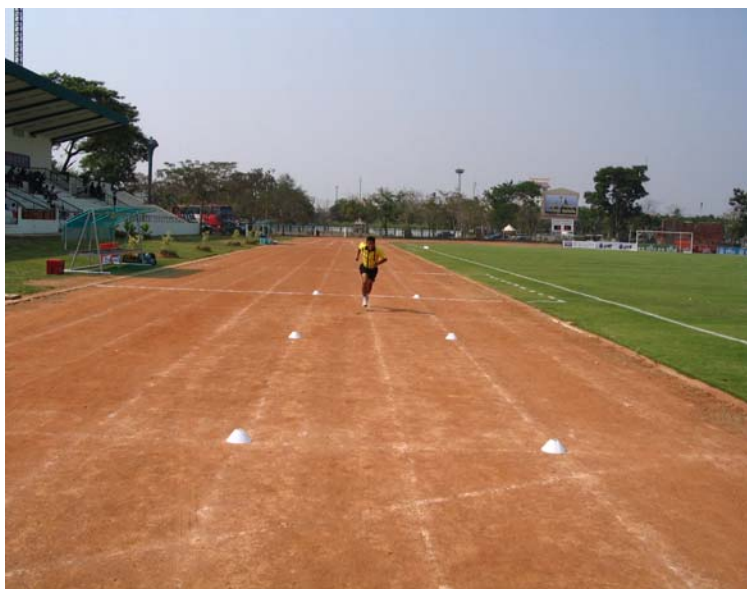
ระเบียบการทดสอบ

ถ้าปฏิบัติผิดขั้นตอนให้ทดสอบใหม่

คุณภาพของแบบทดสอบ

ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา มีค่าเท่ากับ .75 ความเชื่อถือได้ มีค่าเท่ากับ .91
 ความเป็นปรนัย มีค่าเท่ากับ .99

ภาพการวิ่งเร็ว 20 เมตร



แบบทดสอบ วิ่ง 1,600 เมตร
(1,600 meters distance run)

วัตถุประสงค์

เพื่อวัดความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

อุปกรณ์

- 1.นาฬิกาจับเวลา
- 2.สนามที่มีลู่วิ่งระยะทาง 400 เมตร
- 3.แบบบันทึก

วิธีการทดสอบ

ให้ผู้รับการทดสอบวิ่งในระยะทางที่กำหนดโดยใช้เวลาน้อยที่สุด

การบันทึกผลการทดสอบ

ให้บันทึกเป็นนาทีและวินาที

ระเบียบการทดสอบ

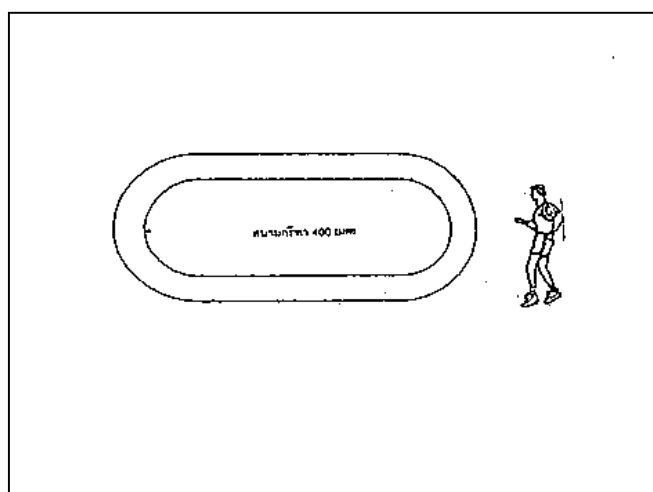
บันทึกผลการทดสอบสำหรับผู้วิ่งครบระยะทางที่กำหนดเท่านั้น

คุณภาพของแบบทดสอบ

ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา มีค่าเท่ากับ 1.00 ความเชื่อถือได้ มีค่าเท่ากับ .90

ความเป็นปรนัย มีค่าเท่ากับ .91

ภาพการวิ่ง 1,600 เมตร



แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
สำหรับผู้ตัดสินฟุตบอลของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

ชื่อ อายุ ปี กก. ส่วนสูง ซม.

รายการทดสอบ

ที่	แบบทดสอบ	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ดีที่สุด	หน่วย
1	นั่งงอตัวไปข้างหน้า				เซนติเมตร
2	ลุก - นั่ง 1 นาที				ครั้ง
3	วิ่งกลับตัว 40 เมตร				วินาที
4	วิ่งเร็ว 20 เมตร				วินาที
5	วิ่ง 1,600 เมตร				นาที:วินาที

ลงชื่อ..... ผู้ทดสอบ

(.....)

..... / /

ภาคผนวก จ
สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันโปรดักโมเมนต์ (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) (บุญเรียง, 2539 : 111)

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n\sum x^2 - (\sum x)^2][n\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

r_{xy} = ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันโปรดักโมเมนต์

n = จำนวนคู่

x = ค่าของตัวแปรชุดที่ 1

y = ค่าของตัวแปรชุดที่ 2

2. หาค่าเฉลี่ย (บุญเรียง, 2539 : 27)

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

$\bar{x}$ = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง

$\sum x$ = ผลรวมของข้อมูลทั้งหมด

n = จำนวนข้อมูลทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง

3. หาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) (บุญเรียง, 2539 : 48)

$$S.D. = \sqrt{\frac{\sum f(x - \bar{x})^2}{n - 1}}$$

S.D. = ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง

X = ค่าของข้อมูลแต่ละตัวหรือจุดกลางชั้นแต่ละชั้น

$\bar{x}$ = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง

n = จำนวนข้อมูลทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง

f = ความถี่ของข้อมูลแต่ละชั้น

4. คะแนนมาตรฐาน “ที” (T- Score) (บุญเรียง, 2539 : 57-58)

$$T = 50 + 10 Z$$

$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S.D.}$$

Z = คะแนนมาตรฐาน

X = คะแนนของผู้ทดสอบแต่ละคน

$\bar{x}$ = คะแนนเฉลี่ยของคะแนนชุดนั้น

S.D. = ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนชุดนั้น

5. การหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Consistency หรือ IOC) โดยวิธีของ Rovinelli and Hambleton (บุญชม, 2545: 64)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

IOC = ค่าดัชนีความสอดคล้อง

$\sum R$ = ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

N = จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

ภาคผนวก จ
ประวัติการศึกษาและการทำงาน

ประวัติการศึกษาและการทำงาน

- ชื่อ-นามสกุล : นายสังเกต จันทรแฟง
- วัน เดือน ปีเกิด : 12 เมษายน 2507
- สถานที่เกิด : 173 ถนนนอก ตำบลคลองกระแซง อำเภอเมือง
จังหวัดเพชรบุรี
- ประวัติการศึกษา : สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีครุศาสตรบัณฑิต (พลศึกษา)
จากสถาบันราชภัฏเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2529
- ประวัติการทำงาน : ปี พ.ศ. 2531 - 2533 เป็นครูประจำการ ตำแหน่งอาจารย์
พลศึกษาโรงเรียนบูรณวิทย์ บางพลัด กรุงเทพมหานคร
: ปี พ.ศ. 2534 รับราชการในตำแหน่ง สารวัตรนักเรียนและ
นักศึกษา กองสารวัตรนักเรียน กรมพลศึกษา
กรุงเทพมหานคร
- สถานที่ทำงานปัจจุบัน : ศูนย์การท่องเที่ยว กีฬาและนันทนาการ
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 13000
ตำแหน่งเจ้าหน้าที่วิเคราะห์นโยบายและแผน 6
- : หัวหน้าคณะกรรมการกลุ่มงานกีฬาฟุตบอล ของสมาคม
ฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์
- : อดีตผู้ตัดสินฟุตบอล ของสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ (ฟีฟ่า)