

ภาคผนวก

รายนามผู้ตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

1. พศ.บุญเลิศ แสนศักดิ์ อาจารย์ประจำภาควิชาการบริหารการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
2. นายวิเชียร ชูประยูร ผู้ตรวจราชการ กรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 9
ผู้อำนวยการโรงเรียนอุดรพิทยานุกูล จังหวัดอุดรธานี
3. นายองอาจ วุฒิเสน ผู้อำนวยการสามัญศึกษา จังหวัดขอนแก่น
4. นายมีศักดิ์ แสงศิลา ผู้ช่วยผู้อำนวยการสามัญศึกษา จังหวัดอุดรธานี
5. นายพูนทรัพย์ ทองบพิตร ผู้ช่วยผู้อำนวยการวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดชลบุรี
6. นายพิชัย กาญจนปรีชา ศึกษาพิเศษ กรมพลศึกษา จังหวัดหนองคาย
7. นายชนะพล ดุลยเกษม รก.ผู้ช่วยผู้อำนวยการโรงเรียนอุดรพัฒนการ จังหวัดอุดรธานี

หมายเหตุ ตำแหน่งราชการ เมื่อ พ.ศ.2538

แบบสอบถามสำหรับการวิจัย

เรื่อง

การศึกษาสภาพปัจจุบัน ความสนใจ และความต้องการในการออกกกำลังกายของ
เยาวชนในจังหวัดอุดรธานี

คำแนะนำในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพปัจจุบัน ความสนใจ และความต้องการในการออกกกำลังกายของเยาวชนในจังหวัดอุดรธานี
2. แบบสอบถามมี 2 ตอน คือ
 - ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพผู้ตอบแบบสอบถาม
 - ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความสนใจและความต้องการในการออกกกำลังกายของเยาวชน
3. ในการตอบแบบสอบถาม โปรดตอบตามความเป็นจริง คำตอบของท่านจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการส่งเสริมการออกกกำลังกายของเยาวชนในจังหวัดของท่าน และจังหวัดใกล้เคียง

โปรดกรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านเป็นอย่างยิ่งที่กรุณาสละเวลาให้ความร่วมมือในการ
ตอบแบบสอบถาม

(นายประจักษ์ ทวีพันธ์)

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ตอนที่ 1

แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน [] หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง

1. ท่านเป็นเยาวชนของ

[] อำเภอเมือง

[] อำเภอรอบนอก

2. เพศ

[] ชาย

[] หญิง

3. อายุ

[] น้อยกว่า 12 ปี

[] 13-14 ปี

[] 15-16 ปี

[] 16 ปี ขึ้นไป

4. สถานภาพทางการเรียน

[] ในระบบโรงเรียน

[] นอกโรงเรียน

5. ระดับการศึกษา

[] มัธยมศึกษาตอนต้น

[] มัธยมศึกษาตอนปลาย

6. ท่านออกกำลังกายเพื่อประโยชน์อย่างไร

[] เพื่อรักษาทรหดทรง

[] เพื่อไม่ให้มีเวลาว่าง

[] เพื่อเป็นนักกีฬา

[] เพื่อสุขภาพ

7. สถานที่ที่ใช้ในการออกกำลังกาย (ตอบได้หลายข้อ)

[] บริเวณบ้าน

[] ถนนหรือซอย

[] สนามกีฬาเอกชน

[] สนามกีฬาของรัฐบาล

[] สนามกีฬาของโรงเรียนหรือศูนย์การศึกษา

[] ศูนย์เยาวชน

[] ทุ่งนา

[] บริเวณวัด

[] บริเวณสาธารณะ

8. ช่วงเวลาในการออกกำลังกาย (ตอบได้หลายข้อ)

- ☐ ก่อน 06.00 น.
- ☐ 06.00 น. - 08.00 น.
- ☐ 12.00 น. - 13.00 น.
- ☐ 16.00 น. - 18.00 น.
- ☐ หลังเวลา - 18.00 น.
- ☐ เวลาอื่นๆ (โปรดระบุ).....

9. วันที่ท่านออกกำลังกายเป็นประจำ (ตอบได้หลายข้อ)

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ ทุกวัน | ☐ วันศุกร์ |
| ☐ วันจันทร์ | ☐ วันเสาร์ |
| ☐ วันอังคาร | ☐ วันอาทิตย์ |
| ☐ วันพุธ | ☐ วันหยุดอื่นๆ |
| ☐ วันพฤหัสบดี | |

10. ท่านออกกำลังกายครั้งละประมาณ

- | | |
|--|--|
| ☐ ต่ำกว่า 15 นาที | ☐ 15 นาที - 1 ชั่วโมง |
| ☐ มากกว่า 1 ชั่วโมง | ☐ แล้วแต่สะดวก |

11. ท่านไปออกกำลังกายแต่ละครั้งโดยไป

- | | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| ☐ คนเดียว | ☐ เป็นกลุ่ม |
|----------------------------------|------------------------------------|

12. กิจกรรมการออกกำลังกายของท่าน

- | | |
|----------------------------------|---|
| ☐ กีฬา | ☐ กริยาหรือวิ่งเพื่อสุขภาพ |
| ☐ แอโรบิค | ☐ อื่นๆ (โปรดระบุ) |

13. ท่านออกกำลังกายบ่อยเพียงใด

- | | |
|--|--|
| ☐ นานๆ ครั้ง | ☐ บ่อยครั้งแต่ไม่สม่ำเสมอ |
| ☐ เป็นประจำเสมอ | |

ตอนที่ 2

แบบสอบถามเกี่ยวกับความสนใจและความต้องการด้านการออกกำลังกาย
ของเยาวชนทั้งในระบบโรงเรียน และนอกระบบโรงเรียน

คำชี้แจง โปรดอ่านและพิจารณาข้อความต่อไปนี้ และทำเครื่องหมาย / ลงในช่องหมายเลข
ที่ท่านต้องการมากที่สุดโดยใช้เกณฑ์พิจารณาดังนี้

1. ข้อใดเป็นความสนใจหรือต้องการมากที่สุด โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องหมายเลข 4
2. ข้อใดเป็นความสนใจหรือต้องการมาก โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องหมายเลข 3
3. ข้อใดเป็นความสนใจหรือต้องการน้อย โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องหมายเลข 2
4. ข้อใดเป็นความสนใจหรือต้องการน้อยที่สุด โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องหมายเลข 1

ข้อที่	ความต้องการในการออกกำลังกาย	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
0	เยาวชนเป็นผู้มีสุขภาพแข็งแรง และสมรรถภาพทางกายสูง.....	.../...			

คำอธิบาย จากตัวอย่างข้อที่ 0 หมายความว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการให้เยาวชนเป็นผู้มีสุขภาพแข็งแรงและสมรรถภาพสูงอยู่ในระดับมากที่สุด

ข้อที่	ความสนใจด้านกิจกรรม การออกกำลังกาย	ระดับความสนใจ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
	<u>ท่านสนใจกิจกรรมกีฬาต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด</u>				
1.	กิจกรรมเข้าจังหวะ				
2.	แอโรบิค				
3.	ลีลาศ				
4.	รำวง				
5.	กรีฑา				
6.	ฟุตบอล				
7.	บาสเกตบอล				
8.	วอลเลย์บอล				
9.	ตะกร้อ				
10.	ห่วงยาง				
11.	แบดมินตัน				
12.	ฟุตบอลเล็ก				
13.	มวยไทย				
14.	มวยสากล				
15.	เทนนิส				
16.	ว่ายน้ำ				
17.	แชร์บอล				
18.	แฮนด์บอล				
19.	เดิน				

ข้อที่	ความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
	ด้านบุคลากร				
1.	มีบุคลากรรับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ของเยาวชนในโรงเรียนและศูนย์โดยเฉพาะ				
2.	มีบุคลากรฝึกงานที่มีวุฒิทางพลศึกษา				
3.	มีบุคลากรที่เป็นนักกีฬาทีมชาติ				
4.	มีบุคลากรทำหน้าที่ฝึกสอนแต่ละกิจกรรม				
5.	บุคลากรเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจ				
6.	มีบุคลากรที่มีนิสัยสุภาพ เรียบร้อยมีน้ำใจนักกีฬา มีศีลธรรมจรรยาสูง มีอารมณ์มั่นคง และ ความประพฤติดี				
7.	บุคลากรที่รู้จักบริหารอุปกรณ์ และแนะนำการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกาย				
8.	มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย				
9.	มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของ				
10.	มีเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ ออกกำลังกาย				
11.	มีเจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์นักเรียนเพื่อคอยให้ คำแนะนำในด้านต่าง ๆ				

ข้อที่	ความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
	<u>ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่ง</u> <u>สิ่งอำนวยความสะดวก</u>				
1.	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายสำหรับเยาวชน ในบริเวณโรงเรียนและศูนย์การศึกษา.....				
2.	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายสำหรับเยาวชน ภายนอกบริเวณโรงเรียนและศูนย์การศึกษา....				
3.	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง.....				
4.	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายในร่ม.....				
5.	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายที่มีไฟฟ้าสำหรับการ ออกกำลังกายตอนกลางคืน.....				
6.	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายแต่ละแห่งจัดกิจกรรม ได้เพียงประเภทเดียว.....				
7.	สถานที่ออกกำลังกายควรแยกเป็นสัดส่วน เช่น สนามบาสเกตบอล, สนามฟุตบอล, วอลเลย์บอล เป็นต้น.....				
8.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้อง ทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอ และ ถูกสุขลักษณะ.....				
9.	สถานที่นั่งสำหรับผู้ชมการแข่งหรือการพักผ่อน เป็นสัดส่วน.....				

ข้อที่	ความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
10.	อุปกรณ์การออกกำลังกายให้มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน.....				
11.	อุปกรณ์การออกกำลังกายที่เพียงพอตามสัดส่วนกับผู้ให้บริการ.....				
12.	เจ้าหน้าที่อุปกรณ์เทคโนโลยีทางการศึกษา เช่น วีดีโอ สไลด์ เป็นต้น ที่เข้าประกอบการสอนเกี่ยวกับการออกกำลังกาย.....				
13.	เจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย.....				
14.	เจ้าหน้าที่บริการจำหน่ายอาหาร และ เครื่องดื่ม.....				
15.	เจ้าหน้าที่ตู้เก็บของ (Locker) สำหรับผู้ให้บริการ.....				
<u>ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย</u>					
1.	เจ้าหน้าที่โรงเรียนและศูนย์ฯ จัดการออกกำลังกายเฉพาะในวันราชการ.....				
2.	เจ้าหน้าที่โรงเรียนและศูนย์ฯ จัดการออกกำลังกายเฉพาะในวันหยุดราชการ.....				
3.	เจ้าหน้าที่โรงเรียนและศูนย์ฯ จัดการออกกำลังกายทั้งในวันราชการ และวันหยุดราชการ.....				
4.	เจ้าหน้าที่โรงเรียนและศูนย์ฯ จัดระยะเวลาในการออกกำลังกายวันละ 1 ชั่วโมง.....				

ข้อที่	ความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
5.	ให้โรงเรียนและศูนย์ฯ จัดระยะเวลาในการ ออกกกำลังกายวันละ 2 ชั่วโมง.....				
6.	ให้มีการออกกกำลังกาย 1-2 วันต่อสัปดาห์....				
7.	ให้มีการออกกกำลังกาย 3-4 วันต่อสัปดาห์....				
8.	ให้โรงเรียนและศูนย์ฯ จัดบริการด้านการ ออกกออกกำลังกายในช่วงเวลา 06.00 น. - 18.00 น.				
9.	ให้โรงเรียนและศูนย์ฯ จัดบริการด้าน ออกกออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00 น. - 18.00 น. 4 วันต่อสัปดาห์.....				
<u>ด้านวิชาการ</u>					
1.	หนังสือ ตำรา เอกสาร คู่มือเกี่ยวกับหลักการ ออกกออกกำลังกายเพื่อให้ศึกษาค้นคว้า.....				
2.	ความรู้เกี่ยวกับเทคนิค และทักษะการ ออกกกำลังกาย.....				
3.	ให้โรงเรียนและศูนย์ฯ เชิญวิทยากรมาบรรยาย ถึงคุณประโยชน์ของการออกกออกกำลังกายและสาธิต วิธีออกกกำลังกาย.....				

ข้อที่	ความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
4.	ให้โรงเรียนและศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน จัดป้ายนิเทศเกี่ยวกับการกีฬา และการออก กำลังกายเป็นประจำทุกสัปดาห์.....				
5.	ให้โรงเรียนและศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน มีการประชาสัมพันธ์ ชักชวนให้เยาวชน เห็นคุณค่า และเข้าร่วมกิจกรรมการ ออกกำลังกาย.....				
6.	ให้โรงเรียนและศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน บริการด้านความรู้เกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกาย สำหรับบุคคลในวัยต่าง ๆ				
7.	ให้โรงเรียนและศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน จัดหาภาพยนตร์ เทปวีดีโอ เทปโทรทัศน์เกี่ยวกับ การกีฬาและการออกกำลังกายแบบต่าง ๆ มาฉายให้ชมเป็นครั้งคราว.....				
8.	ให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการหลักการ ปฐมพยาบาลและความปลอดภัยในการ ออกกำลังกาย.....				
9.	ให้มีการจัดสัมนากลุ่มเยาวชนของแต่ละ โรงเรียนหรือศูนย์ฯ.....				



ข้อที่	ความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
10.	ให้มีการจัดประกวดรูปแบบวิธีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในแต่ละชนิดกีฬาทั้งในโรงเรียนและในศูนย์.....				
11.	จัดสรรงบประมาณให้พอเพียงสำหรับการบริหารงานของโรงเรียนและศูนย์เพื่อการออกกำลังกายของเยาวชน.....				
	ความต้องการอื่น ๆ (โปรดระบุ)				
	1.....				
	2.....				
	3.....				
	4.....				