

ภาคผนวก ก  
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. สุรเดช สำราญจิตต์ ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา  
สาขาวิชาสุขศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. รองศาสตราจารย์ ดร. วัฒน บัญกอบ อาจารย์ประจำภาควิชาพลานามัย  
สาขาวิชาสุขศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์มณฑนา ธนะพันธุ์ อาจารย์ประจำภาควิชาพลานามัย  
สาขาวิชาสุขศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

ภาคผนวก ข  
ตัวอย่างเครื่องมือใช้ในการวิจัย



## แบบสอบถามสำหรับการวิจัย

### เรื่อง พฤติกรรมการออกกำลังกายและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของบุคลากรคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

#### คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของบุคลากร
- ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพและการสนับสนุนของหน่วยงาน
- ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย
- ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

คำตอบของท่านจะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาค้นคว้า และการพัฒนาการศึกษา จึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่าน กรุณาตอบคำถามทุกข้อและแสดงความคิดเห็น โดยเสรี โดยให้ข้อมูลตามความเป็นจริง ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามจะนำไปใช้เพื่อการศึกษาในภาพรวม ซึ่งจะไม่ส่งผลกระทบต่อท่านแต่อย่างใด

ขอขอบคุณเป็นอย่างสูง ในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

อรชุดา มุหะมัดอารี

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของบุคลากร

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน  ที่เกี่ยวกับตัวท่านตามความเป็นจริง

1. เพศ

1. ชาย  2. หญิง

2. อายุ

1. 25-30 ปี  2. 31-40 ปี  
 3. 41-50 ปี  4. 51 ปีขึ้นไป

3. ตำแหน่งทางราชการ

1. สาย ก (อาจารย์ผู้สอน)  
 2. สาย ข (วิชาการ)  
 3. สาย ค (บริหารงานทั่วไป)  
 4. สายปฏิบัติการ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพและการสนับสนุนของหน่วยงาน

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน  ขวามือที่ตรงกับระดับความรู้ของท่าน

การรับรู้เกี่ยวกับภาวะสุขภาพ

ท่านคิดว่าสุขภาพของท่านในปัจจุบันเป็นอย่างไร

1. ปกติ  
 2. ไม่ปกติ (โปรดระบุ).....

### การสนับสนุนของหน่วยงาน

1. หน่วยงานของท่านมีการสนับสนุนให้บุคลากรออกกำลังกาย โดยจัดโครงการ หรือกิจกรรมส่งเสริมให้บุคลากรออกกำลังกาย และจัดสถานที่สำหรับการออกกำลังกายในพื้นที่ของหน่วยงาน

1. สนับสนุน

2. ไม่สนับสนุน

2. หน่วยงานของท่านมีการสนับสนุนให้บุคลากรบริโภคอาหารส่งเสริมโภชนาการ โดยจัดโครงการ หรือกิจกรรมต่าง ๆ

1. สนับสนุน

2. ไม่สนับสนุน

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน  ขวามือที่ตรงกับปฏิบัติของท่าน

มากที่สุด หมายถึง 6-7 วัน/สัปดาห์    มาก หมายถึง 4-5 วัน/สัปดาห์

ปานกลาง หมายถึง 3 วัน/สัปดาห์    น้อย หมายถึง 1-2 วัน/สัปดาห์

น้อยที่สุด หมายถึง ไม่กระทำในรายการนั้น/สัปดาห์

(กรุณาตอบทุกข้อ/ข้อละ 1 คำตอบ)

รายการ	ระดับ				
	มากที่สุด	มาก	ปาน	น้อย	น้อยที่สุด
1. ท่านออกกำลังกายสม่ำเสมอโดยถือเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของท่าน					
2. ขณะออกกำลังกายท่านเลือกใส่รองเท้าและสวมชุดที่เหมาะสมกับสภาพอากาศและการออกกำลังกายแต่ละประเภท					
3. ก่อนออกกำลังกาย ท่านเริ่มอบอุ่นร่างกายด้วยการวิ่งเหยาะ ๆ และการเหยียดกล้ามเนื้อ					

รายการ	ระดับ				
	มากที่สุด	มาก	ปาน	น้อย	น้อยที่สุด
4. หลังการออกกำลังกาย ท่านมีการเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อให้ร่างกายกลับสู่สภาพปกติ					
5. ช่วงเวลาการออกกำลังกายของท่านขึ้นอยู่กับความพอใจไม่ได้กำหนดเป็นเวลาเดียวกัน					
6. ท่านชักชวนเพื่อนให้เล่นกีฬาและออกกำลังกาย					
7. เมื่อเกิดข้อพลิก เคล็ด ขัดยอก ฟกช้ำขณะออกกำลังกายท่านจะหยุดพักประคบด้วยน้ำแข็ง					
8. ท่านออกกำลังกายครั้งละไม่น้อยกว่า 30 นาที					
9. ท่านหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายในสภาวะที่ไม่เหมาะสม เช่น อากาศร้อนจัด ฝนตก					
10. ท่านจัดทำตารางการออกกำลังกายของท่านไว้อย่างชัดเจน					
11. ถ้ามีอาการผิดปกติขณะออกกำลังกายท่านจะหยุดพัก					
12. ท่านออกกำลังกายอย่างค่อยเป็นค่อยไปไม่หักโหม					
13. ท่านไม่หยุดการออกกำลังกายลงทันทีแต่ผ่อนความเร็วลงช้า ๆ					
14. ท่านออกกำลังกายกลางแจ้งหรือในที่อากาศถ่ายเทสะดวก					
15. ท่านไม่ดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง หลังการออกกำลังกาย					

รายการ	ระดับ				
	มากที่สุด	มาก	ปาน	น้อย	น้อยที่สุด
16. ท่านออกกำลังกายเพราะทำให้นอนหลับดีขึ้น					
17. ท่านออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาก่อนหรือหลังรับประทานอาหารหนัก 2 ชั่วโมง					
18. ท่านเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าควบคู่ไปกับการออกกำลังกาย					
19. ท่านเลือกกิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสม กับสภาพของตนเอง					
20. ท่านทดสอบสมรรถภาพทางกายอยู่เสมอ					

ความเห็นและข้อเสนอแนะด้านการปฏิบัติในการออกกำลังกาย

.....

.....

.....

.....

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกรบริโภคอาหาร

คำชี้แจง เป็นแบบสอบถามการปฏิบัติตนในด้านการบริโภคอาหาร

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติของตัวท่านมากที่สุด

กรุณาตอบทุกข้อคำถามเพื่อประโยชน์ต่อการตรวจสอบพฤติกรรมของท่าน

รายการ	ระดับ				
	มากที่สุด	มาก	ปาน	น้อย	น้อยที่สุด
1. ท่านรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ					
2. ท่านรับประทานอาหารจนรู้สึกอิ่มพอดี โดยไม่เพิ่มจำนวน					
3. ท่านรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ในแต่ละมื้อ					
4. ท่านรับประทานอาหารประเภทแป้ง ข้าว น้ำตาล เช่น ขนมปัง โดนัท เค้ก เป็นต้น					
5. ท่านรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น หมูสามชั้น ขาหมู หนังไก่ ของทอด เป็นต้น					
6. ท่านรับประทานอาหารที่ปรุงจากไขไก่ ไข่เป็ด					
7. ท่านรับประทานผักสดและผลไม้ทุกมื้ออาหาร ในปริมาณที่พอเหมาะ					
8. ท่านรับประทานอาหารพอดีกำและเคี้ยวอาหาร จนละเอียด					
9. ท่านรับประทานขนมหวาน ของกินจุจิก					
10. ท่านรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ					
11. ท่านรับประทานอาหารหมักดอง					
12. ท่านรับประทานอาหารขณะนั่งดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ หรือทำกิจกรรมอื่น ๆ ควบคู่ไปด้วย					

รายการ	ระดับ				
	มากที่สุด	มาก	ปาน	น้อย	น้อยที่สุด
13. ท่านปรุงอาหารรับประทานเองที่บ้าน					
14. ท่านออกไปรับประทานอาหารนอกบ้าน ที่ร้านอาหาร					
15. ในระหว่างทำงานหรือประชุมท่านดื่ม น้ำชา กาแฟ					
16. ท่านดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง					
17. ท่านดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์					
18. ขณะไปงานเลี้ยงสังสรรค์ท่านดื่มเครื่องดื่ม- ผสมแอลกอฮอล์					
19. ท่านล้างผักและผลไม้ให้สะอาดทุกครั้ง					
20. ท่านรับประทานอาหารเข้าทุกวัน					

ความเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

-----

ภาคผนวก ก  
ค่าดัชนีความสอดคล้อง

### ค่าดัชนีความสอดคล้อง

ตารางแสดงค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหาในข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of Congruence--IOC) แบบสอบถาม เรื่อง พฤติกรรมการออกกำลังกาย และพฤติกรรม การบริโภคอาหารของบุคลากรคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

พฤติกรรมการออกกำลังกาย	ผู้เชี่ยวชาญ คนที่			ค่า IOC	แปลผล
	1	2	3		
1. ท่านออกกำลังกายสม่ำเสมอโดยถือเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของท่าน	1	1	1	1	ใช้ได้
2. ขณะออกกำลังกายท่านเลือกใส่รองเท้าและสวมชุดที่เหมาะสมกับสภาพอากาศและการออกกำลังกายแต่ละประเภท	1	1	1	1	ใช้ได้
3. ก่อนออกกำลังกาย ท่านเริ่มอบอุ่นร่างกายด้วยการวิ่งเหยาะ ๆ และการเหยียดกล้ามเนื้อ	1	1	1	1	ใช้ได้
4. หลังการออกกำลังกาย ท่านมีการเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อให้ร่างกายกลับสู่สภาพปกติ	1	1	1	1	ใช้ได้
5. ช่วงเวลาการออกกำลังกายของท่านขึ้นอยู่กับความพอใจไม่ได้กำหนดเป็นเวลาเดียวกัน	1	1	1	1	ใช้ได้
6. ท่านชักชวนเพื่อนให้เล่นกีฬาและออกกำลังกาย	1	1	1	1	ใช้ได้
7. เมื่อเกิดข้อพลิก เคล็ด ขัดยอก ฟกช้ำ ขณะออกกำลังกายท่านจะหยุดพักประคบด้วยน้ำแข็ง	1	1	1	1	ใช้ได้
8. ท่านออกกำลังกายครั้งละไม่น้อยกว่า 30 นาที	1	1	1	1	ใช้ได้
9. ท่านหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายในสภาวะที่ไม่เหมาะสม เช่น อากาศร้อนจัด ฝนตก	1	1	1	1	ใช้ได้
10. ท่านจัดตารางการออกกำลังกายของท่านไว้อย่างชัดเจน	1	1	1	1	ใช้ได้

พฤติกรรมการออกกำลังกาย	ผู้เชี่ยวชาญ คนที่			ค่า IOC	แปลผล
	1	2	3		
11. ถ้ามีอาการผิดปกติขณะออกกำลังกาย ท่านจะหยุดพัก	1	1	1	1	ใช้ได้
12. ท่านออกกำลังกายอย่างค่อยเป็นค่อยไป ไม่หักโหม	1	1	1	1	ใช้ได้
13. ท่าน ไม่หยุดการออกกำลังกายลงทันที แต่ผ่อนความเร็วลงช้า ๆ	1	1	1	1	ใช้ได้
14. ท่านออกกำลังกายกลางแจ้งหรือในที่อากาศ ถ่ายเทสะดวก	1	1	1	1	ใช้ได้
15. ท่าน ไม่ดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง หลังการออก- กำลังกาย	1	1	1	1	ใช้ได้
16. ท่านออกกำลังกายเพราะทำให้นอนหลับดีขึ้น	1	1	1	1	ใช้ได้
17. ท่านออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาก่อน หรือหลังรับประทานอาหารหนัก 2 ชั่วโมง	1	1	1	1	ใช้ได้
18. ท่านเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าควบคุม ไปกับการออกกำลังกาย	1	1	1	1	ใช้ได้
19. ท่านเลือกกิจกรรมการออกกำลังกาย ที่เหมาะสมกับสภาพของตนเอง	1	1	1	1	ใช้ได้
20. ท่านทดสอบสมรรถภาพทางกายอยู่เสมอ	1	1	1	1	ใช้ได้

พฤติกรรมกรออกบริโภคอาหาร	ผู้เชี่ยวชาญ คนที่			ค่า IOC	แปลผล
	1	2	3		
1. ท่านรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ	1	1	1	1	ใช้ได้
2. ท่านรับประทานอาหารจนรู้สึกอิ่มพอดี โดยไม่เพิ่มจำนวน	1	1	1	1	ใช้ได้
3. ท่านรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในแต่ละมื้อ	1	1	1	1	ใช้ได้
4. ท่านรับประทานอาหารประเภทแป้ง ข้าว น้ำตาล เช่น ขนมปัง โดนัท เค้ก เป็นต้น	1	1	1	1	ใช้ได้
5. ท่านรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น หมูสามชั้น ขาหมู หนังไก่ ของทอด เป็นต้น	1	1	1	1	ใช้ได้
6. ท่านรับประทานอาหารที่ปรุงจากไข่ไก่ ไข่ เป็ด	1	1	1	1	ใช้ได้
7. ท่านรับประทานผักสดและผลไม้ทุกมื้อ อาหารในปริมาณที่พอเหมาะ	1	1	1	1	ใช้ได้
8. ท่านรับประทานอาหารพดิดำและเคี้ยว อาหารจนละเอียด	1	1	1	1	ใช้ได้
9. ท่านรับประทานขนมหวานของกินจุจิก	1	1	1	1	ใช้ได้
10. ท่านรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ	1	1	1	1	ใช้ได้
11. ท่านรับประทานอาหารหมักดอง	1	1	1	1	ใช้ได้
12. ท่านรับประทานอาหารขณะนั่งดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ หรือทำกิจกรรมอื่น ๆ ควบคู่ไปด้วย	1	1	1	1	ใช้ได้
13. ท่านปรุงอาหารรับประทานเองที่บ้าน	1	1	1	1	ใช้ได้
14. ท่านออกไปรับประทานอาหารนอกบ้าน ที่ร้านอาหาร	1	1	1	1	ใช้ได้
15. ในระหว่างทำงานหรือประชุมท่านดื่ม น้ำชา กาแฟ	1	1	1	1	ใช้ได้

พฤติกรรมกรออกบริโภคอาหาร	ผู้เชี่ยวชาญ คนที่			ค่า IOC	แปลผล
	1	2	3		
16. ทานคั้มเครื่องคั้มชูกั้ลั้ง	1	1	1	1	ใช้ได้
17. ทานคั้มเครื่องคั้มผสมแอลกอฮอล์	1	1	1	1	ใช้ได้
18. ขณะไปงานเลี้ยงสังสรรค์ทานคั้มเครื่องคั้ม- ผสมแอลกอฮอล์	1	1	1	1	ใช้ได้
19. ทานล้างผักและผลไม้ให้สะอาดทุกครั้ง	1	1	1	1	ใช้ได้
20. ทานรับประทานอาหารเข้าทุกวัน	1	1	1	1	ใช้ได้

ภาคผนวก ง  
ค่าความเชื่อมั่น (Reliability)



## ค่าความเชื่อมั่น (Reliability)

Scale: ALL VARIABLES

Reliability

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

	Mean	Std Dev	Cases
1. B1	4.400	0.7701	30.0
2. B2	4.066	7.5208	30.0
3. B3	3.933	3.7397	30.0
4. B4	3.766	7.7279	30.0
5. B5	3.966	7.7649	30.0
6. B6	3.866	7.7761	30.0
7. B7	3.633	3.9643	30.0
8. B8	3.666	7.8023	30.0
9. B9	3.633	3.8087	30.0
10. B10	3.866	7.6814	30.0
11. B11	3.566	7.6261	30.0
12. B12	3.766	7.8584	30.0
13. B13	3.700	0.5960	30.0
14. B14	3.833	3.6989	30.0
15. B15	3.3333	1.1244	30.0
16. B16	3.9000	.7120	30.0
17. B17	3.9667	.8503	30.0
18. B18	3.9333	.7397	30.0
19. B19	3.966	7.5561	30.0
20. B20	3.8667	.6814	30.0

21. C1	3.9333	.5833	30.0
22. C2	3.8333	.5921	30.0
23. C3	3.9333	.7849	30.0
24. C4	3.7333	.6397	30.0
25. C5	3.5333	.7761	30.0
26. C6	3.8000	.7611	30.0
27. C7	3.8667	.5074	30.0
28. C8	3.7333	.6397	30.0
29. C9	3.6667	.9589	30.0
30. C10	3.5000	1.1371	30.0
31. C11	3.2000	1.1567	30.0
32. C12	3.6000	.8137	30.0
33. C13	3.9000	.4807	30.0
34. C14	3.5000	.9002	30.0
35. C15	3.8333	.9499	30.0
36. C16	3.2667	1.3374	30.0
37. C17	3.2000	1.2704	30.0
38. C18	3.3000	.9154	30.0
39. C19	3.6333	.7649	30.0
40. C20	3.566	7.6261	30.0

#### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability coefficients  $N$  of Cases = 30.0  $N$  of Items = 40 Alpha = .9589

ภาคผนวก จ

การวิเคราะห์ข้อมูลจากโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

## Frequencies

## เพศ

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ชาย	64	32.7	32.7	32.7
	หญิง	132	67.3	67.3	100.0
	Total	196	100.0	100.0	

## อายุ

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25-30 ปี	40	20.4	20.4	20.4
	31-40 ปี	57	29.1	29.1	49.5
	41-50 ปี	51	26.0	26.0	75.5
	51 ปีขึ้นไป	48	24.5	24.5	100.0
	Total	196	100.0	100.0	

## ตำแหน่ง

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	สาย ก	68	34.7	34.7	34.7
	สาย ข	51	26.0	26.0	60.7
	สาย ค	53	27.0	27.0	87.8
	สายปฏิบัติการ	24	12.2	12.2	100.0
	Total	196	100.0	100.0	

## สุขภาพปัจจุบัน

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ปกติ	123	62.8	62.8	62.8
	ไม่ปกติ	73	37.2	37.2	100.0
	Total	196	100.0	100.0	

## การสนับสนุนของหน่วยงานด้านการออกกำลังกาย

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	สนับสนุน	111	56.6	56.6	56.6
	ไม่สนับสนุน	85	43.4	43.4	100.0
	Total	196	100.0	100.0	

## การสนับสนุนของหน่วยงานด้านการบริโภค

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	สนับสนุน	106	54.1	54.1	54.1
	ไม่สนับสนุน	90	45.9	45.9	100.0
	Total	196	100.0	100.0	

## Descriptives

## Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
b1	196	1	5	3.58	1.248
b2	196	1	5	3.55	.952
b3	196	1	5	3.41	1.075
b4	196	1	5	3.38	1.053
b5	196	1	5	3.52	1.064
b6	196	1	5	3.31	1.155
b7	196	1	5	3.16	1.152
b8	196	1	5	3.27	1.120
b9	196	1	5	3.40	1.107
b10	196	1	5	3.12	1.212
b11	196	1	5	3.53	1.074
b12	196	1	5	3.56	1.048
b13	196	1	5	3.38	1.038
b14	196	1	5	3.58	1.022
b15	196	1	5	3.32	1.282
b16	196	1	5	3.38	1.190
b17	196	1	5	3.36	1.247
b18	196	1	5	3.33	1.218
b19	196	1	5	3.52	1.083
b20	196	1	5	3.32	1.082
Valid N (listwise)	196				

## Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
c1	196	1	5	3.81	.855
c2	196	1	5	3.61	.837
c3	196	1	5	3.53	1.010
c4	196	1	5	3.40	.959
c5	196	1	5	3.24	.938
c6	196	1	5	3.54	.891
c7	196	1	5	3.51	.868
c8	196	1	5	3.39	.951
c9	196	1	5	3.13	1.168
c10	196	1	5	2.81	1.298
c11	196	1	5	2.67	1.243
c12	196	1	5	3.15	1.080
c13	196	1	5	3.41	1.006
c14	196	1	5	3.35	1.142
c15	196	1	5	3.32	1.101
c16	196	1	5	3.10	1.342
c17	196	1	5	2.68	1.348
c18	196	1	5	2.70	1.275
c19	196	1	5	3.42	1.081
c20	196	1	5	3.44	1.029
Valid N (listwise)	196				

## Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
sumb	196	1.00	4.75	3.3977	.82193
sumc	196	2.70	4.50	3.3120	.33760
Valid N (listwise)	196				

## T-Test

## Group Statistics

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
sumb	ชาย	64	3.4875	.69545	.08693
	หญิง	132	3.3542	.87589	.07624
sumc	ชาย	64	3.2195	.28958	.03620
	หญิง	132	3.3568	.35089	.03054

## Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
sumb	Equal variance assumed	4.642	.032	1.065	194	.288	.13333	.12515	-.11350	.38017
	Equal variance not assumed			1.153	153.503	.251	.13333	.11562	-.09509	.36175
sumc	Equal variance assumed	1.159	.283	-2.713	194	.007	-.13729	.05060	-.23709	-.03748
	Equal variance not assumed			-2.899	148.443	.004	-.13729	.04736	-.23087	-.04370

## Means

## Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
sumb * อายุ	196	100.0%	0	.0%	196	100.0%
sumc * อายุ	196	100.0%	0	.0%	196	100.0%

## Report

อายุ		sumb	sumc
25-30 ปี	Mean	3.3038	3.3550
	N	40	40
	Std. Deviation	.91332	.29695
31-40 ปี	Mean	3.6298	3.2895
	N	57	57
	Std. Deviation	.56322	.32661
41-50 ปี	Mean	3.4549	3.3500
	N	51	51
	Std. Deviation	.77693	.31544
51 ปีขึ้นไป	Mean	3.1396	3.2625
	N	48	48
	Std. Deviation	.97271	.40060
Total	Mean	3.3977	3.3120
	N	196	196
	Std. Deviation	.82193	.33760

## Oneway

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
sumb	Between Groups	6.789	3	2.263	3.478	.017
	Within Groups	124.947	192	.651		
	Total	131.736	195			
sumc	Between Groups	.294	3	.098	.858	.464
	Within Groups	21.930	192	.114		
	Total	22.224	195			

## Post Hoc Tests

## Multiple Comparisons

Dependent Variable: sumb

Scheffe

(I) ອາຍຸ	(J) ອາຍຸ	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
25-30 ປີ	31-40 ປີ	-.32607	.16639	.282	-.7954	.1432
	41-50 ປີ	-.15115	.17038	.852	-.6317	.3294
	51-60 ປີ	.16417	.17270	.825	-.3229	.6513
31-40 ປີ	25-30 ປີ	.32607	.16639	.282	-.1432	.7954
	41-50 ປີ	.17492	.15549	.738	-.2636	.6135
	51-60 ປີ	.49024*	.15803	.024	.0445	.9360
41-50 ປີ	25-30 ປີ	.15115	.17038	.852	-.3294	.6317
	31-40 ປີ	-.17492	.15549	.738	-.6135	.2636
	51-60 ປີ	.31532	.16223	.290	-.1422	.7729
51-60 ປີ	25-30 ປີ	-.16417	.17270	.825	-.6513	.3229
	31-40 ປີ	-.49024*	.15803	.024	-.9360	-.0445
	41-50 ປີ	-.31532	.16223	.290	-.7729	.1422

\*. The mean difference is significant at the .05 level.

## Homogeneous Subsets

sumb

Scheffe<sup>a,b</sup>

อายุ	N	Subset for alpha = .05	
		1	2
51-60 ปี	48	3.1396	
25-30 ปี	40	3.3037	3.3037
41-50 ปี	51	3.4549	3.4549
31-40 ปี	57		3.6298
Sig.		.301	.272

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

- Uses Harmonic Mean Sample Size = 48.201.
- The group sizes are unequal. The harmonic mean of the group sizes is used. Type I error levels are not guaranteed.

## Means

## Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
sumb * ตำแหน่ง	196	100.0%	0	.0%	196	100.0%
sumc * ตำแหน่ง	196	100.0%	0	.0%	196	100.0%

## Report

ตำแหน่ง		sumb	sumc
สาย ก	Mean	3.5324	3.3287
	N	68	68
	Std. Deviation	.83339	.34298
สาย ข	Mean	3.3088	3.3667
	N	51	51
	Std. Deviation	.87377	.29944
สาย ค	Mean	3.4113	3.2896
	N	53	53
	Std. Deviation	.75655	.37434
สายปฏิบัติการ	Mean	3.1750	3.1979
	N	24	24
	Std. Deviation	.79208	.29945
Total	Mean	3.3977	3.3120
	N	196	196
	Std. Deviation	.82193	.33760

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
sumb	Between Groups	2.836	3	.945	1.408	.242
	Within Groups	128.901	192	.671		
	Total	131.736	195			
sumc	Between Groups	.510	3	.170	1.504	.215
	Within Groups	21.714	192	.113		
	Total	22.224	195			

## T-Test

## Group Statistics

สุขภาพปัจจุบัน	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ปกติ	123	3.8358	.73414	.06619
ไม่ปกติ	73	3.1390	.77573	.09079
ปกติ	123	3.3541	.35939	.03241
ไม่ปกติ	73	3.2411	.28582	.03345

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
sumb Equal variances assumed	11.795	.001	2.664	194	.008	.33038	.12403	.08576	.57500
Equal variances not assumed			2.563	149.610	.011	.33038	.12890	.07569	.58508
sumc Equal variances assumed	.057	.811	3.390	194	.001	.23832	.07030	.09967	.37697
Equal variances not assumed			3.355	173.192	.001	.23832	.07104	.09810	.37854



## Group Statistics

การสนับสนุนของหน่วยงาน ด้านการออกกำลังกาย		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
sumb	สนับสนุน	111	3.5757	.74024	.07026
	ไม่สนับสนุน	85	3.2453	.99632	.10807
sumc	สนับสนุน	111	3.4347	.43211	.04101
	ไม่สนับสนุน	85	3.3024	.34777	.03772

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
sumb Equal variances assumed	11.795	.001	2.664	194	.008	.33038	.12403	.08576	.57500	
Equal variances not assumed			2.563	149.610	.011	.33038	.12890	.07569	.58508	
sumc Equal variances assumed	.057	.811	3.390	194	.001	.23832	.07030	.09967	.37697	
Equal variances not assumed			3.355	173.192	.001	.23832	.07104	.09810	.37854	

## Group Statistics

การสนับสนุนของหน่วยงาน ด้านการบริโภค		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
sumb	สนับสนุน	106	3.5486	.80577	.07826
	ไม่สนับสนุน	90	3.2956	.93390	.09844
sumc	สนับสนุน	106	3.4009	.40831	.03966
	ไม่สนับสนุน	90	3.1983	.57458	.06057

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
sumb Equal variance assumed	2.232	.137	2.036	194	.043	.25303	.12426	.00796	.49810
Equal variance not assumed			2.012	177.093	.046	.25303	.12576	.00485	.50121
sumc Equal variance assumed	5.784	.017	2.875	194	.004	.20261	.07047	.06363	.34159
Equal variance not assumed			2.799	157.187	.006	.20261	.07239	.05962	.34560

## บรรณานุกรม

- กรมพลศึกษา. (2534). *แนวทางการพัฒนาวิทยาศาสตร์การกีฬาของประเทศไทย*.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรมศาสนา.
- กรมอนามัย. (2547). *ผลการสำรวจสถานการณ์การออกกำลังกายของคนไทย ภายหลัง  
มหกรรมรวมพลังสร้างสุขภาพ ครั้งที่ 1*. กรุงเทพมหานคร: ผู้แต่ง.
- กัลยา ศรีมหันต์. (2541). *ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็ก  
นักเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต,  
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2544). *แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 3 (2545-2549)*.  
กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยมิตรการพิมพ์.
- จรัสศรี อุสาหะ. (2539). *การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถม  
ศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์-  
ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จันทร์ทิพย์ ลิ่มทองกุล. (2531). *หลักการเลือกอาหาร*. ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนาการ  
กับชีวิตมนุษย์* (พิมพ์ครั้งที่ 6, หน่วยที่ 11). นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย-  
สุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ชฎานิษฐ์ ธรรมธิชฎาน. (2543). *พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน  
มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญ-  
ศึกษากรุงเทพมหานคร*. ปริญญาโทการศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัย-  
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชนกนาถ ชูพยัคฆ์. (2545). *รายงานการวิจัยเรื่อง ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภค  
อาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิต สังกัดทบวง-  
มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง,  
คณะศึกษาศาสตร์, ภาควิชาคหกรรมศาสตร์.

- ชาติชาย เนนฐานันท์. (2550). พฤติกรรมการออกกำลังกายของประชาชนในสวนสาธารณะ เขตเทศบาลนครอุดรธานี ปี 2550. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- คุณิ สุทธิปริยาศรี. (2527). ปัญหาโภชนาการ. ใน เอกสารประกอบการสอนชุดวิชา โภชนศาสตร์สาธารณสุข (เล่ม 2, หน่วยที่ 12). นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ธัญญา โกมุทท่วงศ์. (2541). การพัฒนารูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเพื่อส่งเสริม พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 จังหวัด-ปทุมธานี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นิตยา ตั้งชูรัตน์. (2531). นิสัยความเชื่อในการกินอาหาร. ใน เอกสารชุดวิชาโภชนาการ กับชีวิตมนุษย์ (พิมพ์ครั้งที่ 6, หน่วยที่ 10). นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัย-ธรรมมาธิราช.
- นิตยา ภัทรกรรม. (2542). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของ ประชากรวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ประวิตร เจนวรรณกุล. (2547, กุมภาพันธ์). บัญญัติ 10 ประการ การออกกำลังกาย. *Health Today Thailand*, 3(3), 80-83.
- ปริยาภรณ์ โกมุท. (2548). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย ของบุคลากรทางการแพทย์ โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จังหวัดนนทบุรี. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิชิต ฤทธิ์จรูญ. (2544). ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏพระนคร.
- มณฑาทิพย์ ไชยศักดิ์, วรเดช ช้างแก้ว, ชิตสุภาวงศ์ ทิพย์เที่ยงแท้, เพ็ญจมาศ คำชนะ, บำเพ็ญ พงศ์เพชรดิถ และพิสมัย อานัญจวนิชย์. (2554). รายงานการวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี. ราชบุรี: วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี.

- มนัส ฉายาวิจิตรศิลป์. (2536). พฤติกรรมการบริโภคของคนไทยในชุมชนเมือง: ศึกษาเฉพาะกรุงเทพมหานคร. หลักสูตรป้องกันราชอาณาจักรภาครัฐร่วมเอกชน รุ่นที่ 5, วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร (อัสสัมชัญ).
- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (2553). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. ค้นเมื่อ 1 มิถุนายน 2553, จาก <http://www.swu.ac.th/royal/book6/b6c6t2.html>
- ยุพิน ตีรวัส. (2528). ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับความรู้ ความเชื่อ และบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2539). พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.
- วรางคณา บุตรศรี. (2538). พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมืองจังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์. (2527). การประเมินภาวะโภชนาการทางมนุษยวิทยา และสังคมวิทยา. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนาศาสตร์สาธารณสุข (หน่วยที่ 4). นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- วสุนธรี เสรีสุชาติ. (2543). การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของหญิงวัยเจริญพันธุ์ ในโรงงานอุตสาหกรรมที่สัมพันธ์กับภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก จังหวัดฉะเชิงเทรา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วัฒนา สุทธิพันธุ์. (2548). รายงานการวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกาย ของประชาชนในสวนสาธารณะและสนามกีฬาในกรุงเทพมหานคร. ปริญญาโทการศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วันเฉลิม ไชยงค์. (2552). พฤติกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารของผู้บริหารสถานศึกษาในจังหวัดอุดรธานี. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

- วิธี แจ่มกระทิก. (2541). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนของนักเรียน  
มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.  
ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิรัตน์ จันท์ประเสริฐ. (2541). ความรู้เจตคติและพฤติกรรมการออกกำลังกายของครู  
ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร.  
ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิริยาภรณ์ เจริญชีพ. (2545). พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา  
ปีที่ 6 สังกัดสำนักงานประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร-  
มหาบัณฑิต, สถาบันราชภัฏธนบุรี.
- วีระชาติ สมใจ. (2550). พฤติกรรมการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา สังกัดสำนักงาน  
คณะกรรมการการอาชีวศึกษาอุดรธานี ปีการศึกษา 2550. ปริญญาวิทยานิพนธ์-  
การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วุฒิพงษ์ ปรมัตถาวร. (2537). การออกกำลังกาย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ โอ. เอส.  
พริ้นติ้งเฮ้าส์.
- ศิริลักษณ์ สิ้นขวาล้อย. (2533, ตุลาคม). ทักษะคติและพฤติกรรมของเด็กนักเรียน ไทย  
ในตัวเมืองที่มีต่ออาหารว่าง. โภชนาการ, 21(4), 309-329.
- สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2529). การบริหารการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์-  
อักษรบัณฑิตการพิมพ์.
- สถาพร แฉวงจันทิก. (2548). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ที่มา  
ออกกำลังกาย ณ ศูนย์สุขภาพ จังหวัดเพชรบุรี ปี พ.ศ. 2548. ปริญญาานิพนธ์-  
การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุชาดา มะโนทัย. (2539). การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถม  
ศึกษาดอนตัน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์-  
มหาวิทยาลัย.
- สุดาวรรณ ชันชมิตร. (2538). พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา  
ปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติในภาคกลาง.  
วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สุทธิลักษณ์ สมิตะศิริ. (2533). พฤติกรรมการกินของคนไทย. *สุขศึกษา*, 13, 1-9.
- สุภาพ บุรณ์เจริญ. (2547). พฤติกรรมการบริโภคอาหารและสมรรถภาพทางกาย  
ของนักฟุตบอลชายระดับมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์-  
สาขารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุรพล มั่นภวานา. (2547). พฤติกรรมการออกกำลังกายของประชาชนที่มาออกกำลังกาย  
ณ ลานกีฬาในจังหวัดชลบุรี ปี พ.ศ. 2547. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต,  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุรภา ขุนทองแก้ว. (2548). พฤติกรรมการออกกำลังกายของสมาชิกชมรมสร้างสุขภาพ  
จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- สุริยะ เทศมี. (2549). ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุงของบุคลากร  
มหาวิทยาลัยรามคำแหง. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัย-  
รามคำแหง.
- อัญมณี ไวก์ยางกูร. (2544). พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของหญิงตั้ง  
ครรภ์ที่มารับบริการฝากครรภ์ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์ สังกัดสำนักการ  
แพทย์ กรุงเทพฯ. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทร-  
วิโรฒ.
- อัมพวัลย์ วิสวธีรานนท์. (2541). วิถีชีวิตของคนรุ่นใหม่: ศึกษากรณีพฤติกรรมการ  
บริโภคอาหารของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร-  
มหาบัณฑิต, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- เอกอนงค์ สีตลาภินันท์. (2544). ปัจจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรี  
ทำงานนอกร้านศึกษาเฉพาะสำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม.  
วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- Bloom, B. (1975). *Taxonomy of education objective: Hand book 1: Cognitive domain*. New York: David McKay.



- Gercia, A. W. (1995, August). Gender and developmental differences in exercise beliefs among youth and prediction of their exercise behavior. *Journal of School Health, 65*(6), 213-219.
- Pender, N. J., Walker, S. N., Sechrist, K. R., & Frank-Stromborg, M. (1990, November-December). Predicting health promotion lifestyles in the workplace. *Nursing Research, 39*(6), 326-332.
- Suitor, C. J., & Corwley, M. F. (1984). *Nutrition: principles and application in health promotion*. (2nd ed.). Philadelphia, PA: J. B. Lippincott.
- Sung, D. (2003). *Assessing exercise behavior of South Dakota public university faculty using the train theoretical monde*. Vermilion, SD: University of South Dakota.
- Terri, D. (2006). Exercise can it help you think. *Dissertation Abstracts International, 49*, 3677-B. (UMI No. 19606591)



