

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญภาพ	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญ	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	5
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	5
คำถามในการวิจัย	6
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	6
ตัวแปรที่ศึกษา	6
วิธีการดำเนินการวิจัย	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรม	8
แนวคิดทฤษฎีการมีส่วนร่วม	15
แนวคิดทฤษฎีการบริหารจัดการ	20
แนวคิดทฤษฎีกิจกรรมกีฬาและนันทนาการ	22
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	38
แนวคิดที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ	42
ลานกีฬาพัฒนา 1	49
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	50
กรอบแนวคิดในการวิจัย	53

บทที่ 3	วิธีดำเนินการวิจัย	54
	ประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง	54
	เครื่องมือในการวิจัยและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	54
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	59
	การวิเคราะห์ข้อมูล	59
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	59
บทที่ 4	ผลการวิจัย	61
	ตอนที่ 1 ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	61
	ตอนที่ 2 ความต้องการของผู้สูงอายุ	65
	ตอนที่ 3 พฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ	72
	ตอนที่ 4 รูปแบบการบริหารกิจกรรมลานกีฬาผู้สูงอายุ (ลานกีฬาพัฒนา 1)	73
	ตอนที่ 5 ประเมินความเป็นไปได้และความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรม การออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้า	74
บทที่ 5	สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	77
	สรุปผลการวิจัย	77
	อภิปรายผล	79
	ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	84
	ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	85
บรรณานุกรม		86
	บรรณานุกรมภาษาไทย	86
	บรรณานุกรมภาษาต่างประเทศ	89
ภาคผนวก		92
	ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ	93
	ภาคผนวก ข หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ	95
	ภาคผนวก ค ตัวอย่างเครื่องมือ	110
	ภาคผนวก ง ผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)	128
	ภาคผนวก จ ภาพประกอบกิจกรรม	135
ประวัติผู้วิจัย		147

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
2.1	กรอบแนวคิดในการวิจัยเรื่องรูปแบบการบริหารกิจกรรมลานกีฬาผู้สูงอายุ (ลานกีฬาพัฒนา 1)	53

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
2.1 กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ	11
4.1 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามเพศ	61
4.2 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามช่วงอายุ	62
4.3 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามโรคประจำตัว	62
4.4 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามประวัติการพบแพทย์	62
4.5 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามการสูบบุหรี่	63
4.6 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามโรคประจำตัวและปัญหาสุขภาพ	63
4.7 แสดงจำนวนและร้อยละ การสนับสนุนหรือส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายในชุมชน	64
4.8 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกความเหมาะสมของลานกีฬาพัฒนา 1 ในการออกกำลังกาย	64
4.9 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามความถี่ในการมาออกกำลังกายที่ลานกีฬาพัฒนา 1	64
4.10 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามสาเหตุของการมาใช้บริการลานกีฬาพัฒนา 1	65
4.11 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามค่าดัชนีมวลกาย	65
4.12 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามความสามารถในการมองเห็น	65
4.13 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามความสามารถในการได้ยิน	66
4.14 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามสุขภาพ	66
4.15 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามการเปรียบเทียบสุขภาพกับบุคคลอื่น	67
4.16 แสดงจำนวนและร้อยละ จำแนกตามอุปกรณ์ทางการแพทย์/เครื่องช่วยเหลือที่ใช้	67
4.17 แสดงจำนวนและร้อยละ ความต้องการของผู้สูงอายุเกี่ยวกับกิจกรรมที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย	68
4.18 แสดงจำนวนและร้อยละ โปรแกรมการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย	69
4.19 แสดงจำนวนและร้อยละ ช่วงเวลาการจัดโปรแกรมการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย	71
4.20 แสดงจำนวนและร้อยละ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	71
4.21 แสดงจำนวนและร้อยละ พฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ	72
4.22 แสดงจำนวนและร้อยละ การบริหารกิจกรรมลานกีฬาผู้สูงอายุ (ลานกีฬาพัฒนา 1)	73
4.23 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินความเป็นไปได้และความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้า โดยผู้เชี่ยวชาญ n=9	74
4.24 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินความเป็นไปได้และความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้า โดยผู้สูงอายุ n=30	75