

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญแผนภูมิ	ฌ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	3
สมมติฐานการศึกษา	3
ขอบเขตของการศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
ประวัติกีฬาฟุตซอล	5
ทักษะเบื้องต้นในการเล่นกีฬาฟุตซอล	7
เทคนิคการเตะหรือการส่ง ลูกของกีฬาฟุตซอล	9
การทำงานแบบทักษะและการเรียนรู้ (Skill Performance and Learning)	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	17
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	20
กลุ่มตัวอย่าง	20
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	20
สถานที่ใช้ในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล	20
อุปกรณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล	20

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
วิธีการดำเนินการศึกษา	21
การวิเคราะห์ข้อมูล	21
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	23
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	27
สรุปผลการศึกษา	27
อภิปรายผลการศึกษา	28
ข้อเสนอแนะ	30
ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป	30
บรรณานุกรม	31
ภาคผนวก	33
ภาคผนวก ก โปรแกรมการฝึกทักษะฟุตบอลขั้นพื้นฐาน	34
ภาคผนวก ข รูปแบบการฝึกและรูปภาพประกอบ	38
ภาคผนวก ค แบบทดสอบ	66
ภาคผนวก ง ใบบันทึกผลทดสอบ	70
ภาคผนวก จ ข้อมูลทั่วไปของนักกีฬาฟุตบอลรุ่นอายุ 10 – 12 ปี	
โรงเรียนสุเหร่าบางกะสี	73
ประวัติผู้เขียน	75

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างแสดงในรูปของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	23
2 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตะลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านในกระทบผนัง	24
3 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตะลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้ากระทบผนัง	24
4 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตะลูกฟุตบอลเข้าประตูด้วยหัวรองเท้า	25
5 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตะลูกฟุตบอลเข้าประตูด้วยหลังเท้า	26
6 ข้อมูลทั่วไปของนักกีฬาฟุตบอลรุ่นอายุ 10 – 12 ปี โรงเรียนสุเหร่าบางกะสี	74

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ

1 แสดงรูปแบบขั้นตอนของขบวนการเรียนรู้เพื่อฝึกฝนการทำงานแบบทักษะ

หน้า

14



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

สารบัญภาพ

ภาพ	หน้า
1 แสดงการทดสอบยื่นกระโดดไกล	39
2 แสดงการเคลื่อนที่ในลักษณะการวิ่ง	40
3 แสดงการเคลื่อนที่โดยการ ก้าว - ลาก - ชิด (สไลด์) ไปด้านข้าง ทั้งซ้ายและขวา	40
4 แสดงการเคลื่อนที่โดยการ ก้าว - ลาก - ชิด (สไลด์) ไปข้างหน้าและข้างหลัง	41
5 แสดงการเคลื่อนที่โดยการ ก้าว - ลาก - ชิด (สไลด์) ไปตามจุดที่กำหนด	41
6 แสดงการเคลื่อนที่โดยการวิ่งอ้อมหลักไปและกลับ 5 หลัก (ซิกแซก)	42
7 แสดงการเคลื่อนที่โดยการเคลื่อนที่แบบสลับขาตั้ง	42
8 แสดงการเคลื่อนที่แบบสลับงอเข่า	43
9 แสดงการเคลื่อนที่แบบวิ่งข้ามกรวย	43
10 แสดงการยื่นคลึงลูกฟุตบอลไป-มา	44
11 แสดงการใช้ฝ่าเท้าดันหรือใส่ลูกฟุตบอลไปข้างหน้าและหยุดแล้วดันต่อ	44
12 แสดงการยื่นใช้ฝ่าเท้าคลึงลูกฟุตบอลด้วยซ้ายและขวา	45
13 แสดงการเตะบอลด้วยเข่าอยู่กับที่	45
14 แสดงการโหม่งบอลอยู่กับที่	46
15 แสดงการเตะบอลอยู่กับที่	46
16 แสดงการเตะบอลแบบเคลื่อนที่	47
17 แสดงการวางเท้าในการเตะลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านใน	48
18 แสดงการเตะลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านใน	49
19 แสดงการเตะลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า	49
20 แสดงการฝึกปฏิบัติการเตะลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า	50
21 แสดงการฝึกการเตะลูกเรียดด้วยหลังเท้า	51
22 แสดงการฝึกการเตะลูกฟุตบอลด้วยหัวรองเท้า	52
23 แสดงการฝึกการเตะลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า	53
24 แสดงการฝึกการหยุดลูกฟุตบอลที่กลิ้งมาทับพื้น (ลูกเรียด) ด้วยข้างเท้าด้านใน	54
25 แสดงการฝึกปฏิบัติการหยุดลูกฟุตบอลที่กลิ้งมาทับพื้น (ลูกเรียด) ด้วยข้างเท้าด้านใน	54

สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพ	หน้า
26 แสดงการฝึกปฏิบัติการเตะและหยุดลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านใน	55
27 แสดงการหยุดลูกฟุตบอลที่กลิ้งมากับพื้น(ลูกเรียด) ด้วยฝ่าเท้า	56
28 แสดงการฝึกปฏิบัติการหยุดลูกฟุตบอลที่กลิ้งมากับพื้น (ลูกเรียด) ด้วยฝ่าเท้า	57
29 แสดงวิธีการฝึกยิงประตูด้วยหลังเท้า	58
30 แสดงการเตะลูกฟุตบอลด้วยหัวรองเท้า (ลูกน็อคยา ลูกจิ้ม ลูกแทง)	59
31 แสดงวิธีการฝึกยิงประตูด้วยหัวรองเท้า (ลูกน็อคยา ลูกจิ้ม ลูกแทง)	60
32 แสดงวิธีการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า (การคลิ้ง) ไปด้านหน้า	61
33 แสดงวิธีการฝึกการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า (การคลิ้ง) ไปด้านหน้า	62
34 แสดงวิธีการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า (การคลิ้ง) ถอยหลัง	62
35 แสดงวิธีการฝึกการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า (การคลิ้ง)ถอยหลัง	63
36 แสดงวิธีการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า ด้านในหรือด้านข้าง	64
37 แสดงวิธีการฝึกการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้าด้านในหรือด้านข้าง	65
38 แสดงภาพประกอบแบบทดสอบการเตะลูกฟุตบอลกระทบผนัง	68
39 แสดงภาพประกอบแบบทดสอบการยิงประตูฟุตบอล	69