

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ สมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาโรงเรียน
บ้านอรุโณทัย จังหวัดเชียงใหม่

ชื่อผู้เขียน นางสาวสายใจ สุวรรณ
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์โสภณ อรุณรัตน์	ประธานกรรมการ
อาจารย์อนันต์ เอี้ยวเจริญ	กรรมการ
อาจารย์จุฑารัตน์ บวรสิน	กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษา โรงเรียนบ้านอรุโณทัย จังหวัดเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2544 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างนักเรียนชาย 138 คน และนักเรียนหญิง 138 คน รวมทั้งสิ้น 276 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดยใช้แบบทดสอบ Physical Best วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอส (SPSS for Windows) โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ประมาณค่าเฉลี่ยประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น 95% นำคะแนนจากการทดสอบไปเปรียบเทียบกับตาราง Health Fitness Standard .

ผลการวิจัยพบว่า

1. รายการทดสอบมวลรวมของร่างกาย อยู่ในระดับต่ำ ทุกกลุ่มอายุ
2. รายการทดสอบการเดิน / วิ่ง ระยะทาง 1 ไมล์ อยู่ในระดับสูง ทุกกลุ่มอายุ มีเพียงนักเรียนชายอายุ 11 ปี ที่อยู่ในระดับต่ำ
3. รายการทดสอบความอ่อนตัว อยู่ในระดับสูง ทุกกลุ่มอายุ
4. รายการทดสอบการลุก - นั่ง ในกลุ่มอายุ 7 - 9 ปี อยู่ในระดับสูง ส่วนกลุ่มอายุ 10 - 12 ปี อยู่ในระดับต่ำ
5. รายการทดสอบการดึงข้อ อยู่ในระดับสูงทุกกลุ่มอายุ

Independent Study Title	Health Related Fitness of Primary School Students in Arunothai School , Chiang Mai Province	
Author	Miss Saijai Suwan	
M.S.	Sports Science	
Examining Committee	Asst. Prof. Sapon Arunrutana	Chairman
	Lect. Anan Aeocharoen	Member
	Lect. Chutarut Borwornsin	Member

Abstract

The purpose of this research was aimed at investigating , health related fitness of primary school students in Arunothai School , Chiang Mai Province in the academic year 2001. The subjects were 276 students consisted of 138 males and 138 females . The data were collected through the use of health related fitness test (Physical Test). Data were analyzed by SPSS for Windows in term of mean , standard deviation , 95% confidence interval for population mean. The test scores were compare with health fitness standard.

The results were as follows :

1. Body Mass Index test score were found at a low level of age groups .
2. One Mile Walk / Run test scores were found at a high level all age groups, but only the male group 11 years that was found a low level .
3. Sit and Reach test scores were found at a high level all of age groups.
4. Modifiel Sit – Ups test scores were found at a high level in group of 7 - 9 years but group of student 10 –12 years were found at a low level.
5. Pull - Ups test scores were found at the high level of all age groups.