

# สารบัญ

| บทที่  | หน้า |
|--|------|
| 1 บทนำ.....                                    |      |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....            | 1    |
| จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....             | 1    |
| สมมติฐานการศึกษาค้นคว้า.....                   | 2    |
| ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....                 | 2    |
| ขอบเขตการศึกษาค้นคว้า .....                    | 3    |
| นิยามศัพท์เฉพาะ.....                           | 3    |
|  | 4    |
| 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....          | 5    |
| แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความต้องการ .....        | 5    |
| แนวคิดที่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย.....          | 8    |
| องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย ..... | 8    |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....                    | 28   |
| 3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....               | 37   |
| การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....   | 37   |
| เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล .....    | 40   |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล .....                      | 41   |
| การวิเคราะห์ข้อมูล .....                       | 41   |
| 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....                   | 42   |
| การวิเคราะห์ข้อมูล .....                       | 43   |
| ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....                     | 43   |

## สารบัญ (ต่อ)

| บทที่                        | หน้า |
|------------------------------|------|
| 5 บทสรุป.....                | 50   |
| สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....   | 50   |
| อภิปรายผล .....              | 50   |
| ข้อเสนอแนะ.....              | 55   |
| <br>                         |      |
| บรรณานุกรม .....             | 56   |
| <br>                         |      |
| ภาคผนวก.....                 | 59   |
| <br>                         |      |
| ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า ..... | 70   |

## สารบัญตาราง

| ตาราง  | หน้า |
|--|------|
| 1 แสดงรายชื่อ จำนวนโรงเรียน ประชากร และกลุ่มตัวอย่างของนักเรียน<br>ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขนาดเล็ก.....   | 39   |
| 2 แสดงรายชื่อ จำนวนโรงเรียน ประชากร และกลุ่มตัวอย่างของนักเรียน<br>ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขนาดกลาง.....   | 40   |
| 3 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ประจำปีการศึกษา 2553 จำแนกตามเพศ.....  | 44   |
| 4 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ประจำปีการศึกษา 2553.....  | 44   |
| 5 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความต้องการใน<br>การออกกำลังกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียน<br>สังกัดสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพิจิตร เขต1<br>ปีการศึกษา 2553..... | 45   |
| 6 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความต้องการ<br>ในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ด้านอาคารสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก.....   | 46   |
| 7 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความต้องการ<br>ในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ด้านบุคลากรและผู้ให้บริการ.....  | 47   |
| 8 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความต้องการใน<br>การออกกำลังกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ด้านกิจกรรม<br>การออกกำลังกาย.....   | 47   |
| 9 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความต้องการใน<br>การออกกำลังกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ด้านเวลาช่วงเวลา<br>ที่ต้องการออกกำลังกาย.....   | 48   |

## สารบัญตาราง (ต่อ)

| ตาราง |  | หน้า |
|-------|--|------|
| 10    | แสดงผลเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน<br>ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา<br>ประถมศึกษาพิจิตร เขต 1 จำแนกตามเพศ.....               | 49   |
| 11    | แสดงผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน<br>ชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา<br>ประถมศึกษาพิจิตร เขต 1 จำแนกตามขนาดโรงเรียน ..... | 50   |