

**ชื่อเรื่อง** การทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี 1 โรงเรียนนวมินทราชูทิศ ทักษิณ

**ผู้วิจัย** นายศิวกร ตันตีกิตติชัย

**ปีที่ทำการวิจัย** 2566

### **บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาข้อมูลด้านสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี 1 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนนวมินทราชูทิศ ทักษิณ ปีการศึกษา 2566 และเพื่อเป็นเอกสารชี้แนะ ในการปรับปรุงพัฒนาแผนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนให้มีความเหมาะสมมากขึ้น การวิจัยนี้ดำเนินการกับกลุ่มประชากร ซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี 1 โรงเรียนนวมินทราชูทิศ ทักษิณ ประจำปี การศึกษา 2565 จำนวน 441 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กและเยาวชนอายุ 7 - 18 ปี ของกรมพลศึกษา พ.ศ.2562 ผลการวิจัยมีดังนี้

1. ดัชนีมวลกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปี 1 จำนวน 441 คน อยู่ในเกณฑ์สมส่วน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 19.01
2. การทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 441 คน จากการทดสอบ 4 รายการ ได้แก่ นั่งงอตัวไปข้างหน้า อยู่ในเกณฑ์ ต่ำมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.74 ดันพื้นประยุกต์ 30 วินาที อยู่ในเกณฑ์ ปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 18.26 ลูกนั่ง 60 วินาที อยู่ในเกณฑ์ ปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 32.95 ยืนยกเข่าสูง 3 นาที อยู่ในเกณฑ์ ปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 125.6