ชื่อเรื่องวิจัย : ผลของชุดกิจกรรมแบบฝึกฐานผสมผสานเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องแคล่วว่องไวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ผู้วิจัย : นายรอฮหมัด มะดาแฮ

หน่วยงาน : โรงเรียนบ้านดอนขี้เหล็ก อำเภอ เมืองสงขลา จังหวัด สงขลา
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา สงขลา เขต 1

ปีที่ศึกษา : ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายด้านความความคล่องแคล่วว่องไว ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบ้านดอนขี้เหล็ก อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา หลังการใช้ชุดกิจกรรมแบบฝึกฐานผสมผสานเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องแคล่วว่องไว กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบ้านดอนขี้เหล็ก จำนวน 26 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1)การสร้างแผนการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้ชุดกิจกรรมแบบฝึกฐานผสมผสาน 2)การวิ่งเก็บของ (Shuttle pick-up Test) สถิติในการใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) และค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิจัย พบว่าแสดงผลการทดสอบวิ่งเก็บของ 10 เมตร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบ้านดอนขี้เหล็ก ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ชุดสื่อกิจกรรมแบบฝึกผสมผสาน พบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยเวลาในการวิ่งเก็บของก่อนการทดสอบเท่ากับ 11.52 วินาที (S.D. = 1.62) และหลังการทดสอบลดลงเหลือ 11.18 วินาที (S.D. = 1.56) สะท้อนให้เห็นถึงการพัฒนาความคล่องแคล่วว่องไวของนักเรียน โดยมี ร้อยละการเปลี่ยนแปลงเฉลี่ย 0.03% ซึ่งแม้ค่าการเปลี่ยนแปลงโดยเฉลี่ยจะอยู่ในระดับต่ำ แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายบุคคล พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีพัฒนาการในทิศทางที่ดีขึ้น

คำสำคัญ: สมรรถภาพทางกาย ความคล่องแคล่วว่องไว แบบฝึกผสมผสาน การวิ่งเก็บของ