

ชื่อเรื่อง : การใช้แบบฝึกทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายที่มีต่อสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องแคล่วว่องไว ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ชื่อผู้วิจัย : นายองอาจ วรรณสุพรัง

ปีการศึกษา : 2565

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้แบบฝึกทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายที่มีต่อสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องแคล่วว่องไว ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โดยมีกลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 40 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ (1) แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง การทดสอบสมรรถภาพทางกาย (2) แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย จำนวน 1 รายการ คือ การทดสอบการวิ่งเก็บของ (3) แบบฝึกทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย ได้แก่ การฝึกวิ่งบันได 9 ช่อง

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ก่อนเรียนและหลังเรียน ด้วยการทดสอบสมรรถภาพด้านความคล่องแคล่วว่องไว การทดสอบการวิ่งเก็บของ

ผลการวิจัยพบว่าผลการฝึกทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านคล่องแคล่วว่องไว ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 40 คน โดยทักษะหลังเรียน สูงกว่าก่อนการเรียน แสดงให้เห็นว่าใช้การฝึกทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านคล่องแคล่วว่องไว มีพัฒนาการหลังเรียนดีกว่าก่อนเรียน