

**ชื่อเรื่อง** : การพัฒนาทักษะความคล่องแคล่วว่องไวในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล โดยการใช้โปรแกรมการฝึก  
ตาราง 9 ช่อง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเซนต์โยเซฟคอนเวนต์

**ชื่อผู้วิจัย** : นายอุเทน แสงดาว

**ปีการศึกษา** : 2565

### **บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาทักษะความคล่องแคล่วว่องไวที่ใช้โปรแกรมการฝึกตาราง 9 ช่อง โดยมีกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยในชั้นเรียนเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้อง ม.3/6 โรงเรียนเซนต์โยเซฟคอนเวนต์ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 ได้นักเรียนกลุ่มเป้าหมายทั้งหมด 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง การเสริมสร้างสมรรถภาพในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลและเพื่อสุขภาพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 หน่วยที่ 2 จำนวน 1 แผน รวม 4 คาบ (2) นวัตกรรม คือ โปรแกรมการฝึกตาราง 9 ช่อง ที่ผู้วิจัยได้ศึกษาและพัฒนาขึ้น

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติทดสอบ (1) วิเคราะห์คะแนน เรื่อง การพัฒนาทักษะความคล่องแคล่วว่องไวในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล โดยโปรแกรมการฝึกตาราง 9 ช่อง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้ค่าเฉลี่ยร้อยละ (%) หรือ ( $\bar{X}$ ) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนก่อนฝึกและหลังฝึก นำเสนอข้อมูลในรูปตารางประกอบความเรียง (2) เปรียบเทียบคะแนน เรื่อง การพัฒนาทักษะความคล่องแคล่วว่องไวในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล โดยโปรแกรมการฝึกตาราง 9 ช่อง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนฝึกกับหลังฝึกของกลุ่มนักเรียนเป้าหมาย โดยใช้สถิติ ที (t-test dependent) (3) วิเคราะห์ความสามารถและการพัฒนาทักษะความคล่องแคล่วว่องไวในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล โดยโปรแกรมการฝึกตาราง 9 ช่อง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาทักษะความคล่องแคล่วว่องไวในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยการใช้โปรแกรมการฝึกตาราง 9 ช่อง พบว่าค่าเฉลี่ยหลังการฝึกด้วยโปรแกรมการฝึกตาราง 9 ช่องโดยรวมทั้งชั้นมีค่าเฉลี่ย เวลา 12.01 วินาที ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นจากค่าเฉลี่ยก่อนการฝึกโดยรวมทั้งชั้นมี ค่าเฉลี่ยเวลา 14.43 วินาที ซึ่งเป็นความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 จากผลการวิจัยสรุปได้ว่าหลังการฝึกด้วยโปรแกรมตาราง 9 ช่องสามารถพัฒนาทักษะความคล่องแคล่วว่องไวของนักกีฬาได้ส่งผลให้เพิ่มประสิทธิภาพในการเล่นกีฬาและการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลได้