ศึกษาสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องแคล่วว่องไวของนักเรียน วิทยาลัยการอาชีพท่าตูม

ผู้วิจัย

นายอรรถพล สุขประสาน

การนำเสนอโครงการวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการจัดประสบการณ์การเรียนรู้

นักเรียน ปวช 1 ปีการศึกษา 2552

วิทยาลัยการอาชีพท่าตูม

บทคัดย่อ

การวิจัยในชั้นเรียนเรื่อง ศึกษาสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องแคล่ววองไวของนักเรียนระดับชั้น ปวช 1 ปีการศึกษา 2552 การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียนมีวัตถุประสงค์เพื่อสมรรถภาพทางกายตามมาตรฐานคุณภาพการศึกษาผู้เรียนมีสุขนิสัย สุขภาพทางกาย และสุขภาพจิตใจที่ดี ตามเกณฑ์มาตรฐาน

ผู้วิจัยได้ทำการวิจัยโดย ใช้แบบฝึกการเคลื่อนไหววิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ คะแนนเฉลี่ยร้อยละผลการวิจัยพบว่า นักเรียนระดับชั้นปวช1 แผนกวิชาคอมพิวเตอร์ ห้อง 1-3 วิทยาลัยการอาชีพท่าตูม ปีการศึกษา 2552 มีสมรรถภาพทางกาย ด้านความคล่องตัว ดี ดังนั้นการใช้แบบฝึกการเคลื่อนไหวมีผลต่อการพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องตัวของนักเรียนดีขึ้น