



รายงานการวิจัย

การศึกษาพัฒนาการเจริญเติบโตและสมรรถภาพทางกายของนักฟุตบอล
โครงการห้องเรียนกีฬา โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ สมุทรสาคร
ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
ระหว่างปี พ.ศ. 2560-2562

The study of Growth Development and Physical Fitness of Football Players
on the Sport Program Project, Chalermprakiat King Srinakarin School, Samut Sakhon,
under the patronage of HRH Princess Maha Chakri Sirindhorn
HRH Princess Maha Chakri Sirindhorn during the year 2017-2019

นฤมล ศรีสุวรรณ
ไวพจน์ จันทรเสม
ยุพาพรรณ สิงห์ลำพอง
ปรัชญา สภาพงศ์
หริต หัตถา

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ
มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตสมุทรสาคร
พ.ศ. 2562

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพัฒนาการเจริญเติบโตและสมรรถภาพทางกายของ นักกีฬาฟุตบอลชาย โครงการห้องเรียนกีฬา โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ สมุทรสาคร ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ระหว่างปี พ.ศ. 2560-2562 จำนวน 85 คน ซึ่งเป็นการเก็บข้อมูลพัฒนาการเจริญเติบโตในระยะเวลา 3 ปี (ระหว่างปี พ.ศ. 2560-2562) ของนักฟุตบอล โครงการห้องเรียนกีฬา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ สมุทรสาคร โดยนำผลจากการเก็บข้อมูลการเจริญเติบโตและสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ข้อ ความเร็วในการวิ่งระยะ 5 10 20 และ 40 เมตร และพลังกล้ามเนื้อขา มาวิเคราะห์ผลโดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หาค่าความถี่ร้อยละของข้อมูล และนำข้อมูลที่ได้มาเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการฝึก โดยการทดสอบที (t-test) แบบ independent samples t-test

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านพัฒนาการเจริญเติบโตในส่วนของน้ำหนักและส่วนสูงของกลุ่มตัวอย่าง ทั้งในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย พบว่า อายุที่มากขึ้นในช่วง 3 ปี ระหว่าง พ.ศ. 2560 – 2562 นักกีฬาฟุตบอลกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยด้านพัฒนาการเจริญเติบโตในส่วนของน้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้น โดยในช่วงมัธยมศึกษาตอนต้น มีค่าเฉลี่ยน้ำหนักเพิ่มขึ้นมากกว่าระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย แต่ค่าเฉลี่ยในเรื่องของส่วนสูงนั้นในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายกลับมีค่าเฉลี่ยที่สูงกว่า สำหรับข้อมูลด้านองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายของกลุ่มตัวอย่างได้ชี้ให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาและพลังกล้ามเนื้อ ในการกระโดดสูงของทั้งสองช่วงอายุมีค่าเพิ่มขึ้น ตามลำดับ และค่าเฉลี่ยความเร็วในการวิ่ง 5, 10, 20 และ 40 เมตร มีค่าเฉลี่ยลดลง ตามลำดับเช่นกัน