



พิธีกรรมการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา
วิทยาลัยเกษตรและเทคโนโลยีอุบลราชธานี

โดย

นางสาวลัดดา ใจอังกา
นายสมพงษ์ ชาร
นางสาววราศรี ปฏิพันธ์
ระดับชั้น ปวช. 3 เกษตรศาสตร์

วิทยาลัยเกษตรและเทคโนโลยีอุบลราชธานี
สถาบันการอาชีวศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
ปีการศึกษา 2561

บทคัดย่อ

๓

พฤติกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในสถานศึกษาเขตเทศบาลเมืองบุรีรัมย์
มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนมัธยมศึกษา และศึกษาการรับรู้การ
ออกกำลังกายของนักเรียนมัธยมศึกษา วัตถุประสงค์ โดยทำการสอบถามผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง
Purpose Sampling จากนักเรียนมัธยมศึกษา ที่มีกิจกรรมออกกำลังกาย โดยถามถึงตัวอย่างจาก
นักเรียนมัธยมศึกษาทั้งหมด 200 คน พบว่า ผู้ตอบส่วนใหญ่รับรู้พฤติกรรมการออกกำลังกาย กลุ่ม
ผู้ออกกำลังกายส่วนใหญ่เป็นชาย ซึ่งมีร้อยละ 69.5 นักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในชั้น ป.๖.2 ซึ่ง
มีร้อยละ 27.5 พฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ตอบส่วนใหญ่คือออกกำลังกาย โดยการออกกำลังกาย
ด้วยวิธีเล่นกีฬาชนิดต่างๆ และการออกกำลังกายแบบแอโรบิก และพบว่าส่วนใหญ่ของนักเรียน