



สรุปและประเมินผล

โครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ

ครั้งที่ 7 ประจำปี 2556



7th KORAT GAMES
NAKHON RATCHASIMA
THAILAND

ระหว่างวันที่ 14 – 16 มิถุนายน 2556
ณ จังหวัดนครราชสีมา



www.dpe.go.th

สำนักการกีฬา กรมพลศึกษา
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

คำนำ

ผู้สูงอายุนับเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าของสังคม บุคคลเหล่านี้มีทั้งความรู้ ความสามารถ ตลอดจนทักษะและประสบการณ์มาอย่างต่อเนื่องและยาวนาน สามารถเป็นที่ปรึกษาให้กับสังคม ลูกหลานและประเทศชาติได้อย่างดีเยี่ยม มีเพียงสิ่งเดียวที่จะถดถอยลงไปคือสุขภาพ หากเราสามารถชะลอเรื่องความเสื่อมด้านสุขภาพลงได้ก็จะเป็นผู้สูงอายุที่ทรงคุณค่า สำหรับลูกหลานตลอดไป

กรมพลศึกษา ในฐานะผู้รับผิดชอบประชาชนกลุ่มนี้จึงได้ดำเนินการจัดโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุทุกท่านหันมาเอาใจใส่ตนเอง ด้วยการออกกำลังกาย นอกจากนั้นยังได้เปิดโอกาสให้ได้มาแข่งขันพบปะกันและกัน โดยได้เข้าร่วมการแข่งขันในทุกๆ ปี ซึ่งทราบกันอยู่แล้วว่าการออกกำลังกายจะทำให้ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมดีขึ้น นอกจากนั้นเป็นการลดภาระเรื่องค่ารักษาพยาบาลให้กับรัฐด้วย ปัจจุบันประเทศไทยมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นทุกปี จากประชากรทั่วประเทศประมาณ 62 ล้านคน มีผู้สูงอายุเกือบ 10 ล้านคน นับว่ามีจำนวนสูง นั่นเป็นเครื่องบ่งชี้ว่าประเทศไทย มีการพัฒนาด้านการศึกษา การดูแลเอาใจใส่ตนเองเพิ่มมากขึ้นกว่าในสมัยอดีต เป็นสิ่งที่น่าภูมิใจสำหรับประเทศไทย

กลุ่มวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา ในฐานะที่ได้รับมอบหมายให้จัดทำประเมินผลโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ จึงได้ดำเนินการประเมินผลเพื่อจะนำผลที่ได้รับมาปรับปรุง และพัฒนาการจัดโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายให้เหมาะสมในโอกาสต่อไป

กลุ่มวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา

กรมพลศึกษา

สารบัญ

หน้า

รายการแผนภาพ

รายการตาราง

บทที่ 1 บทนำ

หลักการและเหตุผล	1
วัตถุประสงค์โครงการ	2

บทที่ 2 เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้สูงอายุ	5
ประวัติการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกาย	6
การประเมินโครงการ	9
สถิติในงานวิจัย	9
แบบสอบถาม	9

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การกำหนดวัตถุประสงค์ของงานวิจัย	13
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	14
การกำหนดสมมติฐาน	15
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย	16
การเก็บรวบรวมข้อมูล	17
การวิเคราะห์ข้อมูลและทดสอบสมมติฐาน	17
สรุปและข้อเสนอแนะ	19

	หน้า
บทที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูลและทดสอบสมมติฐาน	
ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม	21
ตอนที่ 2 ความพึงพอใจของผู้ที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ รวมถึงข้อมูลการเข้าร่วมโครงการ และความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ	21
บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ	41
เอกสารอ้างอิง	45
บรรณานุกรม	46
ภาคผนวก	
คณะผู้จัดทำ	

รายการแผนภาพ

	หน้า
แผนภาพที่ 1 ขั้นตอนการทำวิจัย	14
แผนภาพที่ 2 เกณฑ์การประเมินความพึงพอใจ และการวิเคราะห์ผล	18
แผนภาพที่ 3 ผลเปรียบเทียบความพึงพอใจของนักกีฬาประจำปี2556 กับปี2555 ปี2554 และปี2553	26

รายการตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามเพศ	21
ตารางที่ 2 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามช่วงอายุ	22
ตารางที่ 3 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามวุฒิการศึกษา	22
ตารางที่ 4 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามสถิติการเข้าร่วมการแข่งขัน	23
ตารางที่ 5 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามชนิดกีฬาที่เข้าร่วมแข่งขัน	23
ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “โดยรวม” ต่อการจัดการแข่งขัน	25
ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามเพศ” ต่อการจัดการแข่งขัน	27
ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามอายุ” ต่อการจัดการแข่งขัน	29
ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามวุฒิการศึกษา” ต่อการจัดการแข่งขัน	30
ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามประเภทกีฬาที่เข้าร่วม” ต่อการจัดการแข่งขัน	31
ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามสถิติการเข้าร่วม” ต่อการจัดการแข่งขันและชนิดกีฬา	32
ตารางที่ 12 เหตุผลที่นักกีฬาดัดสันใจเข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุครั้งนี้	33
ตารางที่ 13 ข้อเสนอแนะที่นักกีฬาเห็นว่าควรได้รับการปรับปรุงสำหรับการจัดการแข่งขันในครั้งต่อไป	34
ตารางที่ 14 การทดสอบสมมติฐานสำหรับข้อสงสัยว่า “ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ มีค่ามากกว่า 3.25” ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05	35
ตารางที่ 15 การทดสอบสมมติฐานสำหรับข้อสงสัยว่า “เพศของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุประจำปี 2556 มีผลต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขันจริงหรือไม่” ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05	37
ตารางที่ 16 การทดสอบสมมติฐานสำหรับข้อสงสัยว่า “สถิติการเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุประจำปี 2556 มีผลต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขันจริงหรือไม่” ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05	38
ตารางที่ 17 ข้อเสนอแนะที่นักกีฬาเห็นว่าควรได้รับการปรับปรุงสำหรับการจัดการแข่งขันในครั้งต่อไป	39

บทที่ 1

บทนำ

กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เป็นองค์กรที่นำด้านการพลศึกษา เพื่อพัฒนาการกีฬาของชาติ สุขภาพ และคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างยั่งยืน ตามแผนพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ในการพัฒนาคุณภาพคนไทยทุกกลุ่มวัยให้มีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกวัฒนธรรมที่ดีงามและรู้คุณค่าความเป็นไทย และกรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬายังตระหนักดีว่ากีฬามีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ ประชาชนทั้งในด้านสุขภาพพลานามัย และด้านจิตใจ เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ประชาชน สามารถพัฒนา คุณภาพชีวิตของตนเอง ครอบครัว ชุมชน และสังคมนำไปสู่การมีส่วนร่วมในการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และการเมืองได้อย่างมีประสิทธิภาพ การกีฬาถูกนำไปใช้เป็นเครื่องมือ เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของ ครอบครัวและชุมชนในประเทศที่พัฒนาแล้วทั่วโลก โดยอาศัยกระบวนการมีส่วนร่วม การสร้าง เครือข่ายชุมชน ตลอดจนการสร้างจิตสำนึก ในการดำรงชีวิตที่มีคุณธรรม มีวินัยและมีความรับผิดชอบ ต่อหน้าที่เคารพในสิทธิของตนเองและผู้อื่น เพื่อเป็นรากฐานที่ดีของสังคม และเป็นการส่งเสริมให้ ประชาชนได้มีสมรรถภาพทางกายที่ดีมีร่างกายที่มีความสมบูรณ์แข็งแรง อันเป็นพันธกิจหลักในการ พัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในชาติ โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งพบว่าปัจจุบันจำนวนประชากร ผู้สูงอายุในประเทศไทยมีจำนวน เพิ่มขึ้น ซึ่งสังคมควรที่จะหันมาสนใจและให้ความสำคัญกับกลุ่ม ผู้สูงอายุซึ่งเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่ามีประสบการณ์ชีวิตและได้ทำประโยชน์ให้กับสังคมในการ พัฒนาประเทศชาติมาอย่างยาวนาน และสอดคล้องกับแผนพัฒนาการกีฬาต่างๆ ดังนี้

1. สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555 – 2559) ที่กำหนดวิสัยทัศน์มุ่งพัฒนาสู่“สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขด้วยความ เสมอภาคเป็นธรรมและมีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง”เพื่อพัฒนาคุณภาพคนไทย ทุกกลุ่มวัยให้มีความพร้อมทั้งกายใจ สติปัญญา มีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกวัฒนธรรม ที่ดีงามและรู้คุณค่าความเป็นไทยมีโอกาสและสามารถเรียนรู้ตลอดชีวิตมีภูมิคุ้มกัน ต่อการเปลี่ยนแปลงและเป็นพลังทางสังคมในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของ ประเทศโดยมีแนวทางสำคัญคือส่งเสริมการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพอย่างเป็น องค์กรรวมโดยสร้างเสริมสุขภาวะคนไทยให้มีความสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและ

จิตใจโดยการพัฒนาความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพของตนเองครอบครัว
ชุมชนและลดปัจจัยเสี่ยงจากสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ

2. สอดคล้องกับ(ร่าง)แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2555 – 2559)
สอดคล้องกับแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2555 – 2559)
ยุทธศาสตร์ที่ 2 การพัฒนาการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพื่อมวลชน
วัตถุประสงค์ที่ 1. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนทุกกลุ่มได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาให้
เป็นวิถีชีวิต 2. เพื่อให้ประชาชนทุกกลุ่มมีโอกาสเข้าถึงการบริการด้านการออกกำลังกาย
และการเล่นกีฬาอย่างทั่วถึงและมีคุณภาพ 3. เพื่อให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมใน
การส่งเสริมสุขภาพสมรรถภาพทางกายคุณธรรมจริยธรรมความมีน้ำใจนักกีฬา
ความสามัคคีและความมีวินัยของคนในชาติยุทธศาสตร์ที่ 6 การพัฒนาการบริหาร
การกีฬาและการออกกำลังกายวัตถุประสงค์ที่ 2. เพื่อเชื่อมโยงบูรณาการและ
ประสานความร่วมมือขององค์กรกีฬาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริม
สนับสนุนการบริหารจัดการการกีฬาและการออกกำลังกาย
3. สอดคล้องกับนโยบายรัฐบาลข้อ 3 นโยบายเศรษฐกิจ 3.3 นโยบายปรับโครงสร้าง
เศรษฐกิจ 3.3.3 ภาคการท่องเที่ยวการบริการและการกีฬา 3) การพัฒนากีฬา
3.1) ส่งเสริมให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางกีฬาของภูมิภาคและของโลกจัดให้มีการ
แข่งขันกีฬาและกีฬาคณพิการระดับโลกที่สำคัญๆตลอดจนการประชุมการกีฬาระดับ
ภูมิภาคและระดับโลกเพื่อเชื่อมโยงกับการท่องเที่ยวโดยความร่วมมือและการ
มีส่วนร่วมจากทุกฝ่ายเป็น“ทีมไทยแลนด์”และนโยบายรัฐบาลข้อ 4. นโยบายสังคม
และคุณภาพชีวิต 4.3 นโยบายการพัฒนาสุขภาพของประชาชน 4.3.6 ส่งเสริมให้
ประชาชนทุกระดับมีโอกาสออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและ
พลานามัยที่ดีสร้างนิสัยความมีน้ำใจเป็นนักกีฬาและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
เพื่อหลีกเลี่ยงการหมกมุ่นมั่วสุมกับอบายมุขและยาเสพติด
4. สอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาพ.ศ. 2555-2559
ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 3 ส่งเสริมและพัฒนาการพลศึกษากีฬาขั้นพื้นฐานกีฬาเพื่อ
มวลชนนันทนาการและวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อให้เยาวชนและประชาชนมีสุขภาพ
และพลานามัยที่แข็งแรง
5. สอดคล้องกับแผนปฏิบัตินโยบาย 4 ปีพ.ศ. 2555-2558 และแผนปฏิบัตินโยบาย
ประจำปีงบประมาณพ.ศ. 2556 กรมพลศึกษามีวิสัยทัศน์เป็นองค์กรนำด้านการ

พลศึกษาสร้างความสุขเพื่อมวลชนในประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมและพัฒนาการพลศึกษาสุขภาพกีฬานันทนาการและวิทยาศาสตร์การกีฬา

กรมพลศึกษาได้ตระหนักถึงบทบาทความรับผิดชอบในการส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาให้กับนักเรียนนักศึกษาเยาวชนและประชาชนในระดับต่างๆทั่วประเทศเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนได้มีสมรรถภาพทางกายที่ดีมีร่างกายที่มีความสมบูรณ์แข็งแรงอันเป็นพันธกิจหลักในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในชาติโดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งพบว่าปัจจุบันจำนวนประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทยมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นซึ่งสังคมควรที่จะหันมาสนใจและให้ความสำคัญกับกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่ามีประสบการณ์ชีวิตและได้ทำประโยชน์ให้กับสังคมในการพัฒนาประเทศชาติมาอย่างยาวนาน

กรมพลศึกษาจึงได้ดำเนินการจัดการแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุตามโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ขึ้น โดยมีมุ่งส่งเสริมและจัดกิจกรรมทางการกีฬา นันทนาการและการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุทั่วประเทศ เพื่อพัฒนาสุขภาพและการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี มีความสมบูรณ์แข็งแรงอันจะมีผลทำให้จิตใจสบายเพราะร่างกายและจิตใจมีความสัมพันธ์กัน การที่จะมีสมรรถภาพทางกายที่ดีได้นั้นขึ้นอยู่กับ การดูแลตนเองอย่างถูกต้อง มีความเอาใจใส่ในสุขภาพ สำหรับการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายเป็นประจำจะทำให้ร่างกายมีความสมบูรณ์แข็งแรง มีอายุยืนยาว และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตลอดไป โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสออกกำลังกายกันอย่างทั่วถึง โดยใช้กิจกรรมทางการกีฬาและนันทนาการเป็นสื่อ
2. เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีสุขภาพร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ที่ดี สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
3. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีในกลุ่มผู้สูงอายุ
4. เพื่อส่งเสริมและพัฒนาให้เกิดองค์กรที่จะรองรับประชากรผู้สูงอายุที่จะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นในอนาคต

สำหรับการจัดการแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุ ทางกรมพลศึกษาได้ดำเนินการจัดมาแล้ว 7 ครั้ง รวมครั้งนี้ด้วย จึงอยากทราบว่านักกีฬามีความพึงพอใจต่อการจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาอย่างไร เพื่อทางกรมพลศึกษาจะได้รวบรวมความคิดเห็น และหาแนวทางพัฒนาโครงการต่อไป

บทที่ 2

เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้สูงอายุ

ศ.นพ.ดร.วิจิตร บุญยะโทตระ คณะทำงานการพลศึกษา การกีฬาและนันทนาการ สภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ กล่าวว่า โรคที่ทำให้ผู้สูงอายุมากที่สุดคือ โรคเครียด ผู้สูงอายุที่มีอายุมากขึ้น กล้ามเนื้อก็หดตัวลง อีกทั้งได้เผยถึงงานวิจัยของประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งผู้วิจัยได้นำผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 85-95 ปี ที่เดินไม่ไหว ให้มาเดินโปรแกรมออกกำลังกายเพื่อสร้างกล้ามเนื้อในขณะเดียวกัน ได้จัดให้รับประทานอาหารที่ลดไขมันและสร้างกล้ามเนื้อได้กว่า 300 แคลอรี ทำให้ผู้สูงอายุกระฉับกระเฉงขึ้น มีความสมดุลมากขึ้น จากปัจจัยดังกล่าวข้างต้น ส่งผลให้สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ (สพก.) ได้เล็งเห็นถึงประโยชน์และความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพของผู้สูงอายุ จึงได้ร่วมมือกับสภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เปิดศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพของผู้สูงอายุที่มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่สมบูรณ์แข็งแรง

นพ.กฤษดา ศิรามพุชผู้อำนวยการสถาบันเวชศาสตร์อายุรวัฒน์นานาชาติแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเวชศาสตร์อายุรวัฒน์ แนะนำการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ คนเรามีอายุ 2 แบบ คือ อายุภายในและอายุภายนอก 50 ปี และมีอายุภายในน้อยจะทำให้เกิดความรู้สึกสดชื่น กระชุ่มกระชวย หอมที่ดีที่สุดคือตัวเราเอง โรงพยาบาลที่ดีที่สุดคือบ้านเรา และยาที่ดีที่สุดคือออกกำลังกาย สำหรับการออกกำลังกายจะช่วยให้กล้ามเนื้อ และช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันร่างกาย สามารถป้องกันโรคต่างๆได้ การออกกำลังกายช่วยเพิ่มพูนได้หลายอย่าง อาทิ การเพิ่มความสามารถในการทำงานของเม็ดเลือดแดง จึงอยากให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายอย่างน้อยวันละครึ่งชั่วโมง ด้วยการออกกำลังกายแบบง่ายๆ

นายสันต์ หวังเจริญ ผู้สูงอายุวัย 75 ปี ออกกำลังกายอยู่เสมอ มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ถือเป็นตัวอย่างผู้สูงอายุที่รักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ได้แนะนำวิธีการออกกำลังกายอย่างง่ายๆ ว่าในตอนเช้าจะออกกำลังกายด้วยการเดิน วันละ 40 นาที และช่วงบ่ายจะออกกำลังกายด้วยการเดิน 1 ชั่วโมง เป็นประจำทุกวัน ทำให้รู้สึกสบาย ผู้สูงอายุควรหันมาออกกำลังกายทุกวัน อย่างน้อยที่สุดออกกำลังกายด้วยการเดินเร็วก็ได้ เพราะเป็นวิธีที่ง่ายที่สุดและจากประสบการณ์การออกกำลังกาย

กายที่ผ่านมากกว่า 20 ปี รู้สึกได้ว่าร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่เกิดอาการป่วยไข้ ซึ่งการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ถึงจะมีเงินเป็นจำนวนมากก็ซื้อความแข็งแรงของร่างกายไม่ได้

การศึกษาต่างๆ ระบุว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ให้ความสนใจต่อการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬาน้อยมาก ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เชื่อว่าเมื่ออายุมากขึ้นควรจะพักผ่อนให้มากไม่ควรจะเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกาย การที่ร่างกายเคลื่อนไหวน้อยลงเป็นธรรมชาติของผู้สูงอายุ แต่ความจริงการออกกำลังกาย จะช่วยป้องกันโรคได้หลายโรค เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โรคเบาหวาน โรคข้ออักเสบ ความดันโลหิตสูง มะเร็งบางชนิด กระดูกพรุนและภาวะซึมเศร้าและผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีตั้งแต่เริ่มมีความรู้สึกสนใจเริ่มเล่นจนเล่นเป็นประจำ ดังนั้นกีฬาเพื่อสุขภาพในอนาคตควรจัดโปรแกรมที่หลากหลาย เหมาะสำหรับผู้เล่นแต่ละช่วงอายุ และผู้ที่มีความแตกต่างในสรีระ ความเจ็บป่วย และควรมีการให้ความรู้ที่ถูกต้องและวิธีการฝึกออกกำลังกายแก่ผู้ฝึกสอนแต่ละโปรแกรมใหม่เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้สูงอายุ

ดังนั้น รูปแบบการจัดกีฬาเพื่อสูงอายุในอนาคตสิ่งที่จะต้องคำนึงถึงจึงต้องคำนึงถึงปัจจัยภายในของผู้สูงอายุ การดำเนินชีวิตประจำวัน จิตวิทยาผู้สูงอายุปัจจัยขัดขวางความคิดต่อการออกกำลังกาย เข้ามาร่วมด้วย

ประวัติการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ

ตามประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดหน้าที่หน่วยงานรับผิดชอบในการดำเนินงานตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 ลงวันที่ 28 กรกฎาคม 2547 ได้ระบุให้กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาเป็นหน่วยงานรับผิดชอบในเรื่อง กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริมและการสนับสนุนผู้สูงอายุในการจัดบริหารเพื่ออำนวยความสะดวกสถานที่ท่องเที่ยวและการจัดกิจกรรมกีฬาและนันทนาการ ตามมาตรา 11 (13) ซึ่งกระทรวงศึกษาธิการได้ดำเนินการออกประกาศแล้วลงวันที่ 20 กันยายน 2547 และกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาได้จัดทำโครงการและกิจกรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ดีขึ้น เช่น โครงการเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โครงการค่ายพักแรม การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ โครงการส่งเสริมกีฬาและสุขภาพมวลชน เป็นต้น บางโครงการที่จัดทำจะเน้นการประชาสัมพันธ์ให้หน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ ภาคเอกชน และองค์กรชุมชนร่วมกันร่วมกันจัดกิจกรรมให้แก่ผู้สูงอายุ

ต่อมาในปี พ.ศ.2551 นายสมบัติ คุรุพันธ์ ผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ ได้มีนโยบายให้จังหวัดต่างๆ ได้จัดตั้งชมรมส่งเสริมกีฬามวลชนผู้สูงอายุจังหวัดขึ้น เพื่อดำเนินงานเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางด้านการกีฬาและการออกกำลังกายให้กับสมาชิกของชมรมในจังหวัด และให้สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดเป็นผู้ดูแล ซึ่งสำนักงานพัฒนาการกีฬาและ

นันทนาการ ได้มอบหมายนโยบายให้จัดตั้งชมรมส่งเสริมกีฬามวลชนผู้สูงอายุให้กับจังหวัดต่างๆ ทั่วประเทศ ทั้ง 75 จังหวัด ในพิธีเปิดการแข่งขันกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2551

ครั้งที่ 2 ระหว่างวันที่ 28 - 30 สิงหาคม 2551 ณ จังหวัดมหาสารคาม เพื่อส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ให้กับผู้สูงอายุ โดยการส่งเสริมและกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องเพื่อสุขภาพ โดยมีชมรมผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลาง เพื่อเป็นการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายอย่างแพร่หลาย มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมด 5 ชนิด กีฬา คือ 1.การแข่งขันกรีฑาผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป ซึ่งจะแข่งขันทั้งหมด 5 รายการ มีวิ่ง 100 เมตร (ชาย-หญิง) ,วิ่ง 200 เมตร (ชาย-หญิง) วิ่ง 400 เมตร (ชาย-หญิง) วิ่ง 800 เมตร (ชาย-หญิง) 2.การแข่งขันวู้ดบอล (ชาย-หญิง) 3.การแข่งขันเปตองประเภทคู่ (ชาย-หญิง) 4.การแข่งขันแอโรบิค ประเภททีม 5 คน (ชาย-หญิง) 5.การแข่งขันแอโรบิคแม่ไม้มวยไทย ประเภททีม 5 คน (ชาย-หญิง) ใช้เวลา 5 นาที ทั้งนี้จะมีการตรวจสมรรถภาพทางกายให้แก่ผู้สูงอายุ โดยฝ่ายแพทย์และพยาบาล สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา การจัดงานในครั้งนี้จะเป็นการวางแผนทางในการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายให้แก่ผู้สูงอายุได้นำไปใช้ในการออกกำลังกาย และเผยแพร่ความรู้ที่ได้รับออกสู่สังคม ทั้งนี้ในการจัดการชุมนุมมหกรรมกีฬามวลชนผู้สูงอายุในครั้งนี้ มีนักกีฬาเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขันกว่า 10,000 คน และมีผู้ชมกว่า 300,000 คน ทั่วประเทศให้ความสนใจ เพราะเป็นกิจกรรมที่สร้างสรรค์ ส่งเสริม และสนับสนุน ให้ตระหนักถึงความสำคัญของผู้สูงอายุ และยังเป็นการพัฒนาคุณภาพในด้านสุขภาพ ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมในกลุ่มผู้สูงอายุได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง และยังเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีการพบปะ พูดคุย แลกเปลี่ยนทัศนคติซึ่งกันและกันทำให้เกิดความรักความสามัคคีโดยใช้กีฬาเป็นสื่อ และเชิญชวนผู้ที่สนใจ ครอบครัวทุกครอบครัวได้ร่วมชม เชียร์ และให้กำลังใจนักกีฬาผู้สูงอายุ

ครั้งที่ 3 ระหว่างวันที่ 20-22 สิงหาคม 2552 ที่สนามกีฬาจังหวัดเพชรบุรี การจัดกิจกรรมกีฬาผู้สูงอายุ เพื่อช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้งในด้านสุขภาพ ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ในกลุ่มผู้สูงอายุ อีกทั้งจะเป็นการส่งเสริมและกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง โดยมีชมรมผู้สูงอายุของจังหวัดต่างๆ เป็นศูนย์กลางในการประสานงานเข้าร่วมการแข่งขันหรือการออกกำลังกาย ครั้งนี้มีกีฬา 8 ชนิดกีฬา คือ 1.วิ่งมินิมาราธอน 5.5 กิโลเมตร 2. กรีฑา 3.วู้ดบอล 4.เปตอง 5.ประกวดเต้นออกกำลังกาย 9 ช่อง 6.แอโรบิคแม่ไม้มวยไทย 7.ลีลาศ 8. กีฬาพื้นบ้าน

นายสมบัติ คุรุพันธ์ ผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กล่าวว่าผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีคุณประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติซึ่งได้ทุ่มเทในการพัฒนาประเทศชาติมาโดยตลอด

ดังนั้น สำนักงานพัฒนาการกีฬานันทนาการจึงจัดกิจกรรมส่งเสริมเพื่อพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพผู้สูงอายุเพื่อให้คำแนะนำ คำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุ และให้การรักษาผู้ที่ประสบปัญหาหรือบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬา โดยมีแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านการบาดเจ็บทางการกีฬา และบุคลากรทางการแพทย์อื่นๆ คอยดูแล บำบัด รักษา ในคลินิกการกีฬา ฟันฟูสมรรถภาพผู้บาดเจ็บตามหลักของวิทยาศาสตร์การกีฬาจนผู้บาดเจ็บสามารถกลับมาเล่นกีฬาและออกกำลังกายได้เหมือนเดิม เมื่อผู้สูงอายุมีปัญหาบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาก็สามารถเข้ามาใช้บริการในศูนย์แห่งนี้ได้ตลอดเวลา ตามตารางให้บริการพบแพทย์ ซึ่งศูนย์แห่งนี้จัดตั้งขึ้นเพื่อเป็นศูนย์ต้นแบบ และสามารถเป็นศูนย์นำร่องให้กับหน่วยงานต่างๆ ที่ดูแลด้านผู้สูงอายุ

ครั้งที่ 4 ประจำปี 2553 ได้มีการจัดกิจกรรมการแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุ ระหว่างวันที่ 28-30 กรกฎาคม 2554 ณ จังหวัดอุบลราชธานี โดยมีการจัดกีฬาทั้งหมด 9 ชนิด คือ 1.เปตอง 2.กรีฑา 3.แบดมินตัน 4.วู้ดบอล 5.กอล์ฟ 6.หมากรุกไทย 7.ลีลาศ 8.ร้องเพลงคาราโอเกะ 9.แอโรบิคแม่ไม้มวยไทย จัดโดยสำนักพัฒนาการกีฬา มีการส่งเสริมและสนับสนุนด้านพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ ซึ่งเป็นนโยบายให้ทุกหน่วยงานในสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ มีการดำเนินการร่วมกับแบบบูรณาการตามนโยบายของผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ (นายสมบัติ คุรุพันธ์)

ครั้งที่ 5 การส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2554 ได้มีการจัดขึ้น ณ จังหวัดอุบลราชธานี ระหว่างวันที่ 10 – 12 กรกฎาคม 2554 โดยมีการจัดกีฬาทั้งหมด 9 ชนิด เช่นเดียวกับครั้งก่อนหน้า คือ 1.เปตอง 2.กรีฑา 3.แบดมินตัน 4.วู้ดบอล 5.กอล์ฟ 6.หมากรุกไทย 7.ลีลาศ 8.ร้องเพลงคาราโอเกะ 9.แอโรบิคแม่ไม้มวยไทย

ครั้งที่ 6 การส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2555 ได้มีการจัดขึ้น ณ จังหวัดแพร่ ระหว่างวันที่ 18 – 20 กรกฎาคม 2555 โดยมีการจัดกีฬาทั้งหมด 9 ชนิด คือ 1.เปตอง 2.กรีฑา 3.แบดมินตัน 4.วู้ดบอล 5.กอล์ฟ 6.หมากรุกไทย 7.ลีลาศ 8.ร้องเพลงคาราโอเกะ 9.แอโรบิคแม่ไม้มวยไทย

สำหรับครั้งที่ 7 การแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 มีการจัดการแข่งขันในส่วนภูมิภาคเพื่อคัดเลือกนักกีฬา ณ สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดทั้ง 76 จังหวัด และจังหวัดนครราชสีมา เป็นเจ้าภาพในโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ระหว่างวันที่ 14 – 16 มิถุนายน 2556 โดยจัดให้มีกีฬาทั้งหมด 9 ชนิด เช่นเดียวกับครั้งก่อนหน้า คือ 1.เปตอง 2.กรีฑา 3.แบดมินตัน 4.วู้ดบอล 5.กอล์ฟ 6.หมากรุกไทย 7.ลีลาศ 8.ร้องเพลงคาราโอเกะ 9.แอโรบิคแม่ไม้มวยไทย

การประเมินโครงการ

สำนักพัฒนาการกีฬา (2552) กล่าวว่า การประเมินโครงการ คือ การประเมินเพื่อปรับปรุง (งาน) ไม่ใช้การประเมินเพื่อการจับผิด ดังเช่น Anderson and Ball (1978, อ้างใน สำนักพัฒนาการกีฬา, 2552) ระบุว่าวัตถุประสงค์ของการประเมินโครงการมี 6 ประการ คือ 1) เพื่อช่วยในการตัดสินใจปรับปรุงโครงการไปใช้ 2) เพื่อช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดำเนินโครงการอย่างต่อเนื่อง 3) เพื่อช่วยในการตัดสินใจปรับปรุงโครงการ 4) เพื่อที่จะได้รับข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการให้ความสนับสนุนโครงการแหล่งฯ 5) เพื่อได้รับข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการขัดขวางต่อต้านโครงการจากแหล่งต่างๆ และ 6) เพื่อช่วยให้เกิดความเข้าใจในกระบวนการพื้นฐานด้านต่างๆ ที่มีผลต่อโครงการ

สถิติในงานวิจัย

กลยา วานิชย์บัญชา (2550) กล่าวว่า สถิติเป็นเครื่องมือในการหาสิ่งที่เป็นความจริง และหาสาเหตุที่ทำให้เกิดสิ่งต่างๆ ที่มีประโยชน์ต่องานวิจัย ดังนี้ 1) ช่วยการวางแผนงานวิจัย 2) เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้เห็นเหตุการณ์หรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้น 3) หาสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ต่างๆ และ 4) การประเมินผลงาน

การใช้สถิติที่ไม่ถูกต้อง ทำให้การสรุปผลการวิจัยผิดพลาดได้ และเป็นผลให้การนำผลการวิจัยไปใช้ผิด ซึ่งก่อให้เกิดความเสียหายต่องานที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นการทำงานวิจัยโดยใช้สถิติเข้ามาช่วย ควรมีขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรเป้าหมาย
2. การสร้างเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลที่เก็บรวบรวม
4. การสรุปลักษณะที่สำคัญของงานวิจัย
5. การสรุปลักษณะประชากร
6. การหาสาเหตุหรือปัจจัย
7. สรุปผลงานวิจัย

แบบสอบถาม

แบบสอบถามเป็นเครื่องมือชนิดหนึ่ง ใช้ในการสำรวจและเก็บรวบรวมข้อมูลประเภท ข้อมูลเชิงปริมาณ เช่น จำนวนครั้งในการใช้สินค้าต่อวัน รายได้ต่อเดือน ฯลฯ หรือ ข้อมูลเชิงคุณภาพ เช่น วุฒิการศึกษา เพศ ความคิดเห็น ฯลฯ ซึ่งเป็นข้อมูลที่ไม่สามารถวัดออกมาเป็นตัวเลขได้ แต่อย่างไรก็ตาม

เราสามารถกำหนดค่าที่เป็นตัวเลขให้กับข้อมูลเชิงคุณภาพได้ เช่น เพศชาย เท่ากับ 1 และ เพศหญิง เท่ากับ 2

แบบสอบถาม เป็นเครื่องมือวิจัยชนิดหนึ่งที่ถูกนิยมนำมาใช้กันมาก เพราะการเก็บรวบรวมข้อมูลสะดวก และสามารถใช้วัดได้อย่างกว้างขวาง การเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามทำได้ด้วยการสัมภาษณ์ หรือให้ผู้ตอบด้วยตนเอง ความหมายของแบบสอบถาม ได้มีผู้ให้ความหมายของแบบสอบถามไว้หลาย ความหมาย ดังนี้

แบบสอบถาม คือ แบบที่ใช้สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลโดยที่เก็บรวบรวมข้อมูลที่ไม่ได้ทำการสัมภาษณ์ หรือเก็บรวบรวมข้อมูลโดยตรงจากผู้ให้ข้อมูล (สรชัย พิศาลบุตร, 2552)

แบบสอบถาม คือ ชุดของคำถามทั้งหมดที่เกี่ยวกับข้อเท็จจริง ความคิดเห็น ความเชื่อ ทศนคติ ซึ่งรวบรวมไว้อย่างมีหลักเกณฑ์ และเป็นระบบเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตอบ (วัลลภ ลำพวย, 2547)

แบบสอบถาม คือ รายการคำถามเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรือหลายเรื่องทีสร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์ โดยจัดเรียงไว้เป็นอย่างดีเป็นระบบระเบียบแล้วส่งไปยังผู้ที่จะตอบให้เขียนตอบ โดยเขียนเป็นตัวเลข สัญลักษณ์ หรือ เครื่องหมาย เขียนคำตอบแบบสั้นๆ หรือเขียนคำตอบแบบยาวก็ได้ (สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ, 2545)

สรุป แบบสอบถาม คือ รูปแบบของคำถามเป็นชุดๆ ที่ได้ถูกรวบรวมไว้อย่างมีหลักเกณฑ์และเป็นระบบ เพื่อใช้วัดสิ่งที่ผู้วิจัยต้องการจะวัดจากกลุ่มตัวอย่างหรือประชากรเป้าหมายให้ได้มาซึ่งข้อเท็จจริงทั้งในอดีต ปัจจุบัน และการคาดคะเนเหตุการณ์ในอนาคต แบบสอบถามประกอบด้วยรายการคำถามที่สร้างอย่างประณีต เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นหรือข้อเท็จจริง โดยส่งให้กลุ่มตัวอย่างตามความสมัครใจ การใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลนั้น การสร้างคำถามเป็นงานที่สำคัญสำหรับผู้วิจัย เพราะว่า ผู้วิจัยอาจไม่มีโอกาสได้พบปะกับผู้ตอบแบบสอบถามเพื่ออธิบายความหมายต่างๆ ของข้อคำถามที่ต้องการเก็บรวบรวม

โครงสร้างของแบบสอบถาม ประกอบไปด้วย 3 ส่วน สำคัญ (บุญชม ศรีสะอาด, 2540) ดังนี้

1. หนังสือนำหรือคำชี้แจง-โดยมากมักจะอยู่ส่วนแรกของแบบสอบถาม อาจมีจดหมายนำอยู่ด้านหน้าพร้อมคำขอบคุณ โดยคำชี้แจงมักจะระบุถึงจุดประสงค์ที่ให้ตอบแบบสอบถาม การนำคำตอบที่ได้ไปใช้ประโยชน์ คำอธิบายลักษณะของแบบสอบถาม วิธีการตอบแบบสอบถามพร้อม ตัวอย่าง ชื่อ และที่อยู่ของผู้วิจัย ประเด็นที่สำคัญ คือ

การแสดงข้อความที่ทำให้ผู้ตอบมีความมั่นใจว่า ข้อมูลที่จะตอบไปจะไม่ถูกเปิดเผยเป็นรายบุคคลจะไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบ และมีการพิทักษ์สิทธิของผู้ตอบด้วย

2. คำถามเกี่ยวกับ ข้อมูล ส่วนตัว – เช่น เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ เป็นต้น การที่จะถามข้อมูลส่วนตัวอะไรบางอย่างนั้นขึ้นอยู่กับกรอบแนวความคิดในการวิจัย โดยดูว่า ตัวแปรที่สนใจจะศึกษานั้น มีอะไรบางอย่างที่เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว และควรถามเฉพาะข้อมูลที่จำเป็นในการวิจัยเท่านั้น
3. คำถามเกี่ยวกับคุณลักษณะหรือตัวแปรที่จะวัดเป็นความคิดเห็นของผู้ตอบในเรื่องของคุณลักษณะหรือตัวแปรนั้น

ตามหลักการสร้างและการใช้แบบสอบถาม (อุทุมพร จามรมาน, 2544) ข้อคำถามในแบบสอบถามอาจแบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ

1. คำถามปลายเปิด (Open Ended Question) เป็นคำถามที่เปิดโอกาสให้ผู้ตอบสามารถตอบได้ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งคาดว่าจะได้คำตอบที่แน่นอน สมบูรณ์ ตรงกับสภาพความเป็นจริงได้มากกว่าคำตอบที่จำกัดวงให้ตอบ คำถามปลายเปิดจะนิยมใช้กันมากในกรณีที่ผู้วิจัยไม่สามารถคาดเดาได้ล่วงหน้าว่าคำตอบจะเป็นอย่างไร หรือใช้คำถามปลายเปิดในกรณีที่ต้องการได้คำตอบเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างคำถามปลายปิด แบบสอบถามนี้มีข้อเสีย คือ มักจะถามได้ไม่มากนัก การรวบรวมความคิดเห็นและการแปลผลมักมีความยุ่งยาก
2. คำถามปลายปิด (Close Ended Question) เป็นคำถามที่ผู้วิจัยมีแนวคำตอบไว้ให้ผู้ตอบเลือกตอบจากคำตอบที่กำหนดไว้เท่านั้น คำตอบที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ล่วงหน้ามักได้มาจากการทดลองใช้คำถามในลักษณะที่เป็นคำถามปลายเปิด หรือการศึกษารอบแนวความคิด สมมติฐานการวิจัย และนิยามเชิงปฏิบัติการ คำถามปลายปิดมีวิธีการเขียนได้หลายๆ แบบ เช่น แบบให้เลือกตอบอย่างใดอย่างหนึ่ง แบบให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องเพียงคำตอบเดียว แบบผู้ตอบจัดลำดับความสำคัญหรือแบบให้เลือกคำตอบหลายคำตอบ

บุญธรรม กิจปริดาบริสุทธิ (2542) อธิบายว่า การเขียนคำถามต้องเขียนให้ชัดเจน ไม่กำกวม ได้เนื้อหาสาระสมบูรณ์ อ่านเข้าใจง่าย ทั้งตัว คำถาม และคำตอบ มีหลักดังนี้

1. สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย
2. ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย เหมาะสมกับผู้ตอบ
3. ใช้ข้อความที่สั้น กระชับ ได้ใจความ
4. แต่ละคำถามควรมีนัย เพียงประเด็นเดียว
5. หลีกเลี่ยงการใช้ประโยคปฏิเสธซ้อน

6. ไม่ควรใช้คำย่อ
7. หลีกเลี่ยงการใช้คำที่เป็นนามธรรมมาก
8. ไม่ชี้นำการตอบให้เป็นไปแนวทางใดแนวทางหนึ่ง
9. หลีกเลี่ยงคำถามที่ทำให้ผู้ตอบเกิดความลำบากใจในการตอบ
10. คำตอบที่มีให้เลือกต้องชัดเจนและครอบคลุมคำตอบที่เป็นไปได้
11. หลีกเลี่ยงคำที่สื่อความหมายหลายอย่าง
12. ไม่ควรเป็นแบบสอบถามที่มีจำนวนมากเกินไป ไม่ควรให้ผู้ตอบใช้เวลาตอบแบบสอบถามนานเกินไป
13. ข้อคำถามควรเป็นประเด็นที่เฉพาะเจาะจงตามเป้าหมายของการวิจัย
14. คำถามต้องน่าสนใจสามารถกระตุ้นให้เกิดความอยากตอบ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

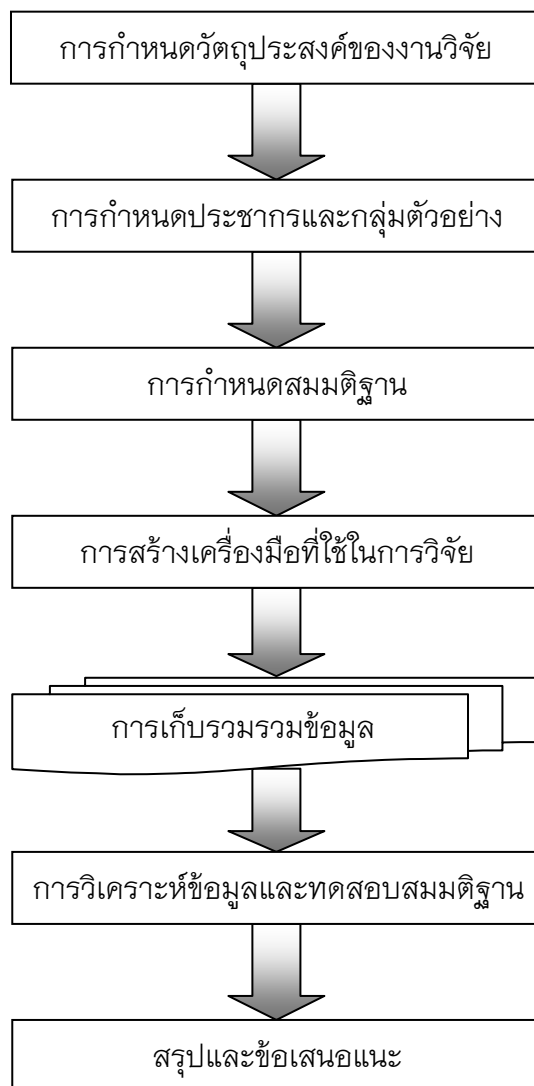
การประเมินผลโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ณ จังหวัดนครราชสีมา จะใช้วิธีการสำรวจแบบสอบถามจากนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ ซึ่งขั้นตอนต่างๆ จะเป็นไปตามแผนภาพที่ 1

การกำหนดวัตถุประสงค์ของงานวิจัย

โครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 มีเป้าหมายเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเพื่อเป็นการส่งเสริมกีฬา และนันทนาการ สำหรับเสริมสร้างพลานามัยในกลุ่มผู้สูงอายุให้แข็งแรงสมบูรณ์

ดังนั้น งานวิจัยและประเมินผลโครงการครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนา และปรับปรุงการจัดการโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุในครั้งต่อไป ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น และเพิ่มระดับการกระจายการแข่งขันให้เข้าถึงกลุ่มผู้สูงอายุทั่วประเทศ

เนื่องจากการแข่งขันครั้งนี้เป็นการจัดการแข่งขันกีฬาในกลุ่มผู้สูงอายุ ทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันจึงไม่ได้มุ่งหวังการพัฒนาความสามารถในด้านการกีฬาในกลุ่มผู้สูงอายุ แต่มุ่งหวังการเสริมสร้างพลานามัยให้กับกลุ่มผู้สูงอายุ ดังนั้นทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันจึงตั้งวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการปรับปรุงการจัดการแข่ง และบริการ มากกว่าการกำหนดชนิดกีฬา และตารางการแข่งขัน



แผนภาพที่ 1: ขั้นตอนการทำวิจัย

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรในการวิจัยและประเมินผลโครงการในครั้งนี้ ได้แก่ นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ทั้งหมด

กลุ่มตัวอย่าง

การสุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยและประเมินผลโครงการครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 คณะผู้ทำการวิจัยและประเมินผลโครงการได้ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) โดยทำการแจกแบบสอบถามให้กับทางนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้

การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ อาทิเช่น ค่าใช้จ่าย ระยะเวลาที่ใช้เก็บข้อมูล และความแม่นยำน่าเชื่อถือ (ยุทโธโกยวรรณ์, 2545) โดยที่ขนาดของกลุ่มตัวอย่างจะแปรผันตรงกับทั้ง 3 ปัจจัย (ค่าใช้จ่าย ระยะเวลาที่ใช้เก็บข้อมูล และความแม่นยำน่าเชื่อถือ) นั่นก็คือ ถ้าเลือกขนาดกลุ่มตัวอย่างน้อย ก็จะทำให้เสียค่าใช้จ่ายน้อย ใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลน้อย แต่ความแม่นยำน่าเชื่อถือก็จะน้อยตามไปด้วย ดังนั้นวิธีการเลือกขนาดกลุ่มตัวอย่างจึงมีอยู่หลายวิธีด้วยกัน เช่น การใช้ตารางของ Krejcie & Morgan หรือ การใช้สูตรของ W.G. Cochran กรณีที่ไม่ทราบขนาดประชากร หรือ การใช้สูตรของ Taro Yamane หรือ การกำหนดขนาดตามสัดส่วนที่ต้องการซึ่งเหมาะสำหรับการเก็บข้อมูลที่ต้องใช้ความรวดเร็วสูง ดังนั้นวิธีการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างแบบหลังสุดน่าจะเหมาะสมกับการเก็บข้อมูลแบบสอบถามสำหรับโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุมากที่สุด เนื่องจาก มีเวลาในการเก็บข้อมูลหลังการแข่งขันจบเพียงเล็กน้อย และการเก็บข้อมูลกับกลุ่มผู้สูงอายุ ต้องใช้เวลาในการเก็บข้อมูลมากขึ้นเป็นพิเศษ

หลักการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนที่ต้องการเป็นไปตามเกณฑ์ดังต่อไปนี้

- ประชากรมีจำนวนเป็นเลขหลักร้อย ใช้กลุ่มตัวอย่าง 15 – 30 %
- ประชากรมีจำนวนเป็นเลขหลักพัน ใช้กลุ่มตัวอย่าง 10 – 15 %
- ประชากรมีจำนวนเป็นเลขหลักหมื่น ใช้กลุ่มตัวอย่าง 5 – 10 %

โครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันทั้งสิ้นประมาณ 1,500 คน ถ้าเลือกใช้เกณฑ์ดังกล่าวข้างต้น จะต้องได้ข้อมูลจากนักกีฬาจำนวน 150 – 225 ข้อมูล (โดยประมาณ) ดังนั้น การเก็บข้อมูลในครั้งนี้ จึงเตรียมแบบสอบถามสำหรับนักกีฬาไว้ 180 ชุด

การกำหนดสมมติฐาน

สมมติฐานเชิงสถิติ คือ ข้อความที่เกี่ยวข้องกับการแจกแจงความน่าจะเป็นของตัวแปรสุ่ม 1 ตัว หรือ มากกว่า 1 ตัว หรือ เป็นข้อความที่เกี่ยวข้องกับรูปของฟังก์ชันการแจกแจงความน่าจะเป็น หรือ เป็นข้อความที่เกี่ยวข้องกับการเปรียบเทียบรูปการแจกแจงหรือเปรียบเทียบตัวแปรที่เกี่ยวข้องทั้งหมดหรือบางส่วนก็ได้ (สายชล สนิทสมบูรณ์ทอง, 2549)

การทดสอบสมมติฐานในงานวิจัยประเภทแบบสอบถามความคิดเห็น โดยส่วนใหญ่จะมีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์หาสาเหตุที่ทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นต่างกัน หรือเพื่อสรุปลักษณะประชากร โดยการทดสอบสมมติฐานทางสถิติจะต้องตั้งสมมติฐาน 2 ชนิด คู่กันเสมอ คือ

1. สมมติฐานว่าง หรือ สมมติฐานหลัก (Null Hypothesis) ใช้สัญลักษณ์ H_0
2. สมมติฐานแย้ง หรือ สมมติฐานรอง (Alternative Hypothesis) ใช้สัญลักษณ์ H_1

โดยหลักเกณฑ์การตั้งสมมติฐานมีอยู่ว่า ถ้าสิ่งที่คาดไว้หรือสิ่งที่เชื่อว่าเป็นจริงรวมเครื่องหมายเท่ากับอยู่ด้วย ให้ตั้งสิ่งที่คาดไว้เป็น สมมติฐานหลัก (H_0) แต่ถ้าสิ่งที่คาดไว้หรือสิ่งที่เชื่อว่าเป็นจริงไม่รวมเครื่องหมายเท่ากับอยู่ด้วย (เช่น เป็นเครื่องหมาย “ $\neq$ ” หรือ “ $>$ ” หรือ “ $<$ ”) ให้ตั้งสิ่งที่คาดไว้เป็น สมมติฐานรอง (H_1) (กัลยา วาณิชบัญชา, 2550) โดยทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันมีความเชื่อดังนี้

1. ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ต่อการจัดการแข่งขันอยู่ในระดับ “พึงพอใจปกติ” ถึง “พึงพอใจมาก” นอกจากสมมติฐานดังกล่าวแล้ว ทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันมีข้อสงสัยเพิ่มเติมดังต่อไปนี้
2. เพศของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 มีผลต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขัน จริงหรือไม่
3. สถิติการเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 มีผลต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขัน จริงหรือไม่

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

จากวัตถุประสงค์ของงานวิจัย และประเมินผลโครงการดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ได้มีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนา และปรับปรุงการจัดการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุในครั้งต่อไป

ข้อมูลที่ต้องการสำหรับงานวิจัยและประเมินผลงานครั้งนี้ คือ ระดับความพึงพอใจ และความคิดเห็น ของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ดังนั้น เครื่องมือที่เหมาะสมสำหรับงานวิจัย และประเมินผลงาน ได้แก่ แบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย เนื้อหา 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ รวมถึงข้อมูลการเข้าร่วมโครงการ และความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ อื่นๆ

แบบสอบถามตอนที่ 1 จะมีลักษณะการสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา สถิติการเข้าร่วมการแข่งขัน และชนิดกีฬาที่เข้าร่วมในการเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้

แบบสอบถามตอนที่ 2 เป็นการสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพการจัดการแข่งขัน และการให้บริการ ระหว่างการแข่งขัน ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ระดับที่ 1	ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด
ระดับที่ 2	ระดับความพึงพอใจน้อย
ระดับที่ 3	ระดับความพึงพอใจปานกลาง
ระดับที่ 4	ระดับความพึงพอใจมาก
ระดับที่ 5	ระดับความพึงพอใจมากที่สุด

นอกจากนี้แบบสอบถามตอนที่ 2 ยังสอบถามถึงเหตุผลในการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการในครั้งนี้ การเข้าร่วมโครงการในครั้งต่อไป รวมถึงแบบสอบถามเปิด เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้แสดงความคิดเห็น เพื่อเป็นประโยชน์สำหรับการปรับปรุงคุณภาพการจัดโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุในครั้งต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

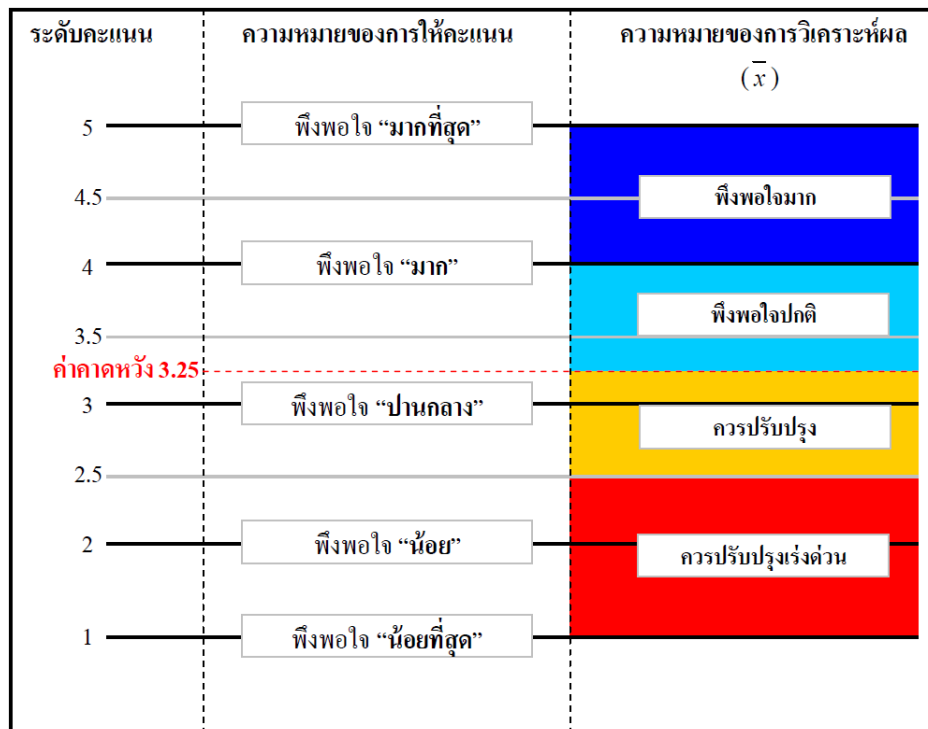
คณะผู้ทำการวิจัยและประเมินผลโครงการได้แจกแบบสอบถามให้แก่ นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน จำนวน 180 ชุด และได้รับแบบสอบถามที่สมบูรณ์ที่จะนำมาวิเคราะห์ทั้งหมด 158ชุด คิดเป็นร้อยละ 87.8 ของจำนวนแบบสอบถามที่แจกไปทั้งหมด

การวิเคราะห์ข้อมูลและทดสอบสมมุติฐาน

ในการวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556ผู้วิจัยใช้เทคนิคทางสถิติดังนี้:

1. ข้อมูลพื้นฐานทั่วไป ใช้ค่าสถิติ ร้อยละ
2. การประเมินความคิดเห็น ใช้ค่าสถิติ ร้อยละ
3. การประเมินระดับความพึงพอใจต่อการจัดการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556ในด้านต่างๆ ใช้ค่าสถิติ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation, s.d.) ซึ่งจะนำค่าเฉลี่ยที่คำนวณได้มาเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดขึ้นเพื่อการประเมินผลในครั้งนี้โดยที่เกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดขึ้นในครั้งนี้ เพื่อแสดงถึงจุดที่ควรจะต้องได้รับการปรับปรุงให้ดีขึ้นสำหรับการจัดการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ในครั้งต่อไป ดังนี้

ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	ระดับของความพึงพอใจ
4.00 ขึ้นไป	ระดับความพึงพอใจ “มาก”
3.25– 3.99	ระดับความพึงพอใจ “ปกติ”
2.50 –3.24	ระดับความพึงพอใจ “ควรปรับปรุง”
2.49 ลงมา	ระดับความพึงพอใจ “ควรปรับปรุงเร่งด่วน”



แผนภาพที่ 2: เกณฑ์การประเมินความพึงพอใจ และ เกณฑ์การวิเคราะห์ผล

ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ($\bar{X}$) จะเป็นตัวชี้วัดระดับความพึงพอใจ ส่วนค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation, s.d.) จะเป็นตัวบ่งบอกว่า ความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามมีความกระจาย หรือคิดเห็นต่างกันมากน้อยเพียงใด ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานยังมีค่ามากย่อมหมายถึง ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นต่างกันอย่างยิ่งมาก สูตรในการคำนวณหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานจะเป็นไปตามสมการที่ 1 และสมการที่ 2

$$\bar{X} = \frac{1}{N} \sum_{i=1}^N x_i \quad \dots\dots\dots (1)$$

$$s.d. = \sqrt{\frac{1}{N-1} \sum_{i=1}^N (x_i - \bar{X})^2} \quad \dots\dots\dots (2)$$

4. การเลือกเทคนิคทางสถิติในการทดสอบสมมติฐานในครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่า ตัวแปรอิสระของสมมติฐานจะเป็นตัวแปรเชิงกลุ่ม ได้แก่ เพศ และสถิติการเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ ส่วนตัวแปรตามของสมมติฐานจะเป็นตัวแปรเชิงปริมาณ คือ ระดับความพึงพอใจ ซึ่งเทคนิคทางสถิติที่จะใช้ในการทดสอบสมมติฐานในครั้งนี้ สำหรับสมมติฐานในข้อ 1 ทางผู้วิจัยจะใช้การทดสอบแบบ t (t-test) ในการทดสอบ ส่วนข้อสงสัยในข้อ 2 และข้อ 3 ทางผู้วิจัยจะใช้การทดสอบแบบ f (f-test) ในการทดสอบ

สรุปและข้อเสนอแนะ

ตามที่ได้กล่าวไว้ในหัวข้อการกำหนดวัตถุประสงค์ของงานวิจัยในครั้งนี้ วัตถุประสงค์สำหรับงานวิจัยและประเมินผลโครงการครั้งนี้เพื่อการพัฒนา และปรับปรุงการจัดการแข่งขัน และการให้บริการระหว่างการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุในครั้งต่อไป ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ดังนั้น การประเมินผลและการสรุปผล จึงไม่มุ่งเน้นการหาข้อบกพร่องของการจัดการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุครั้งนี้ แต่จะมุ่งเน้นการนำเสนอว่า การจัดการแข่งขันด้านใดบ้างที่ควรจะได้รับปรับปรุงสำหรับ การแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุในครั้งต่อไป เพื่อให้การจัดการแข่งขันในครั้งต่อไป มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

บทที่ 4

การวิเคราะห์ข้อมูลและทดสอบสมมติฐาน

การประเมินผลเกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ณ จังหวัดนครราชสีมา นั้น ผู้ประเมินใช้การสุ่มอย่างง่าย (Simple Sampling) แบบเจาะจงจากนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ

การสำรวจในครั้งนี้ใช้การประเมินแบบการให้กรอกแบบสอบถาม และนำมาประมวลผล ซึ่งแบบสอบถามในครั้งนี้จะเป็นแบบสอบถามสำหรับนักกีฬา โดยจะมีเนื้อหา อยู่ 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ รวมถึงข้อมูลการเข้าร่วมโครงการ และความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ อื่นๆ

จากข้อมูลแบบสอบถามที่ได้รับการตอบกลับจากนักกีฬาจำนวน 158ฉบับ ทางผู้วิจัยและประเมินผลโครงการสามารถวิเคราะห์ผลได้ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 1 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามเพศ

ลำดับที่	เพศ	จำนวน	ร้อยละ
1	ชาย	105	66.46
2	หญิง	53	33.54
	รวม	158	100.00

จากตารางที่ 1 แสดงว่านักกีฬาผู้ตอบแบบสอบถามในปีนี้ จะเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง โดยเป็นเพศชายร้อยละ 66.46 และเป็นเพศหญิงร้อยละ 33.54 ซึ่งเมื่อนำมาแบ่งตามช่วงอายุของนักกีฬาผู้ตอบแบบสอบถามที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬานี้ จะได้ผลดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามช่วงอายุ

ลำดับที่	อายุ	จำนวน	ร้อยละ
1	น้อยกว่า 60 ปี	12	7.59
2	60 – 65 ปี	85	53.80
3	66 – 70 ปี	40	25.32
4	71 – 75 ปี	18	11.39
5	76 – 80 ปี	2	1.27
6	มากกว่า 80 ปี	1	0.63
	รวม	158	100.00

จากตารางที่ 2 จะเห็นว่า กลุ่มอายุของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ในครั้งนี้ จะใกล้เคียงกับผลสำรวจปีก่อนหน้า คือจะอยู่ในช่วงอายุ 60-65 ปี, 66-70 ปี และ 71-75 ปี เป็นส่วนใหญ่ โดยมีจำนวนรวมกันคิดเป็นร้อยละ 90.51 ของจำนวนนักกีฬาทั้งหมดในขณะตารางที่ 3 แสดงถึงสัดส่วนของนักกีฬา ที่ทำการตอบแบบสอบถามโดยจำแนกตามวุฒิการศึกษา

ตารางที่ 3 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามวุฒิการศึกษา

ลำดับที่	วุฒิการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
1	ประถมศึกษา	17	10.76
2	มัธยมศึกษาตอนต้น	21	13.29
3	มัธยมศึกษาตอนปลาย	27	17.09
4	อนุปริญญา	9	5.70
5	ปริญญาตรี	66	41.77
6	ปริญญาโท	18	11.39
7	อื่นๆ	0	0.00
	รวม	158	100.00

จากตารางที่ 3 ที่จำแนกตามวุฒิการศึกษาของนักกีฬาที่ทำการตอบแบบสอบถามพบว่า นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ในครั้งนี้จบการศึกษาใน

ระดับปริญญาตรีมากเป็นอันดับที่ 1 ถึง ร้อยละ 41.77 ส่วนอันดับ 2 และอันดับ 3 ได้แก่ มัธยมศึกษาตอนปลาย และมัธยมศึกษาตอนต้นซึ่งคิดเป็นร้อยละ 17.09 และ 13.29 ตามลำดับ

ตารางที่ 4 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามสถิติการเข้าร่วมการแข่งขัน

ลำดับที่	สถิติการเข้าร่วมการ	จำนวน	ร้อยละ
1	ไม่เคย	50	31.65
2	เคย	108	68.35
	รวม	158	100.00

จากตารางที่ 4 จะเห็นว่า นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันครั้งนี้ เป็นนักกีฬาที่เคยเข้าร่วมการแข่งขันมาก่อนแล้วถึงร้อยละ 68.35 ในขณะที่เป็นนักกีฬาหน้าใหม่ที่เพิ่งเข้าร่วมการแข่งขันครั้งนี้เป็นครั้งแรกมีเพียงจำนวนร้อยละ 31.65

ตารางที่ 5 แสดงค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา จำแนกตามชนิดกีฬาที่เข้าร่วมแข่งขัน

ลำดับที่	ชนิดกีฬาที่เข้าร่วม	จำนวน	ร้อยละ
1	เปตอง	16	10.13
2	กรีฑา	35	22.15
3	แบดมินตัน	14	8.86
4	วู้ดบอล	40	25.32
5	กอล์ฟ	21	13.29
6	หมากรุกไทย	15	9.49
7	สืลาศ	1	0.63
8	คาราโอเกะ	12	7.59
9	แอโรบิคแม่ไม้มวยไทย	4	2.53
	รวม	158	100.00

จากขั้นตอนการวิจัยในครั้งนี้ เป็นการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) โดยทำการแจกแบบสอบถามให้กับทางนักกีฬาในแต่ละชนิดกีฬาที่มีการแข่งขันในครั้งนี้ ซึ่งได้ผลตามตารางที่ 5 โดยพบว่า แบบสอบถามที่เก็บมาได้ ได้มาจากนักกีฬา 9 ชนิด โดยได้จากนักกีฬาวู้ดบอลนักกรีฑา และนักกีฬากอล์ฟ มากเป็น 3 อันดับแรก คิดเป็นจำนวนร้อยละ 25.32 ร้อยละ 22.15 และร้อยละ 13.29 ตามลำดับ อย่างไรก็ตามการสุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ ได้ข้อมูลจากนักกีฬาสืลาศเพียง

1 ข้อมูล และจากนักกีฬาแอโรบิคแม่ไม้มวยไทย เพียง 4 ข้อมูลเท่านั้น ซึ่งถือได้ว่าการกระจายตัวของข้อมูลยังไม่เหมาะสมเพียงพอ

หลังจากการศึกษาการกระจายตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ในกลุ่มนักกีฬา โดยแยกกลุ่มตาม เพศ อายุ วุฒิการศึกษา สถิติการเข้าร่วมการแข่งขัน และชนิดกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ขั้นตอนต่อไป จะเป็นการประเมินความพึงพอใจของนักกีฬา ต่อการจัดการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬา และออกกำลังกายผู้สูงอายุประจำปี 2556

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุรวมถึงข้อมูลการเข้าร่วมโครงการและความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ

ขั้นตอนนี้จะเป็นการวิเคราะห์ความคิดเห็นของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬา และออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ในด้านต่างๆ เกี่ยวกับการจัดการแข่งขัน พร้อมทั้งทดสอบสมมติฐานที่ทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันได้ตั้งเป้าหมายไว้โดยการวิเคราะห์ความคิดเห็นในครั้งนี้ได้แบ่งหัวข้อในการวิเคราะห์ออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านประชาสัมพันธ์
2. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก
3. ด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่
4. ด้านพิธีการต่างๆ

เกณฑ์การประเมินความพึงพอใจ และ เกณฑ์การวิเคราะห์ผล เป็นไปตามแผนภาพที่ 2 (บทที่ 3) ซึ่งค่าคาดหวังหรือเป้าหมายของคณะกรรมการจัดการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 คือ “ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาต่อการจัดการแข่งขันในด้านต่างๆ มากกว่า 3.25” จากระดับคะแนนเต็ม 5 เช่นเดียวกันกับการสำรวจในปี 2553 ถึงปี 2555 ซึ่งผลการสำรวจจะเป็นไปตามตารางข้อมูลในตารางที่ 6 ถึงตารางที่ 11

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “โดยรวม” ต่อการจัดการแข่งขัน

ลำดับ ที่	รายการ	จำนวน	$\bar{X}$	S.D.
ด้านประชาสัมพันธ์				
1	การประชาสัมพันธ์โครงการฯ ภายในจังหวัดของท่าน	158	3.00	1.16
2	การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย	158	2.60	1.00
3	การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน	158	2.99	1.10
ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก				
4	สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม	158	3.91	1.01
5	อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม	158	3.66	1.06
6	มีบริการน้ำดื่ม อาหาร เพียงพอ	158	2.90	1.17
7	มีบริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ	158	3.14	1.14
8	ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน	158	3.08	1.15
ด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่				
9	เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี	158	3.66	0.96
10	กรรมการมีความยุติธรรม	158	3.75	1.02
11	ความพร้อมการดำเนินการด้านการรายงานตัวนักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ	158	3.47	1.07
ด้านพิธีการต่างๆ				
12	พิธีเปิดเป็นที่น่าประทับใจ	158	3.22	1.25
13	พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ	158	3.39	1.03
14	พิธีต้อนรับนักกีฬา	158	3.34	1.18

หมายเหตุ – ช่องที่แรเงา หมายถึง รายการที่ควรปรับปรุง หรือ ควรปรับปรุงเร่งด่วน

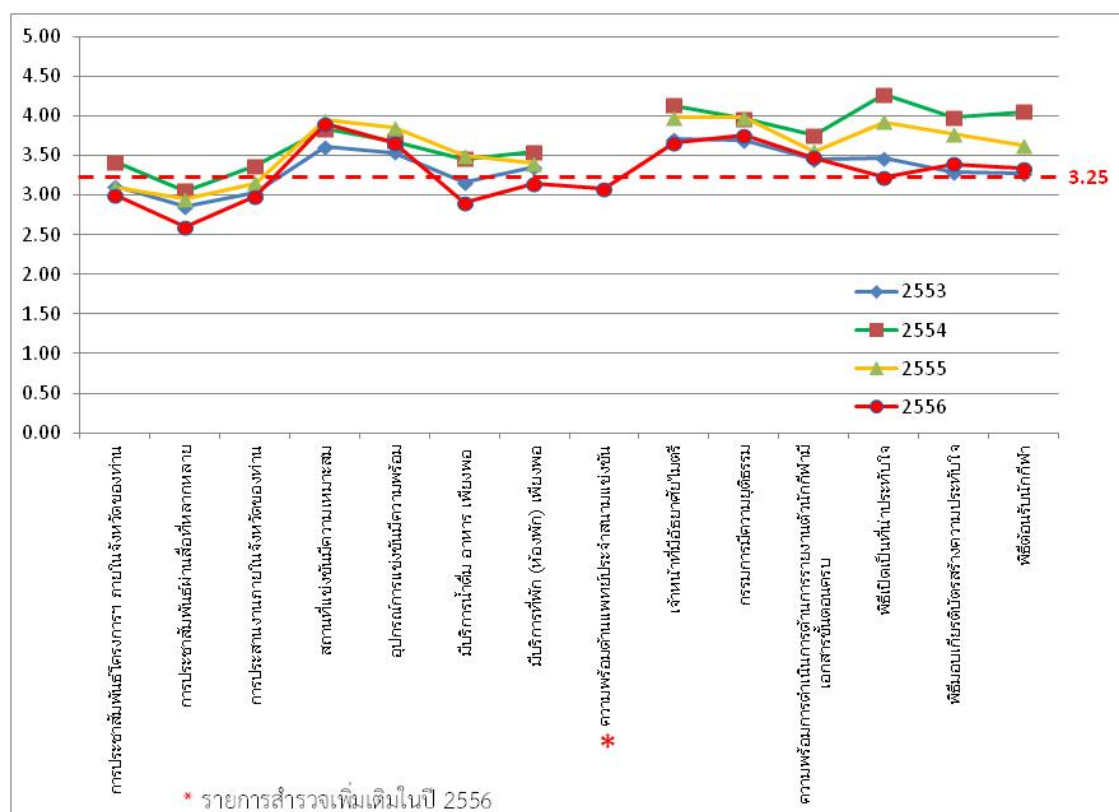
จากตารางที่ 6 ที่แสดงผลสำรวจความพึงพอใจของนักกีฬาจำนวน 158 คน ที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุที่มีต่อการจัดการแข่งขันครั้งนี้ จะพบว่าหลายรายการสำรวจที่นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันมีระดับความพึงพอใจต่อการจัดการแข่งขันต่ำกว่าค่าคาดหวังที่ทางคณะกรรมการตั้งไว้ (3.25) ได้แก่

- การประชาสัมพันธ์โครงการฯภายในจังหวัดของท่าน ($\bar{X} = 3.00$)
- การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย($\bar{X} = 2.60$)
- การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน($\bar{X} = 2.99$)

- มีบริการน้ำดื่มอาหารเพียงพอ($\bar{x}$ = 2.90)
- มีบริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ($\bar{x}$ = 3.14)
- ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน($\bar{x}$ = 3.08)
- พิธีเปิดเป็นที่น่าสนใจ($\bar{x}$ = 3.22)

ในขณะที่หัวข้อการประเมินอื่นที่มีระดับความพึงพอใจสูงกว่าค่าคาดหวังที่ทางคณะกรรมการตั้งไว้ ต่างอยู่ในระดับความพึงพอใจปกติทั้งสิ้น โดยหัวข้อที่นักกีฬาให้ความพึงพอใจมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม ($\bar{x}$ = 3.91) กรรมการมีความยุติธรรม ($\bar{x}$ = 3.75) อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม ($\bar{x}$ = 3.66) และเจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี ($\bar{x}$ = 3.66) ตามลำดับ

อย่างไรก็ตาม เมื่อทำการเปรียบเทียบกับผลสำรวจในปี 2553ปี 2554และปี 2555พบว่าระดับความพึงพอใจของนักกีฬาต่อการจัดการแข่งขันประจำปี 2556ต่ำกว่าปีก่อนหน้าที่ทำการสำรวจในเกือบทุกรายการสำรวจ ดังกราฟที่แสดงในแผนภาพที่ 3



แผนภาพที่ 3: ผลเปรียบเทียบความพึงพอใจของนักกีฬาประจำปี 2556 กับปี 2555 ปี 2554 และปี 2553

เมื่อเราวิเคราะห์ถึงความพึงพอใจของนักกีฬาต่อการจัดการแข่งขันและชนิดกีฬา โดยจำแนกตามเพศของนักกีฬา จะได้ผลตามตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามเพศ”
ต่อการจัดการแข่งขัน

ลำดับ ที่	รายการ	เพศชาย			เพศหญิง		
		จำนวน	X	S.D.	จำนวน	X	S.D.
ด้านประชาสัมพันธ์							
1	การประชาสัมพันธ์โครงการฯ ภายในจังหวัดของท่าน	105	2.96	1.10	53	3.08	1.27
2	การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย	105	2.63	1.01	53	2.55	0.97
3	การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน	105	3.04	1.10	53	2.89	1.10
ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก							
4	สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม	105	4.07	0.90	53	3.58	1.13
5	อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม	105	3.83	0.93	53	3.34	1.22
6	มีบริการน้ำดื่ม อาหาร เพียงพอ	105	3.05	1.10	53	2.60	1.26
7	มีบริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ	105	3.29	1.04	53	2.85	1.26
8	ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน	105	3.18	1.07	53	2.87	1.29
ด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่							
9	เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี	105	3.78	0.88	53	3.43	1.07
10	กรรมการมีความยุติธรรม	105	3.86	0.94	53	3.55	1.14
11	ความพร้อมการดำเนินการด้านการรายงานตัว นักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ	105	3.55	0.98	53	3.32	1.22
ด้านพิธีการต่างๆ							
12	พิธีเปิดเป็นที่น่าสนใจ	105	3.44	1.16	53	2.79	1.34
13	พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ	105	3.51	0.98	53	3.15	1.10
14	พิธีต้อนรับนักกีฬา	105	3.52	1.13	53	2.96	1.19

หมายเหตุ – ช่องที่แรเงา หมายถึง รายการที่ควรปรับปรุง หรือ ควรปรับปรุงเร่งด่วน

จากตารางที่ 7 จะเห็นว่า เมื่อทำการพิจารณาความพึงพอใจของนักกีฬาโดยแยกเป็นนักกีฬาชาย และนักกีฬาหญิง พบว่า ได้ผลใกล้เคียงกับการประเมินผลโดยรวม โดยหัวข้อสำรวจที่นักกีฬาชายยังเห็นว่าควรได้รับการปรับปรุงได้แก่ การประชาสัมพันธ์โครงการภายในจังหวัดของท่าน การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน มีบริการน้ำดื่มอาหารเพียงพอและความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน ในขณะที่หัวข้อสำรวจที่นักกีฬาหญิงเห็นว่าควรได้รับการปรับปรุงได้แก่ การประชาสัมพันธ์โครงการภายในจังหวัดของท่าน การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน มีบริการน้ำดื่มอาหารเพียงพอ มีบริการที่พัก

(ห้องพัก) เพียงพอความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขันพิธีเปิดเป็นที่น่าสนใจพิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ และพิธีต้อนรับนักกีฬา

เมื่อพิจารณาถึงรายการสำรวจที่นักกีฬาชาย และนักกีฬาหญิง พึงพอใจมากที่สุด พบว่า นักกีฬาชายมีความพึงพอใจในหัวข้อ **สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสมกรรมการมีความยุติธรรมและอุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อมมากที่สุดเป็น 3 อันดับแรก ตามลำดับ** ในขณะที่นักกีฬาหญิงมีความพึงพอใจในหัวข้อ **สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสมกรรมการมีความยุติธรรมและเจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี** มากที่สุดเป็น 3 อันดับแรก

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามอายุ” ต่อการจัดการแข่งขัน

ลำดับที่	รายการ	<60 ปี		60-65 ปี		66-70 ปี		71-75 ปี		76-80 ปี		≥ 80 ปี	
		X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
ด้านประชาสัมพันธ์													
1	การประชาสัมพันธ์โครงการฯ ภายในจังหวัดของท่าน	3.25	1.36	3.07	1.29	2.78	0.80	2.83	0.99	4.00	1.41	4.00	-
2	การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย	2.58	1.44	2.64	0.97	2.43	0.84	2.83	1.04	2.50	2.12	3.00	-
3	การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน	2.75	0.97	2.98	1.12	3.00	1.04	2.89	1.13	4.50	0.71	5.00	-
ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก													
4	สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม	3.67	1.15	4.01	0.91	3.78	1.10	3.78	1.17	4.00	1.41	5.00	-
5	อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม	3.50	1.24	3.74	1.08	3.58	0.90	3.44	1.20	4.50	0.71	5.00	-
6	มีบริการน้ำดื่ม อาหาร เพียงพอ	2.92	1.44	2.93	1.13	2.88	1.09	2.56	1.25	4.00	1.41	5.00	-
7	มีบริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ	3.08	1.00	3.28	1.14	2.88	1.16	2.89	1.08	4.00	0.00	5.00	-
8	ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน	2.92	1.38	3.19	1.12	3.00	1.18	2.78	1.22	3.50	0.71	3.00	-
ด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่													
9	เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี	3.25	1.22	3.76	0.92	3.65	0.89	3.50	1.04	4.00	1.41	3.00	-
10	กรรมการมีความยุติธรรม	3.42	1.31	3.81	0.99	3.75	0.98	3.56	1.04	4.50	0.71	5.00	-
11	ความพร้อมการดำเนินการด้านการรายงานตัวนักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ	3.33	1.37	3.52	1.10	3.38	0.87	3.56	1.15	3.00	1.41	5.00	-
ด้านพิธีการต่างๆ													
12	พิธีเปิดเป็นที่น่าประทับใจ	3.33	1.15	3.18	1.28	3.05	1.28	3.67	1.08	3.00	1.41	5.00	-
13	พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ	3.42	1.24	3.45	1.01	3.30	1.04	3.33	1.14	3.50	0.71	3.00	-
14	พิธีต้อนรับนักกีฬา	3.33	1.30	3.47	1.17	3.25	1.13	3.00	1.19	3.50	0.71	1.00	-

หมายเหตุ - ช่องที่แรเงา หมายถึง รายการที่ควรปรับปรุง หรือ ควรปรับปรุงเร่งด่วน

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามวุฒิการศึกษา” ต่อการจัดการแข่งขัน

ลำดับที่	รายการ	ประถมศึกษา		ม.ต้น		ม.ปลาย		อนุปริญญา		ป.ตรี		ป.โท	
		X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
ด้านประชาสัมพันธ์													
1	การประชาสัมพันธ์โครงการฯ ภายในจังหวัดของท่าน	3.71	1.57	3.24	1.00	2.78	1.05	2.89	1.17	2.80	1.06	3.17	1.20
2	การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย	2.65	0.93	2.62	1.07	2.74	1.02	2.33	1.22	2.52	0.92	2.78	1.17
3	การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน	3.12	1.11	3.24	1.14	3.00	1.04	2.56	1.24	2.91	1.06	3.06	1.26
ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก													
4	สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม	3.35	1.32	3.95	1.20	3.96	0.81	4.11	0.93	3.91	0.99	4.17	0.71
5	อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม	3.24	1.39	3.62	1.07	3.67	1.04	3.89	1.05	3.67	1.04	4.00	0.77
6	มีบริการน้ำดื่ม อาหาร เพียงพอ	2.71	1.40	3.14	1.39	2.48	0.98	2.67	1.00	2.97	1.14	3.28	1.02
7	มีบริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ	2.88	1.36	3.05	1.43	3.19	0.96	3.00	1.00	3.18	1.09	3.33	1.08
8	ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน	2.41	1.62	3.33	1.24	3.07	0.92	3.33	1.58	3.12	0.98	3.11	1.13
ด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่													
9	เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี	3.18	1.29	3.71	1.01	3.63	0.74	3.22	0.97	3.79	0.90	3.89	0.90
10	กรรมการมีความยุติธรรม	3.29	1.31	3.81	1.08	3.52	0.85	4.00	0.71	3.89	1.05	3.83	0.79
11	ความพร้อมการดำเนินการด้านการรายงานตัวนักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ	3.00	1.22	3.48	1.33	3.30	0.78	3.56	0.88	3.59	1.08	3.72	0.96
ด้านพิธีการต่างๆ													
12	พิธีเปิดเป็นที่น่าสนใจ	2.24	1.30	3.10	1.30	3.30	0.95	2.78	1.48	3.42	1.18	3.67	1.33
13	พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ	2.82	1.24	3.14	1.15	3.67	0.73	3.56	0.88	3.39	0.96	3.72	1.23
14	พิธีต้อนรับนักกีฬา	2.53	1.33	3.10	1.30	3.74	0.76	3.00	1.41	3.35	1.09	3.89	1.18

หมายเหตุ – ช่องที่แรเงา หมายถึง รายการที่ควรปรับปรุง หรือ ควรปรับปรุงเร่งด่วน

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามประเภทกีฬาที่เข้าร่วม” ต่อการจัดการแข่งขัน

ลำดับที่	รายการ	เบตอง		กรีฑา		แบดมินตัน		วู้ตบอล		กอล์ฟ		หมากรุกไทย		ลีลาศ		คาราโอเกะ		แอโรบิคแม่ไม้มวยไทย	
		X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
ด้านประชาสัมพันธ์																			
1	การประชาสัมพันธ์โครงการฯ ภายในจังหวัดของท่าน	3.50	1.51	2.83	1.12	2.64	1.34	3.00	1.11	2.90	0.94	3.40	0.99	3.00	-	3.17	1.19	2.25	0.96
2	การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย	2.69	1.08	2.54	1.07	2.36	1.08	2.60	0.96	2.57	0.87	2.93	1.10	3.00	-	2.67	0.98	2.25	0.96
3	การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน	3.19	1.11	2.89	0.99	2.64	1.28	3.00	0.96	2.62	1.02	3.80	1.08	3.00	-	3.33	1.37	2.00	0.82
ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก																			
4	สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม	3.06	1.34	4.14	0.88	4.07	0.83	3.93	0.92	3.76	0.89	4.47	0.83	5.00	-	3.58	1.00	3.75	1.50
5	อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม	3.06	1.18	3.91	0.92	3.64	1.28	3.65	1.00	3.81	0.81	4.40	0.74	4.00	-	3.00	1.13	2.50	1.29
6	มีบริการน้ำดื่ม อาหาร เพียงพอ	2.44	1.15	2.74	1.12	2.57	1.34	2.95	1.01	3.05	1.16	4.00	1.00	3.00	-	2.92	1.16	1.75	0.96
7	มีบริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ	3.00	1.26	3.14	1.03	3.07	1.14	3.15	1.05	3.19	1.12	3.67	1.18	3.00	-	3.17	1.40	1.50	0.58
8	ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน	2.56	1.31	3.43	1.09	3.71	0.91	2.85	1.03	2.95	1.20	3.53	1.13	4.00	-	2.75	0.87	1.75	1.50
ด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่																			
9	เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี	3.44	1.36	3.80	0.87	3.64	1.01	3.45	0.81	3.86	0.91	4.20	0.86	4.00	-	3.58	0.79	2.75	1.26
10	กรรมการมีความยุติธรรม	3.56	1.21	3.69	1.05	4.00	1.04	3.55	0.93	4.05	0.86	4.47	0.64	4.00	-	3.67	0.78	2.25	1.50
11	ความพร้อมการดำเนินการด้านการรายงานตัวนักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ	3.13	1.15	3.57	0.98	3.64	1.34	3.50	1.04	3.52	0.93	3.73	1.10	2.00	-	3.50	0.90	2.25	1.50
ด้านพิธีการต่างๆ																			
12	พิธีเปิดเป็นที่น่าประทับใจ	2.81	1.47	3.46	1.12	3.21	1.31	3.05	1.24	3.52	1.25	3.60	1.24	2.00	-	3.08	1.31	2.25	0.96
13	พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ	2.81	1.33	3.60	0.88	3.57	1.02	3.28	0.99	3.67	1.06	3.40	1.24	2.00	-	3.50	0.80	3.00	0.00
14	พิธีต้อนรับนักกีฬา	2.81	1.28	3.74	0.92	3.71	1.14	3.05	1.06	3.52	1.17	3.07	1.62	2.00	-	3.58	1.31	3.00	0.00

หมายเหตุ - ช่องที่แรเงา หมายถึง รายการที่ควรปรับปรุง หรือ ควรปรับปรุงเร่งด่วน

จากตารางที่ 8 เมื่อแยกพิจารณาระดับความพึงพอใจของนักกีฬาตามช่วงอายุ พบว่านักกีฬาทุกช่วงอายุต่างมีความเห็นว่า ด้านประชาสัมพันธ์ด้านการบริการน้ำดื่มและอาหารการบริการที่พัก (ห้องพัก) ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน และพิธีเปิดการแข่งขัน ควรได้รับการปรับปรุง อย่างไรก็ตาม ข้อมูลจากนักกีฬาที่มีช่วงอายุ 76-80 ปี และช่วงอายุ ≥ 80 ปี มีจำนวนไม่เพียงพอที่จะเป็นตัวแทนกลุ่มที่ดี

เมื่อแยกพิจารณาความพึงพอใจของนักกีฬาตามวุฒิการศึกษา (ตารางที่ 9) ก็ยังพบว่านักกีฬาในระดับการศึกษาต่างๆ ส่วนมากเห็นว่า ด้านการประชาสัมพันธ์และด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกการแข่งขัน ควรได้รับการปรับปรุง ในขณะที่นักกีฬาที่มีระดับการศึกษาในระดับประถมศึกษา มีระดับความพึงพอใจต่ำกว่าค่าคาดหวังของทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันในเกือบทุกรายการสำรวจ

สำหรับความพึงพอใจของนักกีฬาตามชนิดกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ (ตารางที่ 10) ก็ได้ผลสรุปเช่นเดียวกับการวิเคราะห์ตามปัจจัยอื่นๆ คือ นักกีฬาทุกชนิดกีฬาส่งเสริมเห็นว่า ด้านการประชาสัมพันธ์และด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกการแข่งขัน ควรได้รับการปรับปรุงโดยนักกีฬาเปตอง นักกีฬาสืลาศ และนักกีฬาแอโรบิคแม่ไม้มวยไทยมีระดับความพึงพอใจต่ำกว่าค่าคาดหวังของทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันในเกือบทุกรายการสำรวจ

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของนักกีฬา “จำแนกตามสถิติการเข้าร่วม” ต่อการจัดการแข่งขันและชนิดกีฬา

ลำดับที่	รายการ	ไม่เคย			เคย		
		จำนวน	X	S.D.	จำนวน	X	S.D.
ด้านประชาสัมพันธ์							
1	การประชาสัมพันธ์โครงการฯ ภายในจังหวัดของท่าน	50	2.76	1.17	108	3.11	1.14
2	การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย	50	2.52	1.03	108	2.64	0.98
3	การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน	50	2.82	1.06	108	3.06	1.11
ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก							
4	สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม	50	4.06	0.87	108	3.83	1.06
5	อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม	50	3.62	1.16	108	3.69	1.02
6	มีบริการน้ำดื่ม อาหาร เพียงพอ	50	2.88	1.19	108	2.91	1.16
7	มีบริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ	50	3.22	1.17	108	3.10	1.13
8	ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน	50	3.04	1.21	108	3.09	1.13
ด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่							
9	เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี	50	3.68	0.98	108	3.66	0.95

ลำดับที่	รายการ	ไม่เคย			เคย		
		จำนวน	X	S.D.	จำนวน	X	S.D.
10	กรรมการมีความยุติธรรม	50	3.82	1.10	108	3.72	0.98
11	ความพร้อมการดำเนินการด้านการรายงานตัว นักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ	50	3.56	1.09	108	3.44	1.06
ด้านพิธีการต่างๆ							
12	พิธีเปิดเป็นที่น่าประทับใจ	50	3.38	1.19	108	3.15	1.28
13	พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ	50	3.48	0.99	108	3.35	1.05
14	พิธีต้อนรับนักกีฬา	50	3.60	1.14	108	3.21	1.18

หมายเหตุ – ช่องที่แรเงา หมายถึง รายการที่ควรปรับปรุง หรือ ควรปรับปรุงเร่งด่วน

จากตารางที่ 11 จะเห็นได้ว่า ทั้งนักกีฬาที่เคยเข้าร่วมการแข่งขันมาก่อน และนักกีฬาที่ไม่เคยเข้าร่วมการแข่งขันมาก่อน ต่างมีความเห็นตรงกันว่า ด้านการประชาสัมพันธ์และด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกการแข่งขันควรได้รับการปรับปรุงให้ดีขึ้นสำหรับการจัดการแข่งขันในครั้งต่อไป และสำหรับนักกีฬาที่เคยเข้าร่วมการแข่งขันมาก่อนเห็นว่า พิธีเปิดการแข่งขัน และ พิธีต้อนรับนักกีฬา ควรได้รับการปรับปรุงเช่นกัน

ตารางที่ 12 เหตุผลที่นักกีฬาดัดสันใจเข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุครั้งนี้

ลำดับที่	รายการ	จำนวน	ร้อยละ
1	ส่งเสริมสุขภาพ จิตใจ และอารมณ์ ให้กับผู้สูงอายุ	139	87.97
2	เปิดโอกาสให้มีการพบปะและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีในกลุ่มผู้สูงอายุ	139	87.97
3	ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์	142	89.87
4	เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีโอกาสพบปะเพื่อนต่างจังหวัด	131	82.91
5	แลกเปลี่ยนความคิดเห็นแก่กันและกัน	121	76.58
6	ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ท่องเที่ยว โดยใช้กิจกรรมกีฬาเป็นสื่อ	130	82.28

จากตารางที่ 12 จะพบว่านักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ ให้เหตุผลในการเข้าร่วมว่า เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงเป็นอันดับที่ 1 คิดเป็นจำนวนร้อยละ 89.87 ของจำนวนนักกีฬาที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด ในขณะที่เหตุผลที่ว่า เป็นการส่งเสริมสุขภาพจิตใจ และอารมณ์ให้กับผู้สูงอายุ และ เป็นการเปิดโอกาสให้มีการพบปะและแลกเปลี่ยนประสบการณ์

และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีในกลุ่มผู้สูงอายุเป็นเหตุผลที่ทำให้นักกีฬาตัดสินใจเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้อย่างเป็นอันดับที่ 2 ด้วยจำนวนที่เท่ากัน

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาถึงประโยชน์อื่นๆ จากการเข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุครั้งนี้ มากกว่าร้อยละ 75 ของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้อย่างเห็นได้ชัดว่า สามารถได้รับประโยชน์ในทุกๆหัวข้อ จากการเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ด้วยกันทั้งสิ้น

จากการสอบถามนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุในครั้งนี้ถึงความตั้งใจจะเข้าร่วมโครงการในครั้งต่อไป ปรากฏว่านักกีฬาร้อยละ 94.30 มีความตั้งใจจะเข้าร่วมโครงการในครั้งต่อไป ดังตารางที่ 13

ตารางที่ 13 ข้อเสนอแนะที่นักกีฬาเห็นว่าควรได้รับการปรับปรุงสำหรับการจัดการแข่งขันในครั้งต่อไป

ลำดับที่	เพศ	จำนวน	ร้อยละ
1	เข้าร่วม	149	94.30
2	ไม่เข้าร่วม	9	5.70
	รวม	158	100.00

ในขณะที่ชนิดกีฬาที่ผู้เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้อายากให้มีการบรรจุเพิ่มเติมในการแข่งขันครั้งต่อไปมีดังนี้

- | | | |
|------------------|--------------------|-------------------|
| 1. ว่ายน้ำ (7) | 5. ไตรกีฬา (1) | 9. ฟุตบอล (1) |
| 2. เต้น/วิ่ง (6) | 6. กอล์ฟ (1) | 10. จักรยาน (1) |
| 3. ตะกร้อ (3) | 7. ทูม่น้ำหนัก (1) | 11. สนุกเกอร์ (1) |
| 4. ปิงปอง (2) | 8. ฟันแหลน (1) | |

การทดสอบสมมติฐาน

จากที่ได้กล่าวไว้แล้ว วัตถุประสงค์หลักของการจัดทำงานวิจัยและประเมินโครงการสำหรับการแข่งขันการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 จะมุ่งเน้นในการวิเคราะห์ผลการสำรวจระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้อย่างเห็นได้ชัดว่า สมมติฐานที่กล่าวไว้ในบทที่ 3 ว่า “ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้อยู่ในระดับ

ความพึงพอใจปกติ ขึ้นไป ($\bar{x} > 3.25$)” จะสามารถนำมาตั้งสมมติฐานหลัก และสมมติฐานรอง ได้ดังต่อไปนี้

H_0 : ค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของนักกีฬาต่อการจัดการแข่งขัน น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3.25

H_1 : ค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของนักกีฬาต่อการจัดการแข่งขัน มากกว่า 3.25

เมื่อทำการทดสอบ แบบ t-test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของข้อมูล 2 ชุด ที่ค่าความแปรปรวนของประชากรไม่เท่ากัน ($\sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$) โดยใช้ MS Excel เป็นเครื่องมือช่วยในการวิเคราะห์ สามารถสรุปผลการวิเคราะห์สำหรับนักกีฬาได้ดังตารางที่ 14

ตารางที่ 14 การทดสอบสมมติฐานสำหรับข้อสงสัยว่า “ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ มีค่ามากกว่า 3.25” ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05

ลำดับที่	รายการ	n	$\bar{x}$	S.D.	df.	t-critical (by table)	t-stat	การ ยอมรับ สมมติฐาน
ด้านประชาสัมพันธ์								
1	การประชาสัมพันธ์โครงการฯ ภายในจังหวัดของท่าน	158	3.00	1.16	157	1.65	-2.72	H_0
2	การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย	158	2.60	1.00	157	1.65	-8.18	H_0
3	การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน	158	2.99	1.10	157	1.65	-3.00	H_0
ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก								
4	สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม	158	3.91	1.01	157	1.65	8.17	H_1
5	อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม	158	3.66	1.06	157	1.65	4.90	H_1
6	มีบริการน้ำดื่ม อาหาร เพียงพอ	158	2.90	1.17	157	1.65	-3.78	H_0
7	มีบริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ	158	3.14	1.14	157	1.65	-1.22	H_0
8	ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน	158	3.08	1.15	157	1.65	-1.90	H_0
ด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่								
9	เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี	158	3.66	0.96	157	1.65	5.46	H_1
10	กรรมการมีความยุติธรรม	158	3.75	1.02	157	1.65	6.20	H_1
11	ความพร้อมการดำเนินการ ด้านการรายงานตัวนักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ	158	3.47	1.07	157	1.65	2.64	H_1
ด้านพิธีการต่างๆ								
12	พิธีเปิดเป็นที่น่าประทับใจ	158	3.22	1.25	157	1.65	-0.29	H_0

ลำดับที่	รายการ	n	$\bar{x}$	$S.D.$	$df.$	$t-critical$ (by table)	$t-stat$	การ ยอมรับ สมมติฐาน
13	พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ	158	3.39	1.03	157	1.65	1.73	H_1
14	พิธีต้อนรับนักกีฬา	158	3.34	1.18	157	1.65	0.91	H_0

จากตารางที่ 14 จะพบว่า การทดสอบสมมติฐานด้านบุคลากร และเจ้าหน้าที่เพียงด้านเดียวที่ทุกรายการสำรวจจะมีค่า $t-stat$ ที่ได้จากการคำนวณ มากกว่าค่า $t-critical$ ที่ได้จากการเปิดตารางการแจกแจงแบบ t ($t-distribution$) ในขณะที่ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านพิธีการต่างๆ มีเพียงบางรายการเท่านั้น ที่มีค่า $t-stat$ ที่ได้จากการคำนวณ มากกว่าค่า $t-critical$ ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า สามารถปฏิเสธสมมติฐานหลัก (H_0) และยอมรับสมมติฐานรอง (H_1) นั่นคือ “ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ มีค่ามากกว่า 3.25 ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05” ซึ่งมีรายการดังต่อไปนี้

1. สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม
2. อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม
3. เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี
4. กรรมการมีความยุติธรรม
5. ความพร้อมการดำเนินการด้านการรายงานตัวนักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ
6. พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ

สำหรับการทดสอบสมมติฐานด้านประชาสัมพันธ์ เป็นรายการสำรวจที่ต้องยอมรับสมมติฐานหลัก เนื่องจากทุกรายการสำรวจด้านประชาสัมพันธ์มีค่า $t-stat$ ที่ได้จากการคำนวณ น้อยกว่าค่า $t-critical$ ที่ได้จากการเปิดตารางการแจกแจงแบบ t ($t-distribution$) ในขณะที่ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านพิธีการต่างๆ มีเพียงบางรายการเท่านั้น ที่มีค่า $t-stat$ ที่ได้จากการคำนวณ น้อยกว่าค่า $t-critical$ นั่นคือ “ไม่สามารถยอมรับได้ว่า ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ มีค่ามากกว่า 3.25 ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05” ซึ่งมีรายการดังต่อไปนี้

1. การประชาสัมพันธ์โครงการภายในจังหวัดของท่าน
2. การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย
3. การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน
4. บริการน้ำดื่มอาหารเพียงพอ
5. บริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ

6. ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน
7. พิธีเปิดเป็นที่น่าสนใจ
8. พิธีต้อนรับนักกีฬา

สำหรับข้อสงสัยที่ว่า “เพศของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 มีผลต่อระดับความพึงพอใจในการดำเนินงานจัดการแข่งขัน จริงหรือไม่” สามารถตั้งเป็นสมมติฐานเบื้องต้นได้ดังนี้

H_0 : เพศของนักกีฬา **ไม่มีผล** ต่อระดับความพึงพอใจในการดำเนินงานจัดการแข่งขัน

H_1 : เพศของนักกีฬา **มีผล** ต่อระดับความพึงพอใจในการดำเนินงานจัดการแข่งขัน

ตารางที่ 15 การทดสอบสมมติฐานสำหรับข้อสงสัยว่า “เพศของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุประจำปี 2556 มีผลต่อระดับความพึงพอใจในการดำเนินงานจัดการแข่งขันจริงหรือไม่” ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05

Source of Variation	SS	df	MS	F_{stat}	P-value	F_{crit}
ระหว่างกลุ่ม	4.04	1	4.04	8.12	0.00	3.90
ภายในกลุ่ม	77.69	156	0.50			
รวม	81.73	157				

การทดสอบข้อสงสัยนี้ ผู้วิจัยจะทำการทดสอบแบบ f-test ซึ่งได้ผลดังตารางที่ 15 พบว่าค่า f-stat (8.12) ที่ได้จากการคำนวณ มีค่ามากกว่าค่า f-critical (3.90) ที่ได้จากการเปิดตารางการแจกแจงแบบ f (f-distribution) หรือ ค่า P-value (0.00) มีค่าน้อยกว่าระดับนัยสำคัญ (α) 0.05 สรุปได้ว่า ปฏิเสธสมมติฐานหลัก (H_0) และยอมรับสมมติฐานรอง (H_1) นั่นคือ “เพศของนักกีฬา **มีผล** ต่อระดับความพึงพอใจในการดำเนินงานจัดการแข่งขัน ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05”

ในทำนองเดียวกัน สำหรับข้อสงสัยที่ว่า “สถิติการเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 มีผลต่อระดับความพึงพอใจในการดำเนินงานจัดการแข่งขัน จริงหรือไม่” สามารถตั้งเป็นสมมติฐานเบื้องต้นได้ดังนี้

H_0 : สถิติการเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬา**ไม่มีผล**ต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขัน

H_1 : สถิติการเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬา**มีผล**ต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขัน

ตารางที่ 16 การทดสอบสมมติฐานสำหรับข้อสงสัยว่า “สถิติการเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุประจำปี 2556 มีผลต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขันจริงหรือไม่” ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05

Source of Variation	SS	df	MS	F_{stat}	P-value	F_{crit}
ระหว่างกลุ่ม	0.04	1	0.04	0.08	0.78	3.90
ภายในกลุ่ม	81.69	156	0.52			
รวม	81.73	157				

จากตารางที่ 16 พบว่า ค่า f -stat (0.08) ที่ได้จากการคำนวณ มีค่าน้อยกว่าค่า f -critical (3.90) ที่ได้จากการเปิดตารางการแจกแจงแบบ f (f -distribution) หรือ ค่า P-value (0.78) มีค่ามากกว่าระดับนัยสำคัญ (α) 0.05 สรุปได้ว่า ยอมรับสมมติฐานหลัก (H_0) และปฏิเสธสมมติฐานรอง (H_1) นั่นคือ “สถิติการเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬา**ไม่มีผล**ต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขัน ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05”

สำหรับคำถามปลายเปิด เพื่อสอบถามความคิดเห็นเพิ่มเติมจากนักกีฬาว่าสิ่งใดควรปรับปรุงสำหรับการจัดการแข่งขันในครั้งต่อไป ซึ่งหลายๆ หัวข้อก็จะปรากฏอยู่ในคำถามปลายปิดในตอนที่ 2 อยู่แล้วเช่นกัน จากการสังเคราะห์ความคิดเห็นเพิ่มเติมต่างๆ ผู้วิจัยและประเมินผลโครงการสามารถสรุปผลได้ดังตารางที่ 17

ตารางที่ 17 ข้อเสนอแนะที่นักกีฬาเห็นว่าควรได้รับการปรับปรุงสำหรับการจัดการแข่งขันในครั้งต่อไป

ลำดับที่	รายการ	จำนวน	ร้อยละ
1	พิธีเปิดการแข่งขัน	23	14.56
2	ประชาสัมพันธ์	15	9.49
3	การบริการอาหาร/น้ำดื่ม	13	8.23
4	เจ้าหน้าที่/การบริการ	10	6.33
5	ชนิดกีฬา	8	5.06
6	งบประมาณ	7	4.43
7	รถบริการ	5	3.16
8	ตารางการแข่งขัน	4	2.53
9	สถานที่จัดการแข่งขัน	3	1.90
10	ที่พัก	1	0.63
11	อื่นๆ	13	8.23

หมายเหตุ- ข้อมูลจากนักกีฬาจำนวน 89 คน (จากทั้งหมด 88 คน) ที่แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม

จากตารางที่ 17 จากความเห็นของนักกีฬาจำนวน 88 คน พบว่า หัวข้อที่นักกีฬาเห็นว่าควรได้รับการปรับปรุงเพิ่มเติมเป็นอันดับที่ 1 คือ พิธีเปิดการแข่งขัน (ร้อยละ 14.56) ส่วนอันดับ 2 และอันดับ 3 คือ ประชาสัมพันธ์ (ร้อยละ 9.49) และ การบริการอาหาร/น้ำดื่ม (ร้อยละ 8.23) ตามลำดับ

สำหรับความเห็นอื่นๆ จะเกี่ยวข้องกับเรื่องทั่วไป เช่น กิจกรรมนอกเวลาแข่งขัน กิจกรรมร้องเพลง จำนวนถ้วยรางวัลในกีฬาประเภททีม และการจัดการแข่งขันกีฬาสำหรับผู้สูงอายุอื่นๆ

บทที่ 5

สรุปและข้อเสนอแนะ

ระหว่างการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ผู้ทำการวิจัยและประเมินผลโครงการได้ทำการสำรวจความคิดเห็นของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน โดยใช้แบบสอบถาม ดังที่มีการวิเคราะห์และประเมินผลในบทที่ผ่านมา เมื่อเปรียบเทียบผลลัพธ์ที่ได้รับจากการสำรวจ กับค่าคาดหวังที่ทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันตั้งไว้ตั้งแต่ช่วงต้นโครงการ สามารถสรุปโดยแยกตามความเห็นของนักกีฬาได้ดังต่อไปนี้

หัวข้อที่นักกีฬามีความเห็นว่าคุณควร**ได้รับการปรับปรุง**สำหรับการจัดการแข่งขันในครั้งต่อไปมีดังนี้

1. **การประชาสัมพันธ์**—ทั้งหัวข้อ การประชาสัมพันธ์โครงการภายในจังหวัด การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย และการประสานงานภายในจังหวัด ทั้งนี้เนื่องจากนักกีฬายังเห็นว่าการประชาสัมพันธ์การจัดการแข่งขันครั้งนี้ยังขาดความหลากหลายของสื่อประชาสัมพันธ์ นักกีฬาขาดการรับรู้ข้อมูลการแข่งขันหลายๆอย่าง รวมถึงการขาดการประสานงานที่ดีภายในจังหวัด ทำให้ประชาชนรับทราบข้อมูลไม่ทั่วถึง และไม่สามารถเข้าถึงประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. **การบริการน้ำดื่ม/อาหาร** – การบริการน้ำดื่ม/อาหาร ยังไม่เพียงพอ และยังไม่กระจายไม่ทั่วถึงตามสถานที่จัดการแข่งขัน
3. **พิธีเปิดการแข่งขัน** – พิธีเปิดการแข่งขันล่าช้า และใช้เวลานาน ซึ่งก่อให้เกิดความลำบากต่อนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน เนื่องจากเป็นผู้สูงอายุทั้งสิ้น

ส่วนหัวข้ออื่นๆ ที่เหลือ ถึงแม้ว่าโดยรวมแล้วนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันจะพึงพอใจก็ตาม แต่เมื่อวิเคราะห์ลงไปถึงรายละเอียดเชิงลึกอาจจะพบถึงปัญหาการให้บริการไม่ทั่วถึง เจ้าหน้าที่ขาดความเอาใจใส่ สถานที่ขาดความพร้อม และแพทย์ประจำสนามแข่งขันทำให้มีความเห็นบางส่วนที่เรียกร้องให้มีการปรับปรุงการจัดการแข่งขันในส่วนของการจัดการแข่งขัน ข้อมูลการแข่งขัน และงานบริการ

และเมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจในปีที่ผ่านมา พบว่า ผลการสำรวจความคิดเห็นของ นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 โดยเฉลี่ย มีค่าต่ำกว่าผลการสำรวจการแข่งขัน ประจำปี 2553 ประจำปี 2554 และประจำปี 2555 ซึ่งจำเป็นต้อง มีการวิเคราะห์หาสาเหตุดังกล่าว **ซึ่งอาจจะเกิดจากคุณภาพการจัดการแข่งขันลดลง หรือ มาตรฐานของนักกีฬาผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีค่าสูงขึ้น**

ในขณะที่ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากนักกีฬา ที่เข้าร่วมการแข่งขันโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ณ จังหวัดนครราชสีมาหลายหัวข้อ ยังเป็นข้อเสนอแนะเดียวกับปี 2554 และปี 2555 ซึ่งผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นหัวข้อหลักๆ ได้ดังต่อไปนี้

1. **พิธีเปิดการแข่งขัน** – ควรมีการประสานงานที่ดีขึ้น เพื่อป้องกันความล่าช้าในพิธีเปิดการแข่งขัน เนื่องจากนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันเป็นผู้สูงอายุ ดังนั้นระยะเวลาที่ใช้ในพิธีเปิดการแข่งขันที่นานเกินไป ความล่าช้าของพิธีเปิดการแข่งขัน รวมถึงอากาศที่ร้อนเกินไป อาจก่อให้เกิดปัญหาต่อนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน
2. **ประชาสัมพันธ์** – ควรเพิ่มช่องทางการประชาสัมพันธ์ให้มากยิ่งขึ้น เพื่อให้ข้อมูลเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายอย่างทั่วถึง และควรเพิ่มงบประมาณด้านการประชาสัมพันธ์ให้มากยิ่งขึ้น อาศัยความร่วมมือของสื่อท้องถิ่น อาทิเช่น วิทยุชุมชน โรงเรียน ห้างร้านต่างๆ ในการช่วยกระจายข่าวสาร รวมถึงการประชาสัมพันธ์ให้ผู้เข้าร่วมการแข่งขันทราบข้อมูลการแข่งขันที่ชัดเจนตลอดระยะเวลาการจัดการแข่งขัน
3. **การบริการอาหาร/น้ำดื่ม** – การบริการด้านอาหาร/น้ำดื่ม ควรจัดให้เพียงพอต่อปริมาณนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน และบริการให้ทั่วถึงตามสถานที่จัดการแข่งขัน
4. **เจ้าหน้าที่/การบริการ** – ควรเพิ่มจำนวนเจ้าหน้าที่ให้เพียงพอต่อการบริการอบรมเจ้าหน้าที่ให้มีความเข้าใจ และใส่ใจในงานบริการ และควรปรับปรุงขั้นตอนการประสานงานระหว่างเจ้าหน้าที่ด้วยกันเอง หรือ ระหว่างเจ้าหน้าที่ที่จัดการแข่งขันกับเจ้าหน้าที่ในหน่วยราชการต่างๆ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการบริการให้ดียิ่งขึ้น
5. **ชนิดกีฬา** – คำนแนะนำจากนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันให้เพิ่มชนิดกีฬาให้มีความหลากหลายมากยิ่งขึ้น เช่น หมากกระดาน กีฬาพื้นบ้าน และดนตรี **รวมถึงแนะนำให้มีการแบ่งช่วงอายุในการแข่งขันให้มากขึ้น**
6. **งบประมาณ** – ควรเพิ่มงบประมาณให้เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมการแข่งขัน
7. **รถบริการ** – นักกีฬาอยากให้มีรถบริการระหว่างการแข่งขันให้มากขึ้น
8. **ตารางการแข่งขัน** – นักกีฬามีความประสงค์ให้เว้นระยะการแข่งขันระหว่างรอบให้ยาวขึ้น เพื่อให้ให้นักกีฬามีเวลาพักผ่อนมากยิ่งขึ้น

9. **สถานที่จัดการแข่งขัน**– โดยส่วนใหญ่มีความต้องการให้ปรับปรุงสถานที่การให้บริการระหว่างการแข่งขัน อาทิ สถานที่สำหรับรับประทานอาหาร เป็นต้น
10. **ที่พัก**– ที่พักควรจัดให้เพียงพอกับจำนวนนักกีฬา

จะเห็นได้ว่า รายการสำรวจบางรายการที่โดยค่าเฉลี่ยแล้วนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันจะมีความพึงพอใจแล้วก็ตาม แต่ก็ยังมีนักกีฬาบางส่วนมีความต้องการให้มีการปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้น เพื่อเป็นการยืนยันผลการสำรวจ จำเป็นต้องมีการทดสอบสมมติฐาน และจากการทดสอบสมมติฐาน และข้อสงสัยของคณะกรรมการจัดการแข่งขัน สามารถสรุปผลการทดสอบสมมติฐาน และข้อสงสัยดังกล่าวได้ดังต่อไปนี้

1. รายการสำรวจที่สามารถยอมรับได้ว่า “ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ มีค่ามากกว่า 3.25 ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05”ซึ่งมีดังต่อไปนี้
 - สถานที่แข่งขันมีความเหมาะสม
 - อุปกรณ์การแข่งขันมีความพร้อม
 - เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยไมตรี
 - กรรมการมีความยุติธรรม
 - ความพร้อมการดำเนินการด้านการรายงานตัวนักกีฬามีเอกสารขั้นตอนครบ
 - พิธีมอบเกียรติบัตรสร้างความประทับใจ
2. สำหรับรายการสำรวจที่ไม่สามารถยอมรับได้ว่า “ระดับความพึงพอใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ มีค่ามากกว่า 3.25 ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05”ซึ่งมีรายการดังต่อไปนี้
 - การประชาสัมพันธ์โครงการภายในจังหวัดของท่าน
 - การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่หลากหลาย
 - การประสานงานภายในจังหวัดของท่าน
 - บริการน้ำดื่มอาหารเพียงพอ
 - บริการที่พัก (ห้องพัก) เพียงพอ
 - ความพร้อมด้านแพทย์ประจำสนามแข่งขัน
 - พิธีเปิดเป็นที่น่าสนใจ
 - พิธีต้อนรับนักกีฬา

3. เพศของนักกีฬา~~มีผล~~ต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขัน ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05
4. สถิติการเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬา~~ไม่มีผล~~ต่อระดับความพึงพอใจในด้านการดำเนินงานจัดการแข่งขัน ที่ระดับนัยสำคัญ (α) 0.05

เอกสารอ้างอิง

- กัลยา วาณิชยปัญญา, 2550. **สถิติสำหรับงานวิจัย**. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บุญชม ศรีสะอาด, 2540. **การวิจัยเบื้องต้น, พิมพ์ครั้งที่ 3**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สุวีริยาสาส์น.
- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์, 2542. **เทคนิคการสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย, พิมพ์ครั้งที่ 5**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ BB Publishing.
- ยุทธ โกยวรรณม 2545. **พื้นฐานการวิจัย, พิมพ์ครั้งที่ 4**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สุวีริยาสาส์น.
- วัลลกลำพาย, 2547. **เทคนิควิจัยทางสังคมศาสตร์**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย-เกษตรศาสตร์.
- สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ, 2545. **เอกสารประกอบการประชุมสัมมนาเชิงปฏิบัติการการวิจัยการศึกษา ระหว่างวันที่ 24-29 มีนาคม 2545. (อัดสำเนา)**
- สุรัชย์ พิศาลบุตร, 2552. **การสร้างและประมวลผลข้อมูลจากแบบสอบถาม**. กรุงเทพฯ: บริษัทวิทยพัฒน์ จำกัด.
- สายชล สนิทบุรณทอง, 2549. **สถิติคณิตศาสตร์ 2**. กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักพัฒนาการกีฬา, 2552. **ประเมินและสรุปผลโครงการ การจัดการแข่งขันกีฬานักเรียนนักศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 30**. กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- อุทุมพร จามรมาน, 2544. **แบบสอบถาม: การสร้างและการใช้, พิมพ์ครั้งที่ 6**. กรุงเทพฯ: ฟันนี้พลับบิขซึ่งจำกัด.

บรรณานุกรม

Cochran, W. G. 1963. **Sampling Techniques**, 2nd Ed. New York: John Wiley and Sons, Inc.

Neil J. Salkind, 2006. **Exploring Research**, 6th Ed. New jersey: Pearson Prentice Hall.

เกียรติสุดา ศรีสุข, 2552. **ระเบียบวิธีวิจัย**. เชียงใหม่ : โรงพิมพ์ครองช้าง

พิชิต ฤทธิ์จัญญ, 2544. **ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์หนังสือราชภัฏ
พระนคร.

ภาคผนวก



ประมวลภาพ
การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุ ครั้งที่ 7 ประจำปี 2556



ประมวลภาพ

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุ ครั้งที่ 7 ประจำปี 2556



โครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556

เลขที่โครงการ : /2556

1. ชื่อโครงการ : โครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556

ผลผลิต : เด็ก เยาวชน และประชาชน ได้รับการส่งเสริมและพัฒนา
ด้านกีฬานันทนาการและวิทยาศาสตร์การกีฬา

2. หน่วยงานที่รับผิดชอบ : กลุ่มกีฬามวลชน สำนักงานกีฬา กรมพลศึกษา

3. หลักการและเหตุผล

กรมพลศึกษาได้ตระหนักถึงบทบาทความรับผิดชอบในการส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาให้กับนักเรียน นักศึกษา เยาวชน และประชาชนในระดับต่างๆทั่วประเทศ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนได้มีสมรรถภาพทางกายที่ดีมีร่างกายที่มีความสมบูรณ์แข็งแรง อันเป็นพันธกิจหลักในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในชาติ โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งพบว่าปัจจุบันจำนวนประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทยมีจำนวน เพิ่มมากขึ้น ซึ่งสังคมควรที่จะหันมาสนใจและให้ความสำคัญกับกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่ามีประสบการณ์ชีวิตและได้ทำประโยชน์ให้กับสังคมในการพัฒนาประเทศชาติมาอย่างยาวนาน

กรมพลศึกษาจึงได้จัดดำเนินการแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุตามโครงการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ ประจำปี 2556 ขึ้น โดยมีมุ่งส่งเสริมและจัดกิจกรรมทางการกีฬา นันทนาการและการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุทั่วประเทศ เพื่อพัฒนาสุขภาพและการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี มีความสมบูรณ์แข็งแรงอันจะมีผลทำให้จิตใจสบายเพราะร่างกายและจิตใจมีความสัมพันธ์กัน การที่จะมีสมรรถภาพทางกายที่ดีได้นั้นขึ้นอยู่กับการดูแลตนเองอย่างถูกต้อง มีความเอาใจใส่ในสุขภาพสำหรับการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายเป็นประจำก็จะทำให้ร่างกายมีความสมบูรณ์แข็งแรง มีอายุยืนยาว และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตลอดไป

4. วัตถุประสงค์

4.1 เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสออกกำลังกายกันอย่างทั่วถึง โดยใช้กิจกรรมทางการกีฬาและนันทนาการเป็นสื่อ

4.2 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีสุขภาพร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ที่ดี สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

4.3 เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีในกลุ่มผู้สูงอายุ

4.4 เพื่อส่งเสริมและพัฒนาให้เกิดองค์กรที่จะรองรับประชากรผู้สูงอายุที่จะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นในอนาคต

5. แนวทางบูรณาการ

5.1 ร่วมมือกับกรุงเทพมหานครและจังหวัดต่าง ๆ ทั่วประเทศจัดตั้งชมรมกีฬาผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร และจังหวัด 76 จังหวัด โดยกำหนดให้แต่ละชมรมต้องมีสมาชิกอย่างน้อย 200 คน และแต่งตั้งประธานชมรมและคณะกรรมการต่างๆ โดยจัดงบประมาณส่งเสริมการบริหารจัดการให้กับชมรมกีฬาผู้สูงอายุทั่วประเทศ ดังนี้

5.1.1 สนับสนุนงบประมาณบริหารชมรมในอัตราคนละ 40 บาท

5.1.2 สนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมและส่งเสริมเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย

5.2 ร่วมมือกับกระทรวงสาธารณสุขกระทรวงศึกษาธิการกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และหน่วยงานต่างๆ ในการจัดอาสาสมัครและวิทยากรให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมและการอบรมสัมมนาในโอกาสต่าง ๆ

6. เป้าหมาย

เชิงปริมาณ

- มีผู้สูงอายุเข้าร่วมเล่นกีฬาและออกกำลังกายทั่วประเทศ รวมทั้งสิ้น 100,000 คน
- มีผู้สูงอายุเข้าร่วมการแข่งขันกีฬานันทนาการผู้สูงอายุประจำปี 2556 จำนวน 5,000 คน

เชิงคุณภาพ

- ผู้สูงอายุได้มีการฝึกซ้อมกีฬากายการออกกำลังกาย และเข้าร่วมกิจกรรมทำให้มีสุขภาพจิตและสมรรถภาพทางกายที่ดี มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจ ร้อยละ 85

7. ความสอดคล้องกับนโยบาย

7.1 สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555 – 2559) ที่กำหนดวิสัยทัศน์มุ่งพัฒนาสู่ “สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ด้วยความเสมอภาค เป็นธรรม และมีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง” เพื่อพัฒนาคุณภาพคนไทยทุกกลุ่มวัยให้มีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกวัฒนธรรมที่ดีงามและรู้คุณค่าความเป็นไทย มีโอกาสและสามารถเรียนรู้ตลอดชีวิตมีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง และเป็นพลังทางสังคมในการพัฒนาเศรษฐกิจและ

สังคมของประเทศโดย มีแนวทางสำคัญคือ ส่งเสริมการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม โดยสร้างเสริมสุขภาพของคนไทยให้มีความสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ โดยการพัฒนาความรู้ และทักษะในการดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชน และลดปัจจัยเสี่ยงจากสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ

7.2 สอดคล้องกับแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2555 – 2559) ยุทธศาสตร์ที่ 2 การพัฒนาการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพื่อมวลชน วัตถุประสงค์ที่ 1. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนทุกกลุ่มได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาให้เป็นวิถีชีวิต 2. เพื่อให้ประชาชนทุกกลุ่ม มีโอกาสเข้าถึงการบริการด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาอย่างทั่วถึงและมีคุณภาพ 3. เพื่อให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย คุณธรรม จริยธรรม ความมีน้ำใจนักกีฬา ความสามัคคีและความมีวินัยของคนในชาติ ยุทธศาสตร์ที่ 6 การพัฒนาการบริหารการกีฬาและการออกกำลังกาย วัตถุประสงค์ที่ 2. เพื่อเชื่อมโยงบูรณาการและประสานความร่วมมือขององค์กรกีฬาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริมสนับสนุนการบริหารจัดการการกีฬาและการออกกำลังกาย

7.3 สอดคล้องกับนโยบายรัฐบาล ข้อ 3 นโยบายเศรษฐกิจ 3.3 นโยบายปรับโครงสร้างเศรษฐกิจ 3.3.3 ภาคการท่องเที่ยวการบริการและการกีฬา 3) การพัฒนากีฬา 3.1) ส่งเสริมให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางกีฬาระดับภูมิภาคและของโลก จัดให้มีการแข่งขันกีฬาและกีฬาคณพิการระดับโลกที่สำคัญ ตลอดจนการประชุมการกีฬาระดับภูมิภาคและระดับโลก เพื่อเชื่อมโยงกับการท่องเที่ยว โดยความร่วมมือ และการมีส่วนร่วมจากทุกฝ่ายเป็น “ทีมไทยแลนด์” และนโยบายรัฐบาลข้อ 4. นโยบายสังคมและคุณภาพชีวิต 4.3 นโยบายการพัฒนาสุขภาพของประชาชน 4.3.6 ส่งเสริมให้ประชาชนทุกระดับมีโอกาสออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและพละนาามัยที่ดี สร้างนิสัยความมีน้ำใจเป็นนักกีฬาและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพื่อหลีกเลี่ยงการหมกมุ่นมั่วสุมกับอบายมุขและยาเสพติด

7.4 สอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา พ.ศ. 2555-2559 ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 3 ส่งเสริมและพัฒนาการพลศึกษา กีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬาเพื่อมวลชน นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อให้เยาวชนและประชาชนมีสุขภาพและพละนาามัยที่แข็งแรง

7.5 สอดคล้องกับแผนปฏิบัตินโยบาย 4 ปี พ.ศ. 2555-2558 และแผนปฏิบัตินโยบายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 กรมพลศึกษา มีวิสัยทัศน์ เป็นองค์กรนำด้านการพลศึกษา สร้างความสุขเพื่อมวลชน ในประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมและพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ กีฬา นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬา

8. สถานที่ดำเนินการ

8.1 ส่วนกลาง กรุงเทพมหานคร จำนวน 2 แห่ง

8.1.1 สนามกีฬาแห่งชาติ

8.1.2 ชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร

8.2 ส่วนภูมิภาค

8.2.1 สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด 76 แห่ง เป็นชมรมกีฬาผู้สูงอายุจังหวัด

8.2.2 จังหวัดนครราชสีมา

9. งบประมาณ

ได้รับงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 งบเงินอุดหนุน รายการส่งเสริมกีฬาผู้สูงอายุ จำนวน 11,000,000 บาท (สิบเอ็ดล้านบาทถ้วน)

10. แผนการจัดสรรงบประมาณ

- ส่วนกลาง 5,850,000 บาท (ห้าล้านแปดแสนห้าหมื่นบาทถ้วน)
 - ส่วนภูมิภาค 5,150,000 บาท (ห้าล้านหนึ่งแสนห้าหมื่นบาทถ้วน)
- (รายละเอียดงบประมาณค่าใช้จ่ายแนบท้ายโครงการ)

11. ระยะเวลาดำเนินการ

- ตั้งแต่ตุลาคม 2555 – กันยายน 2556
- จัดประชุมสัมมนาประธานชมรมผู้สูงอายุและตัวแทนจังหวัด วันที่ 9-10 ธันวาคม 2555
- จัดการอบรมสัมมนาผู้ตัดสินและเจ้าหน้าที่เทคนิค เดือนกรกฎาคม 2556
- จัดแข่งขันมหกรรมกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ระหว่างเดือน พ.ค.-ก.ค.56

12. สถานภาพโครงการ

เป็นโครงการที่ดำเนินการต่อเนื่องตลอดปีได้รับงบประมาณปี 2555 จำนวน 10,000,000 บาท (สิบล้านบาทถ้วน)

13. แผนการดำเนินงาน

การดำเนินงาน	ระยะเวลาดำเนินงาน											
	พ.ศ.2555			พ.ศ.2556								
	ตค.	พย.	ธค.	มค.	กพ.	มีค.	เมย.	พค.	มิย.	กค.	สค.	กย.
1. วางแผนพิจารณาจังหวัดเจ้าภาพ		/										
2. จัดทำรายละเอียดและขออนุมัติโครงการ		/										
3. จัดการอบรมสัมมนาประธานชมรมผู้สูงอายุและตัวแทนจังหวัด			/									
4. สนับสนุนงบประมาณสู่ส่วนภูมิภาคและจังหวัดเจ้าภาพ			/	/								
5. แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานโครงการ			/	/								
6. จัดประชุมคณะกรรมการดำเนินโครงการ					/							
7. ประสานงานการดำเนินงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้แก่ สำนัก/สถาบัน/กลุ่มภายในหน่วยงานและจังหวัดเจ้าภาพ เพื่อดำเนินการจัดส่งผู้เกี่ยวข้องเข้าร่วมประชุม					/	/	/	/	/			
8. จัดเตรียมเอกสารประกอบการประชุม และประสานกับกลุ่มการคลังและพัสดุเรื่องการเบิกจ่าย								/				
9. จัดการประชุมคณะกรรมการดำเนินงานโครงการ โดยกำหนดผู้รับผิดชอบและหน้าที่ในแต่ละฝ่าย								/	/			
10. ดำเนินงานประสานงานกับจังหวัด สถานที่ ผู้ตัดสิน และการเบิกจ่ายงบประมาณประสานงานกับกลุ่มการคลัง								/	/			
11. จัดงานแถลงข่าวการจัดการแข่งขัน									/	/		

การดำเนินงาน	ระยะเวลาดำเนินงาน											
	พ.ศ.2555			พ.ศ.2556								
	ตค.	พย.	ธค.	มค.	กพ.	มีค.	เมย.	พค.	มิย.	กค.	สค.	กย.
12. ผลิตเอกสารประกอบการประชุม								/	/			
13. แต่งตั้งคณะกรรมการสร้าง เครื่องมือประเมินผลของการ ดำเนินงานโครงการ								/	/			
14. ดำเนินงานการจัดการแข่งขัน ระหว่างวันที่ 2556 ณ จังหวัดนครราชสีมา									/	/		
15. การประเมินผลโครงการโดยใช้ แบบสอบถามให้ผู้เข้าร่วมการ แข่งขัน ผู้ชม ผู้เชียร์ กรอก แบบสอบถามที่สร้างขึ้น									/	/		
16. รวบรวม วิเคราะห์ และสรุปผล การแข่งขันฯ โดยกรอกข้อมูลและ แสดงผล									/	/		
17. จัดทำรายงานการประเมินผล การดำเนินงานโครงการ										/	/	
18. แต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุง พัฒนางานโครงการ โดยมี ผู้แทนจากสำนักส่วนกลาง											/	/
19. นำผลไปวางแผนการปฏิบัติงาน ในปีต่อไป											/	

14. ความพร้อมของโครงการ

เป็นโครงการที่ดำเนินการได้ทันที และต่อเนื่องตลอดปี

15. ผลสำเร็จของโครงการ

5.1 เชิงปริมาณ

- มีผู้สูงอายุเข้าร่วมเล่นกีฬาชนิดต่างๆ และออกกำลังกายทั่วประเทศ รวมทั้งสิ้น 100,000 คน
- ผู้สูงอายุเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ประจำปี 2556 จำนวน 5,000 คน

15.2 เชิงคุณภาพ

- ส่งเสริมการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของผู้สูงอายุได้แก่ วู้ดบอล เปตองกรีฑา ลีลาศ หมากรุกไทย แอโรบิคมวยไทย แบดมินตัน กอล์ฟ และคาราโอเกะ โดยจัดกิจกรรมเหล่านี้ สัปดาห์ละ 2 – 3 วัน
- ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายเป็นประจำโดยการเล่นกีฬาและเข้าร่วมการแข่งขัน
- ผู้สูงอายุมีสมรรถภาพทางกายและจิตใจที่แข็งแรงสมบูรณ์
- ผู้สูงอายุใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น
- ผู้สูงอายุมีการพัฒนาทักษะการเล่นกีฬาที่ดีขึ้น โดยชนะเลิศจากการเข้าร่วมแข่งขันในระดับชมรมและจะได้เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุในระดับประเทศ และระดับนานาชาติ ต่อไป
- เพื่อสนับสนุน ผู้สูงอายุที่มีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ ได้มีส่วนบริการสังคม และเป็นเครือข่ายในการเล่นกีฬา และออกกำลังกาย ตลอดจนการเสริมสร้างความสามัคคีของคนในชาติและช่วยรักษาความมั่นคงของประเทศได้อีกใตหนึ่ง
- ผู้เข้าร่วมมีความพึงพอใจร้อยละ 85

16. การประเมินและติดตามผล

- 16.1 แต่งตั้งคณะกรรมการติดตามและประเมินผล
- 16.2 ขออนุมัติให้คณะกรรมการเดินทางไปติดตามและประเมินผล
 - 16.2.1 โดยแจกแบบสอบถาม
 - 16.2.2 สังเคราะห์รวบรวมและสรุปผลการดำเนินงาน
 - 16.2.3 จัดทำรายงานประเมินผลการดำเนินงานโครงการเป็นรูปเล่มและเผยแพร่

17. ผลกระทบ

ไม่มี

18. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 18.1 กลุ่มผู้สูงอายุสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งในด้านสุขภาพ ร่างกาย จิตใจ อารมณ์
- 18.2 ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องโดยมีชมรมผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน

18.3 สามารถพัฒนาศักยภาพและมาตรฐานการกีฬาส่งผู้สูงอายุให้ทัดเทียมกับนานาชาติ
อารยะประเทศ

18.4 ส่งเสริมความสามัคคีและการปฏิสัมพันธ์ที่ดีของผู้สูงอายุโดยใช้กีฬาเป็นสื่อ

18.5 ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพต่อไป

19. อื่น ๆ -

20. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ลงชื่อ.....

(นางอำไพพร ฉายศิริ)

นักพัฒนาการกีฬา ชำนาญการ

21. ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ.....

(นายนิวัฒน์ ลิ้มสุขนิรันดร์)

ผู้อำนวยการสำนักการกีฬา

22. ผู้ให้ความเห็นชอบโครงการ

ลงชื่อ.....

23. ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ.....

(นางแสงจันทร์ วรสุมนต์)

อธิบดีกรมพลศึกษา

วัตถุประสงค์ที่ 2. เพื่อเชื่อมโยงบูรณาการและประสานความร่วมมือขององค์กรกีฬาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริมสนับสนุนการบริหารจัดการการกีฬาและการออกกำลังกาย

7.3 สอดคล้องกับนโยบายรัฐบาล ข้อ 3 นโยบายเศรษฐกิจ 3.3 นโยบายปรับโครงสร้างเศรษฐกิจ 3.3.3 ภาคการท่องเที่ยว การบริการ และการกีฬา 3) การพัฒนากีฬา 3.1) ส่งเสริมให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางกีฬาระดับภูมิภาคและของโลก จัดให้มีการแข่งขันกีฬาและกีฬาคณพิการระดับโลกที่สำคัญ ตลอดจนการประชันการกีฬาระดับภูมิภาคและระดับโลก เพื่อเชื่อมโยงกับการท่องเที่ยว โดยความร่วมมือ และการมีส่วนร่วมจากทุกฝ่ายเป็น “ทีมไทยแลนด์” และนโยบายรัฐบาลข้อ 4. นโยบายสังคมและคุณภาพชีวิต 4.3 นโยบายการพัฒนาสุขภาพของประชาชน 4.3.6 ส่งเสริมให้ประชาชนทุกระดับมีโอกาสออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและพละนาามัยที่ดี สร้างนิสัยความมีน้ำใจเป็นนักกีฬาและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพื่อหลีกเลี่ยงการหมกมุ่นมั่วสุมกับอบายมุขและยาเสพติด

7.4 สอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา พ.ศ. 2555-2559 ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 3 ส่งเสริมและพัฒนาการพลศึกษา กีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬาเพื่อมวลชน นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อให้เยาวชนและประชาชนมีสุขภาพและพละนาามัยที่แข็งแรง

7.5 สอดคล้องกับแผนปฏิบัตินโยบาย 4 ปี พ.ศ. 2555-2558 และแผนปฏิบัตินโยบายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 กรมพลศึกษา มีวิสัยทัศน์ เป็นองค์กรนำด้านการพลศึกษา สร้างความสุขเพื่อมวลชน ในประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมและพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ กีฬา นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬา

8. สถานที่ดำเนินการ

8.1 ส่วนกลาง กรุงเทพมหานคร จำนวน 2 แห่ง

8.1.1 สนามกีฬาแห่งชาติ

8.1.2 ชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร

8.2 ส่วนภูมิภาค

8.2.1 สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด 76 แห่ง เป็นชมรมกีฬาผู้สูงอายุจังหวัด

8.2.2 จังหวัดนครราชสีมา

9. งบประมาณ

ได้รับงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 งบเงินอุดหนุน รายการส่งเสริมกีฬาผู้สูงอายุ จำนวน 11,000,000 บาท (สิบเอ็ดล้านบาทถ้วน)

10. แผนการจัดสรรงบประมาณ

- ส่วนกลาง 5,450,000 บาท (ห้าล้านสี่แสนห้าหมื่นบาทถ้วน)
 - ส่วนภูมิภาค 5,550,000 บาท (ห้าล้านห้าแสนห้าหมื่นบาทถ้วน)
- (รายละเอียดงบประมาณค่าใช้จ่ายแนบท้ายโครงการ)

11. ระยะเวลาดำเนินการ

- ตั้งแต่ตุลาคม 2555 – กันยายน 2556
- จัดประชุมสัมมนาประธานชมรมผู้สูงอายุและตัวแทนจังหวัด วันที่ 29-30 มีนาคม 2556
- จัดการอบรมสัมมนาผู้ตัดสินและเจ้าหน้าที่เทคนิค วันที่ 14 มิถุนายน 2556
- จัดแข่งขันมหกรรมกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ระหว่างวันที่ 14 – 16 มิถุนายน 2556

12. สถานภาพโครงการ

เป็นโครงการที่ดำเนินการต่อเนื่องตลอดปีได้รับงบประมาณปี 2555 จำนวน 10,000,000 บาท (สิบล้านบาทถ้วน)

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

- | | |
|-------------------------------|-------------------------|
| 1. นางสาวจันทร์ วรสุมนต์ | อธิบดีกรมพลศึกษา |
| 2. นายชาญวิทย์ ผลชีวิน | รองอธิบดีกรมพลศึกษา |
| 3. นายธวัช ถาวรสวัสดิ์ | รองอธิบดีกรมพลศึกษา |
| 4. นายนิวัฒน์ ลิ้มสุขนิรันดร์ | ผู้อำนวยการสำนักการกีฬา |

คณะจัดเก็บข้อมูล

1. นางสาวอารยา ถาวรสวัสดิ์
2. นางสาวไพพร ฉายศิริ
3. สิบตำรวจโทหญิงชฎิกาญจน์ ผาลใจ
4. นางสาวประครอง นามโคตร
5. นางสาวพุทธรักษา สถาวรสมิต

ผู้รวบรวมเรียบเรียงและเขียนรายงาน

1. นางสาวอารยา ถาวรสวัสดิ์
2. นางสาวไพพร ฉายศิริ

ศิลปกรรม

นายเสกสิทธิ์ สิงห์อุไร

ผู้จัดพิมพ์

นางสาวพุทธรักษา สถาวรสมิต



154 สนามกีฬาแห่งชาติ ถนนพระราม 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร 0-2214-0120 ต่อ 3609 โทรสาร 0-2214-1808