

การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น  
โรงเรียนวัดกาญจนาราม จังหวัดแพร่



เสาวลักษณ์ หงษาไช

การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองเสนอเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

หลักสูตรปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

พฤษภาคม 2555

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยพะเยา

อาจารย์ที่ปรึกษา และคณบดีวิทยาลัยการศึกษาต่อเนื่อง ได้พิจารณาการศึกษา  
ค้นคว้าด้วยตนเองเรื่อง “การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน  
วัดกาญจนาราม จังหวัดแพร่” เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา  
สาขารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต ของมหาวิทยาลัยพะเยา

.....  
(ดร.บุญลือ ฉิมบ้านไร่)

อาจารย์ที่ปรึกษา

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัตน์)

คณบดีวิทยาลัยการศึกษาต่อเนื่อง

พฤษภาคม 2555



## กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ขอขอบคุณ ดร.บุญลือ ฉิมบ้านไร่ ที่ได้ให้คำปรึกษาตลอดการศึกษานี้ ในการศึกษาวิจัยขอขอบคุณผู้อำนวยการโรงเรียนวัดกาญจนาราม จังหวัดแพร่ ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์เข้าทำโครงการวิจัยในโรงเรียน ขอขอบคุณผู้ปกครอง คุณครู และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดกาญจนาราม จังหวัดแพร่ ที่ให้ความร่วมมือให้การศึกษาวิจัยนี้ลุล่วงไปด้วยดี

เสาวลักษณ์ หงษาไช



<b>ชื่อเรื่อง</b>	การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดกาญจนาราม จังหวัดแพร่
<b>ผู้ศึกษาค้นคว้า</b>	เสาวลักษณ์ หงษาไช
<b>อาจารย์ที่ปรึกษา</b>	ดร.บุญลือ ฉิมบ้านไร่
<b>ประเภทสารนิพนธ์</b>	การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ส.ม., มหาวิทยาลัยพะเยา, 2555
<b>คำสำคัญ</b>	การใช้เวลาว่าง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดกาญจนาราม จังหวัดแพร่ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดกาญจนาราม จังหวัดแพร่ จำนวน 56 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่จะใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ในการดูหนังฟังเพลง ซึ่งนักเรียนหญิงจะใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมมากกว่านักเรียนชาย เมื่อวิเคราะห์จำแนกตามผลการเรียนพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากมีคะแนนเฉลี่ยมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย และเมื่อแสดงความสัมพันธ์พบว่า นักเรียนหญิงใช้เวลาว่างในการส่งเสริมการเรียนมากกว่าเด็กนักเรียนชาย ทำให้ทราบว่าเด็กนักเรียนหญิงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีกว่าเด็กนักเรียนชายเนื่องจากใช้เวลาว่างในการส่งเสริมการเรียนมากกว่า

**Title** THE STUDY OF USING LEISURE TIME OF SECONDARY SCHOOL STUDENT IN KANJANARAM PHRAE PROVINCE

**Author** Saowaluck Hongsachai

**Advisor** Dr.Boonlue Chimbanrai

**Academic Paper** Independent Study M.P.H., University of Phayao, 2012

**Keywords** using leisure time secondary school student academic achievement Scores

### ABSTRACT

The purpose of this research were to study the leisure time spent by secondary school student in kanjanaram Phrae province. The population were 56 secondary school student in kanjanaram Phrae province. The samples selected by purposive sampling Questionnaires were used for data collection. The data were analyzed using the SPSS program to find percentages, means, standard deviation. The study showed that the most popular leisure activity among secondary school student was watching movies and listening to music. When comparing between male and female students, it was reported the female students weve leisure activity than male students. When analyzed by the study showed. Students with good academic achievement scores than students with low achievement and in school. The variable showed that female students spend their time in promoting learning high level than male student. It was found that female students have the good academic achievement scores than male students.

## สารบัญ

บทที่	หน้า
<b>1 บทนำ</b> .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	2
สมมติฐานของการวิจัย.....	2
ขอบเขตของการวิจัย .....	2
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	2
ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย .....	3
<b>2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b> .....	5
ความหมายของเวลาว่าง .....	5
ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง .....	6
ประโยชน์ของเวลาว่าง .....	7
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่าง.....	8
ประเภทของกิจกรรมการใช้เวลาว่าง .....	9
ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ .....	12
<b>3 วิธีดำเนินการวิจัย</b> .....	17
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	17
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	18
การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	20
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	20

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
<b>4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล</b> .....	21
ตอนที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ชั้นปีที่ศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัวของ นักเรียน และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน .....	21
ตอนที่ 2 วิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำแนกตามตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออก กำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การ ใช้เวลาว่างในด้านส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน เสนอใน รูปตารางประกอบความเรียง .....	24
ตอนที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี อาชีพผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน ใน กลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Chi-square .....	33
ตอนที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้ เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้าน การทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้ เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Independent Samples T-test.....	35
<b>5 บทสรุป</b> .....	38
สรุปผลการวิจัย .....	38
อภิปรายผลการวิจัย.....	40
ข้อเสนอแนะ .....	42
<b>บรรณานุกรม</b> .....	43

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ภาคผนวก .....	46
ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่อการวิจัย .....	47
ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า .....	52





## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ชั้นปีที่ศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว ของผู้ปกครอง และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน.....	22
2 แสดงการวิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในด้านการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน .....	24
3 แสดงการวิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในด้านการใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก วิเคราะห์โดยการหา ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน.....	25
4 แสดงการวิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในด้านการใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ วิเคราะห์โดยการหา ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน.....	26
5 แสดงการวิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในด้านการใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้าน วิเคราะห์โดยการหา ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน.....	27
6 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของ นักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น .....	28
7 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่าง ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในการออก กำลังกายเพื่อนันทนาการ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาก และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย.....	29
8 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในงานอดิเรก จำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย .....	30

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
9 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในการส่งเสริมการเรียนรู้ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย ...	31
10 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในการช่วยงานบ้าน จำแนก ตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย .....	32
11 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี อาชีพผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน .....	33
12 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลา ว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงาน อดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่าง ช่วยทำงานบ้าน ในกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน .....	35
13 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ 2 ตัวแปรที่มี ความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คือ เพศ และการใช้เวลาว่าง ในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ .....	36
14 แสดงผลของ Tests of Equality of Group Means .....	36
15 แสดงผลของ Canonical Discriminant Function Coefficients.....	37

## สารบัญภาพ

ภาพ

หน้า

1	กรอบแนวคิด .....	16
---	------------------	----



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน โดยเฉพาะการอ่าน การเขียน พบว่าเป็นปัญหาที่สำคัญ ที่ทุกฝ่ายควรรีบแก้ไข เนื่องจากเด็กไทยโดยเฉลี่ยยังมีทักษะในการคิดวิเคราะห์และแยกแยะข้อมูลต่ำมาก ไม่ว่าจะดูจากการสังเกตพฤติกรรมของเด็ก ผลการสอบในประเทศอย่าง O-NET หรือโครงการประเมินผลนักเรียนนานาชาติ พบว่า นักเรียนไทยอายุ 15 ปี ประมาณร้อยละ 42.8 มีทักษะในการอ่านอยู่เพียงระดับ 1 และต่ำกว่า หมายถึง อ่านออก แต่จับใจความไม่เป็น และนักเรียนประมาณอีกร้อยละ 37 มีการอ่านถึงระดับสอง หมายถึง จับใจความได้ก็ต่อเมื่อเนื้อหาที่อ่านค่อนข้างตรงไปตรงมาเท่านั้น พูดอีกอย่างคือ นักเรียนวัย 15 ปีของไทยประมาณร้อยละ 80 (สี่ในห้าคน) มีทักษะการอ่านสูงสุดอยู่เพียงระดับสองเท่านั้น ตัวเลขนี้นอกจากจะต่ำมากแล้วยังลดลงจากผลการประเมิน PISA ปี 2546 หรือหกปีก่อนอย่างมีนัยสำคัญอีกด้วย (ในปี 2546 นักเรียนที่อ่านได้สูงสุดแค่ระดับสองมีร้อยละ 74) นอกจากนี้ ในบรรดานักเรียนที่เหลือผู้มีทักษะการอ่านระดับ 5 ซึ่งหมายถึงคนที่สามารถเข้าใจข้อเขียนที่ยากและซับซ้อน วิเคราะห์และประเมินเนื้อหาเป็น สามารถสร้างสมมติฐานจากสิ่งที่อ่านและดึงเอาความรู้สาระในนั้น มาสร้างเป็นแนวคิดของตนได้ มีเพียงร้อยละ 0.3 เท่านั้น (สฤณี อาชวานันทกุล, 2554)

ปัญหาดังกล่าวเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ และปัญหาเด็กนักเรียนใช้เวลาว่างที่ไม่มีประโยชน์ก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่งซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อการศึกษาและกลายเป็นปัญหาสังคมหลาย ๆ ด้าน เช่น เด็กติดทีวีและเกมส์ออนไลน์ เทียบกลางคืน มั่วสุมสิ่งเสพติด จากการสำรวจ พบว่าเด็กไทยใช้เวลาอยู่กับสื่อต่าง ๆ ต่อวันมากกว่าค่าเฉลี่ยตามปกติของคนเอเชียแปซิฟิก และจากการศึกษา พบว่า สื่อที่มีอิทธิพลต่อกลุ่มเด็กไทยมากที่สุดคือ มือถือคิดเป็น 69 เปอร์เซ็นต์ รองลงมาคือ อินเทอร์เน็ต 38 เปอร์เซ็นต์ และทีวี 31 เปอร์เซ็นต์ (ชำนาญ ไชยศร, 2552) ขณะเดียวกันหากเด็กเลิกใช้เวลาว่างที่คุ้มค่าและเป็นประโยชน์ โดยเฉพาะเวลาว่างที่นอกเหนือจากการเรียนด้วยการค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมเพื่อเป็นประสบการณ์แก่ตนเอง ก็อาจเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้สนใจถึงลักษณะของการใช้เวลาว่างของเด็กนักเรียนในปัจจุบันที่อาจจะมี ความแตกต่างกันตามปัจจัยหลาย ๆ ด้าน ซึ่งอาจจะส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็กนักเรียน การศึกษาครั้งนี้ อาจเป็นประโยชน์ในการช่วยให้ทางโรงเรียนและ

ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง สามารถหามาตรการหรือแนวทางในการส่งเสริมการใช้เวลาว่างที่มีประโยชน์ซึ่งอาจส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็กในทางที่ดีขึ้น

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบถึงลักษณะการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### สมมติฐานของการวิจัย

การใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในการทำกิจกรรม มีความสัมพันธ์ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study)

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการทดลองเป็นนักเรียนโรงเรียนวัดกาญจนารามระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ตำบลกาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ ปีการศึกษา 2554 จำนวนทั้งหมด 56 คน

#### ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

**ตัวแปรต้น** คือ กิจกรรมการใช้เวลาว่างของนักเรียน ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในการส่งเสริมการเรียน การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้านและข้อมูลทั่วไป

**ตัวแปรตาม** ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### นิยามศัพท์เฉพาะ

**การใช้เวลาว่าง** หมายถึง การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมด้านต่าง ๆ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดกาญจนาราม ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในการส่งเสริมการเรียน การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน

**นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น** ได้แก่ นักเรียนชายและหญิงที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น แบ่งออกเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดกาญจนาราม ตำบลกาญจนา อำเภอเมืองจังหวัดแพร่

**ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน** หมายถึง ความสามารถทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดกาญจนาราม ซึ่งวัดจากคะแนนเฉลี่ยภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2554

**ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน** หมายถึง จำนวนเงินที่นักเรียนได้รับจากผู้ปกครองเป็นค่าใช้จ่ายส่วนตัวไปโรงเรียนในแต่ละวัน

**อาชีพผู้ปกครอง** หมายถึง อาชีพของหัวหน้าครอบครัว และเป็นอาชีพหลักที่ทำรายได้ให้แก่ครอบครัว แบ่งได้ดังนี้

1. เกษตรกรรม หมายถึง ผู้ทำงานเกษตรในไร่นา ทำสวน เลี้ยงสัตว์ เพื่อจำหน่าย
2. ค้าขาย หมายถึง ผู้ประกอบการค้าทุกชนิด
3. รับจ้าง หมายถึง ผู้ที่ทำงานโดยได้รับค่าจ้างจากนายจ้างหรือบริษัทที่ไม่ใช่หน่วยงานของภาครัฐและรัฐวิสาหกิจ
4. รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ หมายถึง ผู้ที่ทำงานในหน่วยงานราชการหรือรัฐวิสาหกิจรวมทั้งองค์การระหว่างประเทศโดยได้รับค่าจ้าง

5. ธุรกิจส่วนตัว หมายถึง ผู้ที่ประกอบธุรกิจตัวเองหรือได้ดำเนินการร่วมกับผู้อื่นในรูปของห้างหุ้นส่วน โดยหวังผลกำไร หรือเป็นส่วนแบ่ง และไปจ้างผู้อื่นมาทำงานในฐานะลูกจ้าง

**สถานะภาพครอบครัว** หมายถึง สภาพความเป็นอยู่ภายในครอบครัว จำแนกเป็น

1. บิดามารดาอยู่ด้วยกัน หมายถึง ครอบครัวปกติ
2. บิดามารดาแยกกันอยู่ หมายถึง ครอบครัวแตกแยก
3. บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม หมายถึง ครอบครัวที่บิดาหรือมารดาเสียชีวิต
4. อาศัยอยู่กับปู่ย่า ตายายหรือญาติพี่น้อง หมายถึง ผู้ร่วมสายโลหิตกันทางบิดาหรือมารดา

### **ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย**

เป็นข้อมูลพื้นฐานให้กับสถานศึกษาและชุมชน ได้ตระหนักถึงปัญหาการใช้เวลาว่างของเยาวชนในพื้นที่ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในแง่การหามาตรการส่งเสริมให้นักเรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อไปและการคืนข้อมูลให้กับนักเรียน อาจช่วยให้นักเรียนมีความตระหนักถึงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ซึ่งอาจจะส่งผลถึงผลการเรียนที่ดีขึ้น นอกจากนี้การใช้เวลา

ว่างที่มีประโยชน์ยอมส่งผลต่อการลดปัญหาทางสังคม ลดการมั่วสุม ปัญหายาเสพติด หรือการ  
ใช้เวลาว่างในทางที่ผิด



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เพื่อเปรียบเทียบลักษณะการใช้เวลาว่างของนักเรียนโรงเรียนวัดกาญจนาราม ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ตำบลกาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งผู้ศึกษาได้ทบทวนเอกสารแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ครอบคลุมหัวข้อต่อไปนี้

1. ความหมายของเวลาว่าง
2. ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง
3. ประโยชน์ของเวลาว่าง
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่าง
5. ประเภทของกิจกรรมการใช้เวลาว่าง
6. ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ

#### ความหมายของเวลาว่าง

ผู้ศึกษาได้ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายของเวลาว่างซึ่งมีผู้ให้ความหมายไว้ต่าง ๆ มีรายละเอียดดังนี้

วิสคอฟ (Weiskopf, 1975, p. 3 อ้างอิงใน ธัญญรัตน์ วงศ์สมัย, 2542, หน้า 12) กล่าวถึงเวลาว่างไว้ว่า “เวลาว่าง” (Lisure) โดยทั่วไปหมายถึง เวลาอันอิสระของบุคคล หลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่จำเป็นและว่างจากการทำงานประจำ เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่เป็นส่วนตัวอย่างสมบูรณ์ หลังจากเสร็จสิ้นจากงานประจำและปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ ในช่วงเวลาอิสระที่บุคคลสามารถปฏิบัติกิจกรรมตามความพอใจ และก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม

แนช (Nash, n.d. อ้างอิงใน จรินทร์ ธาณีรัตน์, 2528, หน้า 16) กล่าวไว้ว่า เวลาว่าง (Lisure) หมายถึงเวลาที่ว่าง (Free time) จากกิจกรรมที่จำเป็นอื่น ๆ อาทิเช่น ว่างจากงานประจำเวลาพักผ่อนและเวลาที่ประกอบกิจวัตรประจำวัน สอนนันทนาการ หมายถึง การใช้เวลาว่างนั้นเพื่อประโยชน์คุณค่าในทางดีงาม จากการเข้าร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ ถ้าเด็กเรียกกิจกรรมนั้นว่า การเล่น (Play) หากเป็นคนหนุ่มสาวและผู้ใหญ่เรียกว่า เป็นกิจกรรมนันทนาการ

สมบัติ กาญจนกิจ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2535, หน้า 28-29) ได้กล่าวถึงความหมายของเวลาว่างไว้ดังนี้ เวลาว่างมาจากภาษาลาติน คือ Lisure แปลว่า การได้รับอนุญาตอิสระ



จากการงานหรือหน้าที่นอกเหนือจากงานประจำมีอิสระจากการงานหรือหน้าที่ นอกเหนือจากงานประจำมีอิสระที่จะทำอะไรตามใจปรารถนา ความหมายของเรื่องในการศึกษาเวลาว่างมีแนวคิด 5 ความหมาย คือ

1. ทักษะของเวลาว่างแบบดั้งเดิม เวลาว่างคือ เวลาที่ไม่ทำงาน
2. เวลาว่างคือ หน้าที่ของสังคมชนชั้น
3. เวลาว่างคือ กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาว่าง
4. เวลาว่าง คือ เวลา อิสระ
5. เวลาว่าง คือ วิธีชีวิต หรือสภาพที่เกิดขึ้นที่ต้องการให้บุคคลประสบความสำเร็จที่เขาต้องการจะทำได้ นอกจากนั้นได้กล่าวถึงลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเวลาว่างดังนี้

5.1 ระดับของความมีอิสระภาพ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับเวลาว่าง และการตัดสินใจเป็นเวลาอิสระ ปราศจากการควบคุม เป็นการใช้เวลาว่างอย่างอิสระในการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นเป็นการแสดงออกโดยอิสระเป็นกิจกรรมดีหรือไม่ดีก็ได้

5.2 การแสดงออกแห่งตน เวลาว่างเน้นในเรื่องการที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน สามารถจัดชั้นได้ในสถานการณ์ที่มีความสนใจ

5.3 ความพึงพอใจในกิจกรรมเวลาว่างจะต้องก่อให้เกิดความพึงพอใจไม่เน้นกฎกติกาจากเอกสารดังกล่าวจึงพอสรุปได้ว่า เวลาว่างเป็นเวลาอิสระที่ทุกคนมีอิสระในการที่จะทำกิจกรรมใด ๆ ก็ได้ที่ตนเองชอบเพื่อทำให้ตนมีความสุขเพลิดเพลิน ผ่อนคลายความตึงเครียดจากงานในหน้าที่ และเป็นการส่งเสริมความต้องการของบุคคล

### **ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง**

เวลาว่างนับเป็นปัจจัยสำคัญของการดำรงชีวิตของทุกคน โดยเฉพาะนักเรียนที่ใช้เวลาในการเล่าเรียน เป็นเวลาไม่น้อยกว่า 6 ชั่วโมง ต่อวัน เวลาที่เหลือจะเป็นเวลาที่เหมาะสมสำหรับประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ถ้าใช้เวลาว่างนี้ให้เป็นประโยชน์จะเป็นสิ่งสำคัญกับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีผู้ให้ความสำคัญและความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการใช้เวลาว่างดังนี้

ปธาน สุวรรณมงคล (ปธาน สุวรรณมงคล, 2533, หน้า 80) ได้กล่าวว่าเวลานับทรัพยากรที่มีคุณค่าและไม่อาจสะสมไว้ได้เหมือนทรัพยากรอื่น ๆ คนส่วนมากจะมองไม่เห็นความสำคัญของเวลาว่างเนื่องจากเห็นว่าเวลานั้นมีอยู่แล้ว ไม่ต้องไปขวนขวายหามาให้เหน็ดเหนื่อยมากนัก เวลานับ จึงเป็นทรัพยากรที่ทุกคนต้องให้ความสำคัญ ดังคำกล่าวที่ว่า “เวลาและวารีไม่เคยยใคร”

สมบัติ กาญจนกิจ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2535, หน้า 41) ได้สรุปให้เห็นถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างไว้ดังนี้ คือ

1. ช่วยให้บุคคลและชุมชนได้รับความสนุกสนาน มีความสุขในชีวิต และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
2. ช่วยให้บุคคลและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิต และสมรรถภาพทางกายที่ดี เกิดความสมดุลของชีวิต
3. ช่วยป้องกันอาชญากรรมและพฤติกรรมเบี่ยงเบนในทางไม่พึงประสงค์ของเยาวชนและเด็ก
4. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะได้เรียนรู้ในเรื่องหน้าที่ความรับผิดชอบ คุณค่าทางสังคม เศรษฐกิจ เสรีประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่า จริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการ รู้จักอาสาสมัครช่วยเหลือสังคม ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมของความเป็นพลเมืองดี
5. ส่งเสริมการพัฒนาอารมณ์สุข ช่วยส่งเสริมให้รู้จักพัฒนาการ และควบคุมอารมณ์ และบุคลิกภาพที่ดีอีกด้วย
6. ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ เช่น การละเล่นพื้นเมือง ประเพณีพื้นบ้าน ส่งเสริมการเรียนรู้ ทัศนคติ และความซาบซึ้ง
7. ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เช่น กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม การเดินป่าศึกษาธรรมชาติและไต่เขา เป็นต้น
8. ส่งเสริมการบำบัดรักษาการใช้เวลาว่างแก่คนป่วย ซึ่งกำลังต่อสู้กับความทุกข์ทางกายหรือจิต กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาร่างกาย กิจกรรมนันทนาการทางสังคมช่วยสร้างขวัญกำลังใจผู้ป่วย
9. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ ช่วยให้บุคคลได้แสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข กิจกรรมเกมกีฬา และกีฬาเพื่อการแข่งขัน ช่วยเสริมสร้างความสามัคคี และความเข้าใจอันดีในหมู่คณะ

### ประโยชน์ของเวลาว่าง

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับประโยชน์ของเวลาว่าง หากใช้เวลาว่างไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมแล้ว สามารถนำกิจกรรมที่นำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและสังคม มีนักการศึกษาและนักวิชาการได้กล่าวถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมไว้ดังนี้

ดวงเดือน พิศาลบุตร (ดวงเดือน พิศาลบุตร, 2515, หน้า 84 – 85) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างโดยพิจารณาว่า การใช้เวลาว่างเป็นหรือไม่เป็นนั้นเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะจะช่วยให้นักเรียนพบความสำเร็จหรือเจริญก้าวหน้าได้มากหรือรวดเร็วต่างกัน และวิธีการใช้เวลาว่างของนักเรียนยังมีผลต่อนักเรียนเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่แล้วด้วย กล่าวคือนักเรียนไม่ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่นอยู่เฉย ๆ หรือพูดคุยแต่เรื่องไร้สาระ เอาแต่สนุก ไม่ช่วยทำงานบ้าน ไม่คิดทำงาน ใช้เวลาให้หมดไปด้วยการเที่ยวเตร่ แต่นักเรียนที่รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น ช่วยงานบ้าน ศึกษาค้นคว้า ทำงานอดิเรก เป็นต้น ก็จะมีเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ครูและผู้ปกครองจึงควรสนับสนุนให้นักเรียนรู้จักแบ่งเวลาใช้เวลาว่างอย่างเหมาะสม เป็นการปลูกฝังนิสัยที่ดีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างตั้งแต่เยาว์วัย การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและครอบครัวเป็นการแสดงออกที่ถูกต้อง ช่วยปลูกฝังให้รู้คุณค่าของเวลา ทำให้มีประสบการณ์ในชีวิตการทำงานต่าง ๆ มากขึ้น ทำให้เกิดความภาคภูมิใจและเชื่อมั่นในตนเองยิ่งขึ้น และอาจช่วยเพิ่มพูนรายได้ให้กับตนเองหรือครอบครัวบ้างตามสมควร การรู้จักใช้เวลาว่างจึงมีส่วนอย่างสำคัญที่ช่วยให้ประสบความสำเร็จ

### เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่าง

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เพรสคอตต์ (Prescott, 1985, pp. 17-46 อ้างอิงใน วันรัฐ ผาติหัตถกร, 2548, หน้า 22-23) ได้สรุปองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนดังนี้

1. องค์ประกอบทางด้านร่างกาย (Physical Factors) ได้แก่ อัตราการเจริญเติบโตของร่างกาย สุขภาพร่างกาย ข้อบกพร่องทางร่างกาย และลักษณะท่าทางของร่างกาย
2. องค์ประกอบด้านความรัก (Love Factors) ได้แก่ ความสัมพันธ์ของบิดามารดา ความสัมพันธ์บิดา มารดา กับลูก ความสัมพันธ์ระหว่างลูก ๆ และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในครอบครัว
3. องค์ประกอบด้านวัฒนธรรมและสังคมประกิต (Cultural and Socialization Factors) ได้แก่ ขนบธรรมเนียมประเพณี ความเป็นอยู่ของครอบครัว สภาพแวดล้อมทางบ้าน การอบรมเลี้ยงดู และฐานะทางเศรษฐกิจที่บ้าน
4. องค์ประกอบทางด้านความสัมพันธ์ในหมู่เพื่อนวัยเดียวกัน (Peer Group Factors) ได้แก่ ความสัมพันธ์ของนักเรียนกับเพื่อนวัยเดียวกันทั้ง ทางบ้านและโรงเรียน
5. องค์ประกอบด้านการพัฒนาตนเอง (Self-Development Factors) ได้แก่ สติปัญญา ความสนใจ ทักษะคิดต่อการเรียน

6. องค์ประกอบด้านการปรับตัว (Adjustment Factors) ได้แก่การปรับตัว การแสดงออกทางอารมณ์

### ประเภทของกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

การรู้จักใช้เวลาว่างนั้นเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการดำรงชีวิตของมนุษย์อย่างหนึ่ง หากรู้จักนำเวลาว่างที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ การใช้เวลาว่างจะมีการกระทำกิจกรรมที่แตกต่างกัน สามารถแยกประเภทของการใช้เวลาว่างไว้ได้ ดังนี้

การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา หมายถึง การใช้เวลาว่างของนักเรียนที่เล่นกีฬา กับกิจกรรมการออกกำลังกาย การเล่นที่มีการเคลื่อนไหวทางกาย

เอก เกิดเต็มภูมิ (เอก เกิดเต็มภูมิ, 2540, หน้า 22) ได้ให้คำนิยามของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไว้ว่า การออกกำลังกายเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์เพื่อกระตุ้นให้ระบบทางสรีรวิทยาของร่างกายได้มีการพัฒนาตามกระบวนการโดยสมบูรณ์ซึ่งเป็นพื้นฐานของการพัฒนากระบวนการทางด้านจิตใจและกระบวนการทางด้านสังคมของมนุษย์ได้สร้างสรรค์ขึ้นสามารถแบ่งระดับของการกีฬาได้เป็น 3 ระดับ คือ

1. การกีฬาเพื่อสุขภาพและนันทนาการ
2. การกีฬาเพื่อการแข่งขัน
3. การกีฬาเพื่อสังคมและการเมือง

การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาหากได้กระทำอย่างสม่ำเสมอและให้เหมาะสมกับเพศและวัยจะให้คุณประโยชน์ต่อร่างกาย ดังที่การกีฬาแห่งประเทศไทย (2528, หน้า 10-13) ได้สรุปประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ ดังนี้

1. การเจริญเติบโต การออกกำลังกายจัดเป็นปัจจัยสำคัญอันหนึ่งที่มีต่อการเจริญเติบโต เด็กที่ไม่ค่อยได้ออกกำลังกายแต่มีอาหารการกินอุดมสมบูรณ์ อาจมีส่วนสูงและน้ำหนักตัวมากกว่าเด็กในวัยเดียวกันโดยเฉลี่ย แต่ส่วนใหญ่อ้วนแล้วจะมีไขมันมากเกินไป มีกระดูกเล็ก หัวใจมีขนาดเล็กเมื่อเทียบกับน้ำหนักตัว อ้วนแบบฉุ เป็นต้น ซึ่งถือว่าการเจริญเติบโตที่ผิดปกติ ตรงข้ามกับเด็กที่มีการออกกำลังกายถูกต้องสม่ำเสมอ ร่างกายจะผลิตฮอร์โมนที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตอย่างถูกต้อง จึงกระตุ้นให้อวัยวะต่าง ๆ เจริญขึ้นพร้อมกันไปทั้งขนาดรูปร่างและหน้าที่การทำงาน และเมื่อประกอบกับผลการออกกำลังกายที่ทำให้เจริญอาหารการย่อยและการขับถ่ายดี เด็กที่มีการออกกำลังกายอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอจึงมีการเจริญเติบโตดีกว่าเด็กที่ขาดการออกกำลังกาย

2. รูปร่างทรุดทรอง การออกกำลังกายอาจจัดเป็นได้ทั้งยาป้องกันและยารักษา จะเห็นได้ว่าการเสียทรุดทรองในช่วงของการเจริญเติบโตดังข้อ 1. ย่อมป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกาย แต่เมื่อเจริญเติบโตเต็มที่แล้ว การขาดการออกกำลังกายยังสามารถทำให้ทรุดทรองเสียไปได้อีกมาก เช่น ตัวเอียง หลังงอ พุงยื่น ซึ่งทำให้เสียบุคลิกได้อย่างมาก ในระยะนี้การกลับมาออกกำลังกายอย่างถูกต้องเป็นประจำสม่ำเสมอยังสามารถแก้ไขให้ทรุดทรองกลับดีขึ้นมาได้บ้าง แต่ต้องใช้เวลานานเป็นเดือน เป็นปี แต่บางอย่างอาจเห็นผลภายในเวลาไม่ถึงเดือน เช่น การมีพุงยื่น การบริหารกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง มีความตึงตัวเพิ่มขึ้น จนกระทั่งข้ออวัยวะภายในไว้ไม่ให้ดันออกมาเป็นพุงยื่นได้

3. สุขภาพทั่วไป เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า การออกกำลังกายเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ ถึงแม้ว่าจะไม่มีหลักฐานแน่ชัดว่า การออกกำลังกายเพิ่มภูมิคุ้มกันต่อโรคที่เกิดจากการติดเชื้อได้ แต่มีหลักฐานที่บ่งบอกว่าเมื่อนักกีฬาเกิดการบาดเจ็บจากการติดเชื้อจะหายได้เร็ว และมีโรคแทรกซ้อนได้น้อยกว่า ข้อที่ทำให้เชื่อได้แน่ชัดได้ว่า ผู้ที่ออกกำลังกายย่อมมีสุขภาพดีกว่าผู้ขาดการออกกำลังกาย คือ การที่อวัยวะต่าง ๆ มีการเจริญเติบโตดีทั้งขนาด รูปร่าง และหน้าที่การทำงาน โอกาสของการเกิดโรคที่ไม่ใช่โรคติดเชื้อ เช่น โรคความเสื่อมสมรรถภาพในการทำงานของอวัยวะเองจึงมีน้อยกว่า

4. สมรรถภาพทางกาย ถ้าจัดการออกกำลังกายเป็นยาบำรุง การออกกำลังกายถือว่าเป็นยาบำรุงอย่างดีที่สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายได้ เพราะไม่มียาใด ๆ ที่สามารถทำให้ร่างกายมีสมรรถนะเพิ่มขึ้นได้อย่างแท้จริงและถาวร ยาบางอย่างอาจทำให้ผู้ใช้สามารถทำงานบางอย่างได้นานกว่าปกติ แต่เมื่อทำไปแล้วร่างกายก็อ่อนเพลียมากจนต้องพักผ่อนนานกว่าปกติ หรือร่างกายทรุดโทรมลงไป ในทางปฏิบัติเราสามารถจะสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายทุก ๆ ด้าน เช่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความทนทานด้วยการออกกำลังกายที่ใช้สมรรถภาพทางกายด้านนั้น ๆ

5. การป้องกันโรค การออกกำลังกายสามารถป้องกันโรคได้หลายชนิด โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากการเสื่อมสมรรถภาพของอวัยวะ อันเนื่องจากการมีอายุมากขึ้น ได้แก่ โรคประสาทเสียคุณภาพ หลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคข้อต่อเสื่อมสภาพ เป็นต้น ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมีโอกาสเกิดโรคเหล่านี้ได้ช้ากว่าผู้ที่ขาดการออกกำลังกายหรืออาจไม่เกิดขึ้นเลยชั่วชีวิต

6. การรักษาโรคและฟื้นฟูสุขภาพ โรคต่าง ๆ ที่กล่าวในข้อ 5. ถ้าหากเกิดขึ้นแล้ว การจัดการออกกำลังกายที่เหมาะสมจะเป็นวิธีการรักษาและฟื้นฟูสุขภาพที่สำคัญในปัจจุบัน แต่การออกกำลังกายที่ไม่เหมาะสมทำให้มีปัญหามากขึ้น ซึ่งบางครั้งทำให้โรคได้กำเริบรุนแรงจนการออกกำลังกาย

แม่เพียงเบา ๆ ก็เป็นข้อห้ามในกรณีดังกล่าว การควบคุมโดยใกล้ชิดจากแพทย์ผู้ทำการรักษา และการตรวจสอบสภาพร่างกายโดยละเอียดเป็นระยะ จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

สรุปได้ว่า การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา หมายถึงการกระทำใด ๆ ที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ให้ประโยชน์ต่อผู้ที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอหลายประการ อาทิ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม โดยใช้กิจกรรมง่าย ๆ เช่น เดิน วิ่ง วิ่งเหยาะ ๆ การบริหารร่างกาย การเดินแอโรบิก ว่ายน้ำ ขี่จักรยาน และการที่นักเรียนซึ่งเป็นเยาวชนของชาติจะมีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดีนั้น ต้องมีการออกกำลังกายอยู่เสมอ นอกเหนือจากกิจกรรมการเรียนรู้อยู่เป็นประจำ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือสถานศึกษาจึงควรตระหนักถึงการพัฒนาเยาวชนเหล่านี้ให้มีคุณภาพ มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ โดยมีการสนับสนุนให้เกิดการใช้เวลาว่างที่มีประโยชน์ดังกล่าว

#### การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก

งานอดิเรกตามพจนานุกรมบัณฑิตราชบัณฑิตยสถาน (พจนานุกรมบัณฑิตราชบัณฑิตยสถาน, 2525, หน้า 872) กล่าวว่า งานอดิเรก คือ งานพิเศษที่ทำด้วยความเพลิดเพลิน ดังที่มีผู้ศึกษาไว้ดังนี้

สมบัติ กาญจนกิจ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2544, หน้า 47) ได้กล่าวถึงงานอดิเรกว่า เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ ตั้งแต่วัยเด็กเยาวชนและผู้สูงอายุ เป็นการส่งเสริมการสร้างประสบการณ์ชีวิต เป็นการบำบัดทางกายและทางจิตใจ ส่งเสริมโอกาสให้คนเลือกกิจกรรมตามความสนใจ สัมผัสใจ และกระทำด้วยความเต็มใจในช่วงเวลาอิสระ เวลาว่าง เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลและสังคม

#### ประเภทของงานอดิเรก

1. งานอดิเรกประเภทแสดงหรือกระทำ เช่น ประดิษฐ์ ต่อเติม วาดภาพ
2. งานอดิเรกประเภทสะสม เช่น สะสมแสตมป์ เหรียญที่ระลึก ของเก่า
3. งานอดิเรกประเภทสร้างสรรค์ เช่น แกะสลัก วาดภาพ ออกแบบพัฒนาเกมส์
4. งานอดิเรกประเภทศึกษาการเรียนรู้ เช่น เรียนรู้เทคนิคสิ่งต่าง ๆ ศึกษาในศาสตร์

ใหม่ ๆ

#### คุณค่าของงานอดิเรก

1. เป็นการผ่อนคลายความเครียดของบุคคลและชุมชน
2. เป็นการส่งเสริมสุขภาพจิต
3. เป็นกิจกรรมที่ต่อต้านความเบื่อหน่าย หรือเวลาว่างเชิงบังคับ
4. เป็นการบริการตนเองและชุมชน

5. เป็นการแสดงออกทางสร้างสรรค์
6. เป็นสิ่งที่มีจุดหมาย หรือทดแทนโอกาสตกงาน
7. เป็นสื่อความรู้ และทักษะการเรียนรู้ในสิ่งที่ตนเองไม่รู้มาก่อน
8. เพื่อส่งเสริมความสมดุลในกิจกรรมงานเวลาว่างนันทนาการ
9. เพื่อส่งเสริมและตอบสนองของความต้องการของสังคม
10. ส่งเสริมให้ประชากรวัยสูงอายุได้กระทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดคุณค่า และมีจุดหมาย

สร้างความสมดุลของชีวิต

11. ซาบซึ้งในศิลปะ ความประทับใจ เป็นการบำบัด

งานอดิเรกดังกล่าวอาจสามารถช่วยพัฒนาทักษะจนกลายเป็นรายได้เสริม หรือเกิดอาชีพเสริมเศรษฐกิจของบุคคลและสังคมได้ด้วย

1. การใช้เวลาว่างในการส่งเสริมการเรียนรู้

2. การใช้เวลาว่างในการส่งเสริมการเรียนรู้ หมายถึง การใช้เวลาว่างของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการเรียน ได้แก่ การทำการบ้าน การทบทวนบทเรียน การเตรียมตัวก่อนเรียน การอ่านหนังสือประกอบบทเรียน การเข้าห้องสมุด และการเรียนพิเศษ เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า กิจกรรมในยามว่างที่ทำให้เกิดประโยชน์กับตนเองและสังคมนั้น มีหลากหลายเราสามารถเลือกทำได้ตามความสนใจและสมัครใจ เหมาะสมกับเพศและวัยแล้วเกิดความสุข นอกจากนั้นกิจกรรมบางอย่างยังช่วยเพิ่มพูนรายได้ให้กับครอบครัวอีกด้วย

### ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ

กิจกรรมนันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลเลือกทำในเวลาว่างจากภารกิจประจำ ทำด้วยความสมัครใจ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคล สังคมและส่วนรวม กิจกรรมนันทนาการมีหลายประเภท ซึ่งบุคคลสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตรงความต้องการ ความสนใจ และความถนัดของแต่ละบุคคล โดยที่มนุษย์ล้วนมีความต้องการที่จะแสดงออกถึงความรู้สึก ความคิดสร้างสรรค์ และสื่อความรู้สึกนึกคิดนั้นสู่คนอื่น ดังนั้นกิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้มนุษย์ได้แสดงออกถึงความสามารถทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ความรู้สึก และความคิดสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ดังที่ ชูชีพ เยาวพัฒน์ (2543, หน้า 38-39) ได้กล่าวถึงกิจกรรมนันทนาการที่เป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพชีวิตว่า กิจกรรมนันทนาการได้ครอบคลุมถึงการจัดกิจกรรมเพื่อมุ่งเน้นพัฒนาคนในแต่ละด้าน ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการนันทนาการมีการดำเนินการโดยใช้กิจกรรมเป็นสื่อที่สำคัญ กิจกรรมนันทนาการดังกล่าวได้แก่

1. ศิลปหัตถกรรม (Arts and crafts) เป็นกิจกรรมที่ผู้เข้าร่วมต้องใช้มือปฏิบัติ เช่น การฝีมือ การปั้นวาดเขียน แกะสลัก จักสาน งานฉลุ งานไม้ เย็บปักถักร้อย และการนำวัสดุที่เหลือใช้ต่าง ๆ มาประดิษฐ์ให้เกิดประโยชน์ ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวหวังแต่ความเพลิดเพลินเท่านั้น ไม่หวังที่จะเป็นการเลี้ยงชีพหรือยึดเป็นอาชีพ

2. กิจกรรมทางพลศึกษา (Physical activities) ได้แก่ กิจกรรมเกมกีฬาทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นประเภทเดี่ยว คู่ หรือทีม ทั้งที่เล่นในร่มและกลางแจ้ง รวมถึงกีฬาทางน้ำด้วย ซึ่งสิ่งทีกล่าวมาแล้วล้วนแต่จัดรวมเป็นประเภทกิจกรรมนันทนาการทางพลศึกษาทั้งสิ้น เช่น หมากรุก หมากรอส แบดมินตัน ยิมนาสติก ฟุตบอล บาสเกตบอล เบสบอล เทนนิส ตะกร้อ วายน้ำ แข่งเรือ และโปโลน้ำ เป็นต้น

3. งานอดิเรก (Hobbies) คนส่วนใหญ่มักเข้าใจว่างานอดิเรก หมายถึง กิจกรรมนันทนาการ และกิจกรรมนันทนาการ หมายถึง งานอดิเรก แต่ในความจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ งานอดิเรกเป็นเพียงส่วนหนึ่งของกิจกรรมนันทนาการใน 11 ส่วนเท่านั้น เช่น ทำสวนครัว สวนดอกไม้ สะสมแสตมป์ สะสมยางลบ เป็นต้น ดังที่ จอห์น เอช. เจนนี่ (John H. Jenney) ได้เขียนไว้ในหนังสือ Introduction to recreation Education อธิบายถึงคำว่า “งานอดิเรก” ไว้ว่า งานอดิเรกนั้นสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

3.1 งานอดิเรกประเภทสะสม (Collecting hobbies) หมายถึง การเก็บสะสมสิ่งต่าง ๆ เพื่อความเพลิดเพลินและความสุขใจ เช่น ธนบัตร เหรียญสตางค์ สะสมภาพ สะสมบัตรโทรศัพท์ และสะสมแสตมป์ เป็นต้น

3.2 งานอดิเรกประเภทสร้างสรรค์ประดิษฐ์ (Creative hobbies) หมายถึง งานสร้างสรรค์และงานประดิษฐ์ เช่น ประดิษฐ์ดอกไม้หรือต้นไม้ที่ทำจากกระดาษหรือพลาสติก การทำตุ๊กตา การถักไหมพรม และการแกะสลัก เป็นต้น

4. ดนตรี (Music) หมายถึง กิจกรรมทางดนตรีทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นการร้องเพลง เล่นดนตรี หรือการแต่งเพลง ซึ่งให้ความบันเทิงแก่ผู้เล่นและผู้ฟัง เช่น ดนตรีไทย ดนตรีสากล ดนตรีพื้นเมือง และคอนเสิร์ต เป็นต้น

5. กิจกรรมเข้าจังหวะ (Rhythmic activities) หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ที่เคลื่อนไหวโดยใช้เสียงดนตรีเป็นตัวกำหนดจังหวะ เช่น การเต้นรำ การฟ้อนรำ การเต้นรำพื้นเมือง (Folkdance) ของชาติต่าง ๆ ฟ้อนเงี้ยว รำวง บัลเลต์ (Ballet) นาฏศิลป์ ฯลฯ นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมบางประเภทที่มีทั้งการร้องและการรำผสมผสานกัน เช่น การเล่นเพลงรำตัด เพลงฉ่อย ร้องรำมโนห์รา และเพลงพวงมาลัย เป็นต้น



6. ละคร ภาพยนตร์และการแสดง (Drama) หมายถึง การแสดงละครทุกชนิด เช่น ละครพื้นบ้าน นาฏศิลป์ มโนห์รา โขน หนังตะลุง ละครร้อง ละครรำ อุปรากร (Opera) และภาพยนตร์ เป็นต้น

7. กิจกรรมนันทนาการนอกเมืองหรือกิจกรรมกลางแจ้ง (Outdoor recreation) หมายถึง กิจกรรมนันทนาการที่ใช้ธรรมชาติป่าไม้ ภูเขา น้ำตก ชายหาด ชายทะเล เป็นองค์ประกอบ ในการดำเนินกิจกรรมนันทนาการซึ่งได้แก่ การศึกษาธรรมชาติ เทียวป่า ชมอุทยาน ตั้งค่ายพักแรม ปีนเขา เดินทางไกล ล่องแก่งและชมน้ำตก เป็นต้น

8. กิจกรรมประเภทสื่อความหมาย (Communication activities) หมายถึง กิจกรรมประเภท วรรณกรรม เช่น การอ่านหนังสือ เขียนจดหมาย เขียนบทความ เขียนนวนิยาย บทวิจารณ์ ภาพยนตร์ กลอน โคลง ฉันท์ ใต้เวทีและปาฐกถา เป็นต้น

9. กิจกรรมทางสังคม (Social activities) หมายถึง กิจกรรมที่มีส่วนร่วมในสังคม เช่น งานพบปะสังสรรค์ งานสโมสร งานสมาคม งานวันเกิด งานปีใหม่ งานกีฬา เป็นต้น

10. กิจกรรมพิเศษ (Special events) หมายถึง กิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อเป็นประโยชน์ต่อ ประชาชน เช่น งานปีใหม่ วันสงกรานต์ คริสต์มาส ลอยกระทง และงานฝังลูกนิมิต เป็นต้น

11. กิจกรรมอาสาสมัคร (Voluntary activities) หมายถึง กิจกรรมที่ให้การบริการเพื่อ สาธารณประโยชน์ เช่น การพัฒนาโรงเรียน พัฒนาวัด สถานสงเคราะห์เด็กอ่อน คนพิการ คนชราและมูลนิธิต่าง ๆ เป็นต้น

นอกจากนี้ สมบัติ กาญจนกิจ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2544, หน้า 38-55) ได้กล่าวถึง กิจกรรมเวลาว่างที่สำคัญและช่วยให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน ได้แก่

1. ศิลปหัตถกรรม
2. เกม กีฬา และกรีฑา
3. เดินร่ำ ฟ้อนร่ำพื้นเมือง
4. ดนตรี และร้องเพลง
5. การอ่าน เขียน พุด
6. ละครและการละเล่นพื้นเมือง
7. กิจกรรมทางสังคม
8. กิจกรรมนอกเมือง กิจกรรมกลางแจ้ง
9. งานอดิเรก ทั้งประเภทเก็บสะสม และประดิษฐ์สร้างสรรค์
10. กิจกรรมประเภทอาสาสมัครช่วยเหลือบริการชุมชน
11. กิจกรรมพิเศษต่าง ๆ เช่น งานเทศกาล งานฉลองและประเพณีของท้องถิ่นต่าง ๆ

12. กิจกรรมนันทนาการสุขสงบ เช่น สมาธิ โยคะ การผ่อนคลาย

13. การท่องเที่ยวทัศนศึกษา

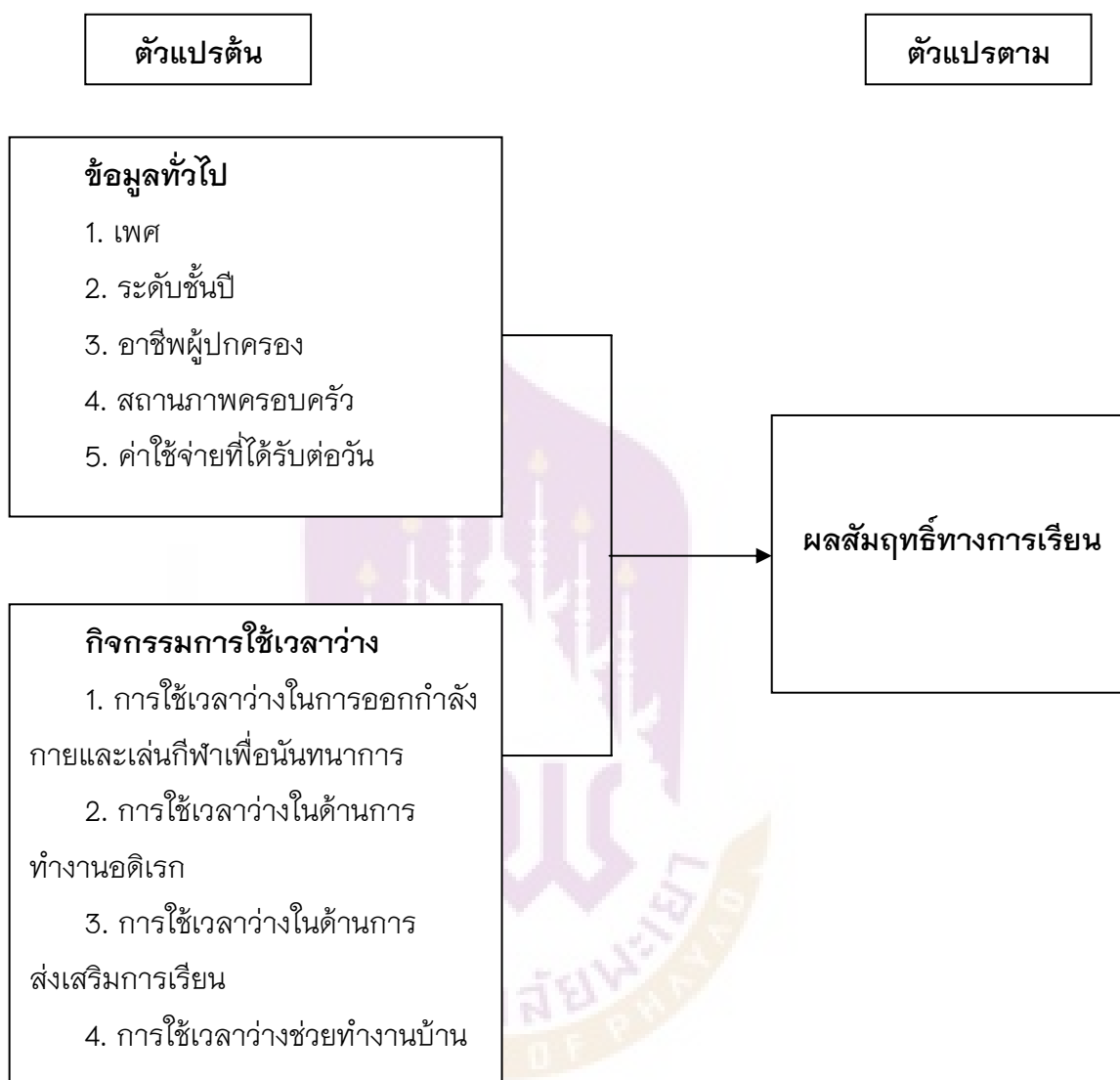
14. กิจกรรมสุขภาพเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพ

15. กิจกรรมนันทนาการกลุ่มสัมพันธ์และมนุษย์สัมพันธ์

ทั้งหมดนี้ เป็นกิจกรรมนันทนาการที่สามารถนำไปใช้ในการจัดการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้สังคมมีความสุข ซึ่งในการเลือกปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างนั้นต้องคำนึงถึงเพศและวัย รวมทั้งความปลอดภัยเป็นสำคัญจะทำให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแก่ตนเองและสังคมต่อไป



### กรอบแนวคิด



ภาพ 1 กรอบแนวคิด

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive study) เพื่อเปรียบเทียบลักษณะการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดกาญจนาราม ตำบลกาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ ปีการศึกษา 2554 กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยผู้ศึกษาได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้การศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนโรงเรียนวัดกาญจนารามระดับมัธยมศึกษาตอนต้นตำบลกาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ ปีการศึกษา 2554 จำนวนทั้งหมด 56 คน

1. ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จากการคำนวณสูตรของ Taro Yamane

$$n = 56 / [1 + 56(0.05)^2] = 49.12$$

ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง 49 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างระหว่างการทดลองจึงกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับขนาดประชากร คือ 56 คน

2. เกณฑ์คัดนักเรียนเข้ากลุ่มทดลอง (Inclusion criteria)

2.1 เป็นนักเรียนโรงเรียนวัดกาญจนารามระดับมัธยมศึกษาตอนต้นตำบลกาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ ปีการศึกษา 2554

2.2 นักเรียนสามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้

2.3 นักเรียนมีสภาพร่างกายและจิตใจ ไม่เป็นอุปสรรคในการร่วมการทดลอง

2.4 นักเรียนสมัครใจเข้าร่วมการทดลองตลอดการวิจัย

3. เกณฑ์คัดนักเรียนออกจากกลุ่มทดลอง (Exclude criteria)

3.1 ไม่ได้เป็นนักเรียนโรงเรียนวัดกาญจนารามระดับมัธยมศึกษาตอนต้นตำบล  
กาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ ปีการศึกษา 2554

3.2 นักเรียนไม่สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้

3.3 นักเรียนมีสภาพร่างกายและจิตใจ เป็นอุปสรรคในการร่วมการทดลอง

3.4 นักเรียนไม่สมัครใจเข้าร่วมการทดลองตลอดการวิจัย

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนโรงเรียน  
วัดกาญจนาราม ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น แบ่งออกได้ดังนี้

#### ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

ลักษณะแบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักเรียนประกอบด้วย เพศ  
ระดับชั้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง สถานะภาพครอบครัว ค่าใช้จ่ายที่ได้รับ  
มาโรงเรียน (ต่อวัน)

#### ตอนที่ 2 แบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนโรงเรียนวัดกาญจนาราม ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่าง 4 ด้าน คือ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและ  
เล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านการ  
ส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน โดยจัดลำดับการใช้เวลาว่างของนักเรียนเป็น  
5 ระดับ โดยกำหนดเกณฑ์ดังต่อไปนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ทำกิจกรรมทุกวัน
มาก	หมายถึง	ทำกิจกรรม 5-6 ครั้ง/สัปดาห์
ปานกลาง	หมายถึง	ทำกิจกรรม 3-4 ครั้ง/สัปดาห์
น้อย	หมายถึง	ทำกิจกรรม 2 ครั้ง/สัปดาห์
น้อยที่สุด	หมายถึง	ทำกิจกรรม 1 ครั้ง/สัปดาห์
ไม่ได้ทำ	หมายถึง	ไม่ได้ทำกิจกรรมนั้นเลย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้กำหนดเกณฑ์ในการแปลความหมาย (พวงรัตน์ ทวีรัตน์,  
2540, หน้า 48-49 อ้างอิงใน พัชรา เทียมเพชร, 2548) การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาตอนต้นในสถานศึกษาชั้นพื้นฐาน เขตตรวจราชการที่ 3

ปริมาณการใช้เวลาว่าง มากที่สุด มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.50-5.00

ปริมาณการใช้เวลาว่าง มาก มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.50-4.49

ปริมาณการใช้เวลาว่าง ปานกลาง มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.50-3.49

ปริมาณการใช้เวลาว่าง น้อย มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 1.50-2.49

ปริมาณการใช้เวลาว่าง น้อยที่สุด มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 1.00-1.49

### ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ในการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. ศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้
2. สร้างเครื่องมือเป็นแบบสอบถามฉบับร่าง แบ่งเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 เป็นแบบข้อมูลส่วนตัว ตอนที่ 2 เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scales) มี 6 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด และไม่ได้ทำ

3. นำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษา

4. นำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาเรียบร้อยแล้วไปตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยดำเนินการดังนี้

4.1 หาค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) นำแบบสอบถามที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบแก้ไขเกี่ยวกับขอบเขตของเนื้อหา ความตรง และความครอบคลุมของเนื้อหาที่จะทำการศึกษา โดยใช้ดุลยพินิจพิจารณาเป็นรายข้อว่า แต่ละข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์หรือไม่ โดยพิจารณาจากเกณฑ์กำหนดน้ำหนักคะแนนของ พวงรัตน์ ทวีรัตน์ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2538, หน้า 14-15)

คะแนน +1 เมื่อแน่ใจว่า แบบสอบถามนั้นมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และเนื้อหา

คะแนน 0 เมื่อไม่แน่ใจว่า แบบสอบถามนั้นมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และเนื้อหา

คะแนน -1 เมื่อแน่ใจว่า แบบสอบถามนั้นไม่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และเนื้อหา

บันทึกผลความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญแต่ละข้อแล้วนำไปหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างแบบสอบถามกับวัตถุประสงค์ และเลือกข้อคำถามที่มีดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.5 หรือมากกว่าไปใช้ในการสอบถาม

4.2 นำแบบสอบถามที่ผ่านขั้นตอนในข้อ 4.1 ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 20 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยนี้ แล้วนำผลการทดสอบไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับ โดยวิธีวิเคราะห์ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา

## 5. นำแบบสอบถามไปดำเนินการใช้ตามกระบวนการวิจัยต่อไป

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้ศึกษาขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยพะเยา เพื่อไปขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเข้าทำการวิจัยจากผู้อำนวยการโรงเรียนวัดกาญจนาราม
2. ผู้ศึกษาส่งหนังสือขออนุญาตผู้ปกครองเพื่อให้เด็กในปกครองเข้าร่วมโครงการวิจัย
3. ผู้ศึกษานำแบบสอบถามเรื่องการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดกาญจนาราม ไปให้ประชากรกลุ่มเป้าหมายตอบจำนวน 56 ฉบับ ซึ่งแบบสอบถามมีทั้งหมด 2 ตอน ตอนที่ 1 มี 6 ข้อ ตอนที่ 2 มี 5 ข้อ ใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที หลังเลิกเรียนวิชาสุดท้ายของวันเพื่อจะได้ไม่รบกวนเวลาการเรียนตามปกติ
4. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อนำมาวิเคราะห์ทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลของประชากรด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) คือ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้สถิติ Chi-square เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรข้อมูลทั่วไป

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้านในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Independent Samples T-test ใช้สถิติ discriminant analysis (DA) ทดสอบ ตัวแปร 2 ตัว ที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้ศึกษาแบ่งการวิเคราะห์ออกเป็นขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

การวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งนี้ ผู้ศึกษานำเสนอเป็นตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ชั้นปีที่ศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัวของนักเรียน และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน เสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี อาชีพผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Chi-square

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Independent Samples T-test

ตอนที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ชั้นปีที่ศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัวของนักเรียน และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน



ตาราง 1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ชั้นปีที่ศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัวของผู้ปกครอง และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน

ตัวแปร	องค์ประกอบ	จำนวน	ร้อยละ
ระดับชั้น	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	17	32.7
	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2	23	44.2
	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	12	23.1
<b>รวม</b>		<b>52</b>	<b>100</b>
เพศ	ชาย	31	59.6
	หญิง	21	40.4
<b>รวม</b>		<b>52</b>	<b>100</b>
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	ค่าระดับคะแนนสะสม 3.00-4.00	41	78.8
	ค่าระดับคะแนนสะสม 2.00-2.99	11	22.2
	ค่าระดับคะแนนสะสม 1.00-1.99	0	0
<b>รวม</b>		<b>52</b>	<b>100</b>
อาชีพผู้ปกครอง	เกษตรกรรวม	6	11.5
	ค้าขาย	5	9.6
	รับจ้าง	37	71.2
	รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ	1	1.9
	ธุรกิจส่วนตัว	3	5.8
<b>รวม</b>		<b>52</b>	<b>100</b>
สถานภาพครอบครัว	บิดามารดาอยู่ด้วยกัน	35	67.3
	บิดามารดาแยกกันอยู่	7	13.5
	บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม	5	9.6
	อาศัยอยู่กับปู่ย่า/ตายาย หรือญาติพี่น้อง	5	9.6
<b>รวม</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

ตาราง 1 (ต่อ)

ตัวแปร	องค์ประกอบ	จำนวน	ร้อยละ
ค่าใช้จ่ายที่ได้รับมาโรงเรียน (ต่อวัน)	ไม่ได้รับค่าใช้จ่าย	1	1.9
	ได้รับ 1-10 บาท	2	3.8
	ได้รับ 11-20 บาท	26	50
	ได้รับ 21-30 บาท	16	30.8
	ได้รับ 31-40 บาท	5	9.6
	ได้รับมากกว่า 41 บาทขึ้นไป	2	3.8
<b>รวม</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

การศึกษาข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคลของเด็กนักเรียนจำนวน 52 คน พบว่า เพศ ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 59.6 เพศหญิง ร้อยละ 40.4 ตามลำดับระดับชั้น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 32.7 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 44.2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 23.1

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ค่าระดับคะแนนสะสม 3.00-4.00 คิดเป็นร้อยละ 78.8 ค่าระดับคะแนนสะสม 2.00-2.99 คิดเป็นร้อยละ 22.2 ค่าระดับคะแนนสะสม 1.00-1.99 คิดเป็นร้อยละ 0

อาชีพของผู้ปกครอง มีอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 71.2 อาชีพเกษตรกรคิดเป็นร้อยละ 11.5 ค้าขายคิดเป็นร้อยละ 9.6 รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจคิดเป็นร้อยละ 1.9 ธุรกิจส่วนตัวคิดเป็นร้อยละ 5.8

ด้านสถานภาพครอบครัวของนักเรียน บิดามารดาอยู่ด้วยกัน คิดเป็น ร้อยละ 63.7 บิดามารดาแยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 13.5 บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม คิดเป็นร้อยละ 9.6 อาศัยอยู่กับปู่ย่า/ตายาย คิดเป็นร้อยละ 9.6

ค่าใช้จ่ายที่ได้รับมาโรงเรียนต่อวัน ไม่ได้รับค่าใช้จ่าย คิดเป็นร้อยละ 1.9 ได้รับ 1-10 บาท คิดเป็นร้อยละ 3.8 ได้รับ 11-20 บาท คิดเป็นร้อยละ 50 ได้รับ 21-30 บาท คิดเป็นร้อยละ 30.8 ได้รับ 31-40 คิดเป็นร้อยละ 9.6 ได้รับมากกว่า 41 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 3.8

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน เสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

ตาราง 2 แสดงการวิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

กิจกรรม	ค่าเฉลี่ย	S.D.
1. ฟุตบอล	1.85	1.70
2. บาสเกตบอล	.85	1.04
3. วอลเลย์บอล	1.33	1.40
4. เซปักตะกร้อ	1.46	1.51
5. เทเบิลเทนนิส	.79	1.29
6. แบดมินตัน	1.83	1.62
7. ริ่ง	2.77	1.34
8. เต็นแอโรบิค	3.79	1.42
9. ปั่นจักรยาน	3.60	1.36
10. ว่ายน้ำ	1.04	1.19
<b>รวม</b>	<b>1.93</b>	<b>1.38</b>

จากตาราง 2 แสดงว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการโดยรวมอยู่ในระดับน้อย ค่าเฉลี่ย 1.93 เมื่อพิจารณารายข้อพบว่าการใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ อยู่ในระดับมาก ได้แก่ ข้อ 8 แอโรบิค ค่าเฉลี่ย 3.79 และปั่นจักรยาน ค่าเฉลี่ย 3.60 และใช้เวลาว่างอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ข้อ 7 ริ่ง ค่าเฉลี่ย 2.77 นอกนั้นอยู่ในระดับน้อย

ตาราง 3 แสดงการวิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น  
 ในด้านการใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย  
 และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

รายการ	ระดับการใช้เวลาว่าง (n=52)		
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับ
1. ประดิษฐ์ของเล่น	1.60	1.32	น้อย
2. ตกแต่งบ้าน	2.17	1.56	น้อย
3. เลี้ยงสัตว์	2.79	1.65	ปานกลาง
4. ปลูกต้นไม้	2.21	1.47	น้อย
5. สะสมสิ่งของ	2.27	1.61	น้อย
6. วาดภาพ	2.44	1.50	น้อย
7. ทำอาหาร	2.46	1.69	น้อย
8. ข่ายของ	1.13	1.36	น้อยที่สุด
9. เล่นดนตรี	2.46	1.78	น้อย
10. ดูหนัง/ฟังเพลง	4.17	.96	มาก
11. อ่านหนังสือ	3.13	.91	ปานกลาง
12. เล่นเกมส์	2.35	1.53	น้อย
13. ซัอปปิ้ง	2.02	1.45	น้อย
14. เล่นกีฬา	3.15	1.42	ปานกลาง
<b>รวม</b>	<b>2.45</b>	<b>1.44</b>	<b>น้อย</b>

จากตาราง 3 แสดงว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก โดยรวมอยู่ในระดับน้อย ค่าเฉลี่ย 2.45 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรกอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ดูหนัง/ฟังเพลง ค่าเฉลี่ย 4.17 และใช้เวลาว่างอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ อ่านหนังสือ ค่าเฉลี่ย 3.13 เล่นกีฬา ค่าเฉลี่ย 3.15 เลี้ยงสัตว์ ค่าเฉลี่ย 2.79 นอกนั้นอยู่ในระดับน้อย

ตาราง 4 แสดงการวิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น  
 ในด้านการใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

รายการ	ระดับการใช้เวลาว่าง (n=52)		
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับ
1. อ่านหนังสือ	2.94	1.09	ปานกลาง
2. ทำการบ้าน	2.92	1.22	ปานกลาง
3. เข้าห้องสมุด	3.27	1.11	ปานกลาง
4. เรียนพิเศษ/ติวหนังสือ	1.54	1.29	น้อย
5. ค้นหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต	2.75	1.41	ปานกลาง
6. ชมรายการโทรทัศน์	3.79	1.24	มาก
7. ฟังรายการวิทยุ	2.44	1.50	น้อย
<b>รวม</b>	<b>2.8</b>	<b>1.26</b>	<b>ปานกลาง</b>

จากตาราง 4 แสดงว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ โดยรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ค่าเฉลี่ย 2.8 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ อยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 6. ชมรายการโทรทัศน์ ค่าเฉลี่ย 3.79 และใช้เวลาว่างอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ข้อ 3. เข้าห้องสมุด ค่าเฉลี่ย 3.27 ข้อ 1. อ่านหนังสือ ค่าเฉลี่ย 2.94 ข้อ 2. ทำการบ้าน ค่าเฉลี่ย 2.92 ข้อ 5. ค้นหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต ค่าเฉลี่ย 2.75 นอกนั้นอยู่ในระดับน้อย

ตาราง 5 แสดงการวิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น  
 ในด้านการใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้าน วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย  
 และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

รายการ	ระดับการใช้เวลาว่าง (n=52)		
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับ
1. หุงหาอาหาร	3.04	1.31	ปานกลาง
2. ทำความสะอาดบ้าน	3.13	1.21	ปานกลาง
3. จ่ายกับข้าว	2.06	1.51	น้อย
4. ซักรีดผ้า	3.15	1.72	ปานกลาง
5. เลี้ยงเด็ก/น้อง	1.90	1.82	น้อย
<b>รวม</b>	<b>2.65</b>	<b>1.51</b>	<b>ปานกลาง</b>

จากตาราง 5 แสดงว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้าน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 2.65 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้าน อยู่ในระดับปานกลางได้แก่ ข้อ 4. ซักรีดผ้า ค่าเฉลี่ย 3.15 ข้อ 2. ทำความสะอาดบ้าน ค่าเฉลี่ย 3.13 ข้อ 1. หุงหาอาหาร ค่าเฉลี่ย 3.04 นอกนั้นอยู่ในระดับน้อย

ตาราง 6 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

รายการ	ระดับการใช้เวลาว่าง (n=52)		
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับ
1. การออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ	1.93	1.38	น้อย
2. การทำงานอดิเรก	2.45	1.44	น้อย
3. การส่งเสริมการเรียนรู้	2.80	1.26	ปานกลาง
4. การช่วยเหลืองานบ้าน	2.65	1.51	ปานกลาง
<b>รวม</b>	<b>2.46</b>	<b>1.40</b>	<b>น้อย</b>

จากตาราง 6 แสดงว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใช้เวลาว่าง โดยรวมทุกด้าน อยู่ในระดับน้อย ค่าเฉลี่ย 2.46 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ใช้เวลาว่างอยู่ในระดับปานกลาง คือ ข้อ 3. การส่งเสริมการเรียนรู้ ค่าเฉลี่ย 2.8 ข้อ 4. การช่วยเหลืองานบ้าน ค่าเฉลี่ย 2.65 อยู่ในระดับปานกลาง นอกนั้นอยู่ในระดับน้อย

ตาราง 7 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อ  
นันทนาการ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการ  
เรียนน้อย

ที่	รายการ	ผลสัมฤทธิ์		ผลสัมฤทธิ์		t	P
		ทางการเรียนน้อย		ทางการเรียนมาก			
		ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.		
		(n=52)		(n=52)			
1	ฟุตบอล	2.09	1.700	1.78	1.710	.535	.595
2	บาสเกตบอล	.64	.809	.90	1.091	-.753	.455
3	วอลเลย์บอล	1.18	1.401	1.37	1.410	-.385	.702
4	เซปักตะกร้อ	1.45	1.440	1.46	1.551	-.017	.986
5	เทเบิลเทนนิส	.91	1.446	.76	1.261	.347	.730
6	แบดมินตัน	1.09	1.221	2.02	1.666	-1.733	.089
7	วิ่ง	2.91	.944	2.73	1.432	.490	.629
8	เต้นแอโรบิค	3.82	1.079	3.78	1.509	.077	.939
9	ปั่นจักรยาน	2.91	1.514	3.78	1.275	-1.935	.059
10	ว่ายน้ำ	1.27	1.272	.98	1.172	.733	.467

จากตาราง 7 แสดงว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนบ้านกาญจนาภิเษก ที่มี  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ใช้เวลาว่างในด้านกรอกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อ  
นันทนาการ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ทุกข้อมีความแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทาง  
สถิติที่ระดับ .05



ตาราง 8 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในงานอดิเรก จำแนกตาม  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย

ที่	รายการ	ผลสัมฤทธิ์		ผลสัมฤทธิ์		t	P
		ทางการเรียนน้อย		ทางการเรียนมาก			
		ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.		
		(n=52)		(n=52)			
1	ประดิษฐ์ของเล่น	1.45	.934	1.63	1.410	-.398	.692
2	ตกแต่งบ้าน	1.64	1.362	2.32	1.588	-1.297	.201
3	เลี้ยงสัตว์	2.09	1.640	2.98	1.620	-1.604	.115
4	ปลูกต้นไม้	1.73	1.009	2.34	1.559	-1.234	.223
5	สะสมสิ่งของ	1.36	1.120	2.51	1.645	-2.176	.034
6	วาดภาพ	2.00	1.414	2.56	1.517	-1.103	.275
7	ทำอาหาร	2.09	1.446	2.56	1.747	-.819	.417
8	ขายของ	1.55	1.809	1.02	1.214	.902	.384
9	เล่นดนตรี	2.36	1.748	2.49	1.804	-.204	.839
10	ดูหนัง/ฟังเพลง	3.55	.934	4.34	.911	-2.559	.014
11	อ่านหนังสือ	2.36	1.027	3.34	.762	-3.504	.001
12	เล่นเกมส์	2.55	1.695	2.29	1.504	.482	.632
13	ข้อปิ้ง	1.55	1.508	2.15	1.424	-1.228	.225
14	เล่นกีฬา	3.73	1.191	3.00	1.449	1.528	.133

จากตาราง 8 แสดงว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนบ้านกาญจนาภิเษม ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรกส่วนใหญ่ไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ สะสมสิ่งของ ดูหนัง/ฟังเพลง และอ่านหนังสือ โดยนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาก มีค่าเฉลี่ยมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย นอกนั้นไม่มีความแตกต่าง

ตาราง 9 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ จำแนก  
ตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย

ที่	รายการ	ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนน้อย (n=52)		ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนมาก (n=52)		t	P
		ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.		
		1	อ่านหนังสือ	2.09	1.221		
2	ทำการบ้าน	1.82	1.471	3.22	.962	-2.993	.011
3	เข้าห้องสมุด	2.55	1.214	3.46	1.002	-2.579	.013
4	เรียนพิเศษ/ติวหนังสือ	.91	1.221	1.71	1.270	-1.866	.068
5	ค้นหาข้อมูลจาก อินเทอร์เน็ต	2.36	1.362	2.85	1.424	-1.022	.312
6	ชมรายการโทรทัศน์	3.00	1.183	4.00	1.183	-2.489	.016
7	ฟังรายการวิทยุ	1.82	1.079	2.61	1.563	-1.576	.121

จากตาราง 9 แสดงว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนบ้านกาญจนาราม ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ส่วนใหญ่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ อ่านหนังสือ ทำการบ้าน เข้าห้องสมุด และชมรายการโทรทัศน์ โดยนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากมีค่าเฉลี่ยมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย นอกนั้นไม่มีความแตกต่าง

ตาราง 10 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในการช่วยงานบ้าน จำแนกตาม  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย

ที่	รายการ	ผลสัมฤทธิ์		ผลสัมฤทธิ์		t	P
		ทางการเรียนน้อย		ทางการเรียนมาก			
		ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.		
		(n=52)		(n=52)			
1	หุงหาอาหาร	2.82	1.537	3.10	1.261	-.623	.536
2	ทำความสะอาดบ้าน	2.82	.874	3.22	1.275	-.980	.332
3	จ่ายกับข้าว	1.91	1.446	2.10	1.546	-.364	.718
4	ซักรีดผ้า	1.64	1.433	3.56	1.566	-3.680	.001
5	เลี้ยงเด็ก/น้อง	1.91	1.814	1.90	1.841	.011	.992

จากตาราง 10 แสดงว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนบ้านกาญจนาราม  
ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้มีความแตกต่างกัน  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ซักรีดผ้าโดยนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาก  
มีค่าเฉลี่ยมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย นอกนั้นไม่มีความแตกต่าง

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี อาชีพ ผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Chi-square

ตาราง 11 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี อาชีพผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตัวแปร	ผลสัมฤทธิ์		ผลสัมฤทธิ์ทางการ		P-value
	ทางการเรียนน้อย		เรียนมาก		
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
เพศ					
ชาย	10	32.3	21	67.7	0.034
หญิง	1	4.8	20	95.2	
ระดับชั้นปี					
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	4	23.5	13	76.5	
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2	4	17.4	19	82.6	0.836
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	3	25.0	9	75.0	
อาชีพผู้ปกครอง					
เกษตรกรรวม	3	50.0	3	50.0	
ค้าขาย	2	40	3	60	
รับจ้าง	6	16.2	31	83.8	0.225
รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ	0	0	1	100	
ธุรกิจส่วนตัว	0	0	3	100	
สถานภาพครอบครัว					
บิดามารดาอยู่ด้วยกัน	7	20	28	80	
บิดามารดาแยกกันอยู่	2	28.6	5	71.4	0.966
บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม	1	20	4	80	
อาศัยอยู่กับปู่ย่า/ตายาย	1	20	4	80	
หรือญาติพี่น้อง					

ตาราง 11 (ต่อ)

ตัวแปร	ผลสัมฤทธิ์		ผลสัมฤทธิ์ทางการ		P-value
	ทางการเรียนน้อย		เรียนมาก		
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน					
ไม่ได้รับค่าใช้จ่าย	1	100%	0	100%	
ได้รับ 1-10 บาท	0	100%	2	100%	
ได้รับ 11-20 บาท	4	15.4%	22	84.6%	0.619
ได้รับ 21-30 บาท	4	25.0%	12	75.0%	
ได้รับ 31-40 บาท	2	40%	3	60%	
ได้รับมากกว่า 41 บาทขึ้นไป	1	100%	1	100%	

จากตาราง 11 หาความสัมพันธ์ระหว่าง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และตัวแปรเพศ ระดับชั้นปี อาชีพผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน โดยใช้สถิติ Chi-square พบว่า จากตัวแปรทั้งหมด มีเพียงตัวแปรเพศ ที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ( $p=0.034$ ) ส่วนตัวแปร ระดับชั้นปี อาชีพผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน พบว่า มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลารว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลารว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลารว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลารว่างช่วยทำงานบ้าน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Independent Samples T-test

ตาราง 12 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลารว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลารว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลารว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลารว่างช่วยทำงานบ้าน ในกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตัวแปร	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย		ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาก		P-value
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.	
	1. การออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ	18.2727	7.41742	19.5610	
2. การทำงานอดิเรก	30.0000	9.17606	35.5366	10.49309	.118
3. การส่งเสริมการเรียนรู้	14.5455	4.82418	21.0244	5.10141	.000
4. การช่วยเหลืองานบ้าน	11.0909	4.98908	13.8780	5.88725	.157

จากตาราง 12 หาความสัมพันธ์ระหว่าง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และตัวแปรการใช้เวลารว่าง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลารว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลารว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลารว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลารว่างช่วยทำงานบ้าน โดยใช้สถิติ Independent Samples T-test พบว่า จากตัวแปรทั้งหมด มีเพียงตัวแปรการใช้เวลารว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ ที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p=.000$ ) ส่วนตัวแปร การใช้เวลารว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลารว่างในด้านการทำงานอดิเรก และการใช้เวลารว่างช่วยทำงานบ้าน พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05

สรุป จากการใช้สถิติทดสอบ พบว่า มีตัวแปร 2 ตัว ที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่าจะอยู่ในกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาก (3.00–4.00) หรือ กลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย (2.00–3.00) จำนวน 2 ตัวแปรคือ เพศ และการใช้เวลารว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ จากนั้นจึงนำตัวแปรทั้ง 2 ตัวนี้ไปวิเคราะห์แบบ Discriminant Analysis (DA)

ตาราง 13 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ 2 ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คือ เพศ และการใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	Mean	Std. Deviation
male	.5122	.50606
2.00–2.99 study	14.5455	4.82418
male	.9091	.30151
3.00–4.00 study	19.6538	5.66684
male	.5962	.49545

จากตาราง 13 แสดง Mean ของตัวแปรต้น (STUDY และ Male) ในแต่ละกลุ่ม ผลการเรียนรู้ในตัวแปร male ซึ่งเป็น Dummy variable ค่าเฉลี่ย 0.5122 หมายถึง มีผู้ชาย 51.22 % จากตารางจะพบว่า ค่า Mean ของตัวแปรต้น (STUDY และ Male) ในแต่ละกลุ่มผลการเรียนรู้ มีค่าแตกต่างกันมาก

ตาราง 14 แสดงผลของ Tests of Equality of Group Means

	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.
study	.778	14.292	1	50	.000
male	.891	6.125	1	50	.017

จากตารางนี้ สนับสนุนว่า ค่าที่แตกต่างจากตารางข้างบน เป็นค่าที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จริง ๆ ( $p < 0.05$ )

จากสองตารางด้านบน ค่า Canonical Correlation คือค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับ สมการ หรือ Discriminant function เมื่อเอา R มายกกำลังสอง  $(0.429)^2 = 0.241081$  หมายถึง Model หรือ สมการที่ได้จาก discriminant นี้ สามารถอธิบายค่า Y ได้ประมาณ 24.2% ว่า จะอยู่ในกลุ่มผลสัมฤทธิ์ ดี หรือ ต่ำ

Wilks' lambda อธิบายได้ว่า สมการ หรือ Discriminant function มีนัยสำคัญทางสถิติหรือไม่ ซึ่ง จาก p-value เท่ากับ .001 ( $p < 0.05$ ) แสดงว่า สมการ ที่มีตัวแปร male และ study มีนัยสำคัญทางสถิติ และค่า Wilks' lambda=0.758 จะบอกถึง ความแปรปรวนที่ยังอธิบายไม่ได้ คือ สมการที่จะได้นี้ ยังไม่สามารถอธิบายได้อีก 75.8%

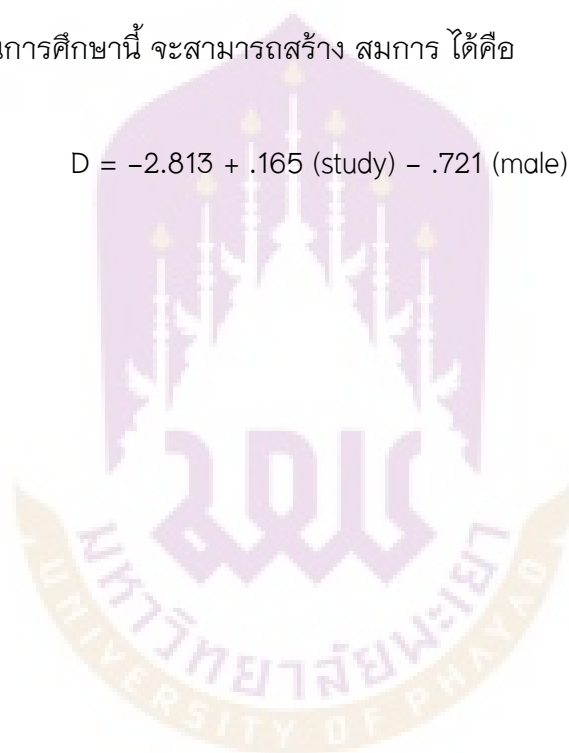
ตาราง 15 แสดงผลของ Canonical Discriminant Function Coefficients

	Function
	1
study	.165
male	-.721
(Constant)	-2.813

Unstandardized coefficients

ดังนั้น ในการศึกษาี้ จะสามารถสร้าง สมการ ได้คือ

$$D = -2.813 + .165 (\text{study}) - .721 (\text{male})$$





## บทที่ 5

### บทสรุป

การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดกาญจนาราม ตำบลกาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่

#### สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัว

1. เพศ พบว่า ส่วนใหญ่แล้วกลุ่มตัวอย่างเป็นชาย คิดเป็นร้อยละ 59.6 และเป็นหญิง คิดเป็นร้อยละ 38.6

2. ระดับชั้นปีการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 59.6 รองลงมาคือ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 32.7 และน้อยที่สุดคือ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 21.1

3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนเฉลี่ยค่าระดับคะแนนสะสม 3.00-4.00 คิดเป็นร้อยละ 78.8 รองลงมาคือ ค่าระดับคะแนนสะสม 2.00-2.99 คิดเป็นร้อยละ 22.2 และค่าระดับคะแนนสะสม 1.00-1.99 คิดเป็นร้อยละ 0

4. อาชีพผู้ปกครอง พบว่า อาชีพผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 71.2 รองลงมาคือ อาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 11.5 อาชีพค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 9.6 ทำธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 5.8 และน้อยที่สุดคือ รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 1.9

5. สถานภาพครอบครัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มี บิดามารดาอยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 63.7 รองลงมาคือ บิดามารดาแยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 13.5 บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม คิดเป็นร้อยละ 9.6 และน้อยที่สุดคือ อาศัยอยู่กับปู่ยา/ตายาย คิดเป็นร้อยละ 9.6

6. ค่าใช้จ่ายที่ได้รับมาโรงเรียน (ต่อวัน) พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับค่าใช้จ่าย 11-20 บาท คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมา ได้รับ 21-30 บาท คิดเป็นร้อยละ 30.8 ได้รับ 31-40 บาท คิดเป็นร้อยละ 9.6 ได้รับมากกว่า 41 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 3.8 และไม่ได้รับค่าใช้จ่าย คิดเป็นร้อยละ 1.9

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ระดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้

เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใช้เวลาว่าง โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับน้อย ค่าเฉลี่ย 2.46 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ใช้เวลาว่างอยู่ในระดับปานกลาง คือ การใช้เวลาว่างด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ ค่าเฉลี่ย 2.8 การใช้เวลาว่างด้านการช่วยเหลืองานบ้าน ค่าเฉลี่ย 2.65 อยู่ในระดับปานกลาง นอกนั้นอยู่ในระดับน้อย

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี อาชีพ ผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Chi-square

จากตัวแปรทั้งหมด มีเพียงตัวแปรเพศ ที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p=0.034$ ) ส่วนตัวแปร ระดับชั้นปี อาชีพผู้ปกครอง สถานภาพครอบครัว และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของตัวแปรที่ศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน ในกลุ่ม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติ Independent Samples T-test

หาความสัมพันธ์ระหว่าง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และตัวแปรการใช้เวลาว่าง 4 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก การใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน โดยใช้สถิติ Independent Samples Test พบว่า จากตัวแปรทั้งหมด มีเพียงตัวแปรการใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ ที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ( $p=.000$ ) ส่วนตัวแปร การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ การใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรก และการใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้าน พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากการใช้สถิติทดสอบ พบว่า มีตัวแปร 2 ตัว ที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่าจะอยู่ในกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาก (3.00–4.00) หรือกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย (2.00–3.00) จำนวน 2 ตัวแปรคือ เพศ และการใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ จากนั้นจึงนำตัวแปรทั้ง 2 ตัวนี้ไปวิเคราะห์แบบ discriminant analysis (DA)

### อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดกาญจนาราม ตำบลกาญจนนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนตามตัวแปรต่าง ๆ พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ ด้านการทำงานอดิเรกโดยรวมอยู่ในระดับน้อย ส่วนการใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้และการช่วยงานบ้านโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในด้านการใช้เวลาว่างในด้านต่าง ๆ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย เพื่อดูว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ใช้เวลาว่างในด้านต่างๆแตกต่างกันหรือไม่ ผลปรากฏว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อยมีการใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการไม่แตกต่างกัน ส่วนการใช้เวลาว่างในด้านการทำงานอดิเรกที่ พบว่า มีความแตกต่างกันในเรื่อง การสะสมสิ่งของ ดูหนัง/ฟังเพลง และอ่านหนังสือ ในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ พบว่า มีความแตกต่างกันในการอ่านหนังสือ ทำการบ้าน เข้าห้องสมุด ชมรายการโทรทัศน์ ในด้านการช่วยเหลืองานบ้าน พบว่า มีความแตกต่างกันในเรื่อง ซักเสื้อผ้า ซึ่งนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากมีคะแนนเฉลี่ยมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อยในทุกกรณี เนื่องจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อยมีความแตกต่างกันมาก คือ 41 กับ 11 คน

ดังนั้น ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยจึงไม่แน่ชัดว่า เป็นเพราะเด็กแต่ละกลุ่มใช้เวลาว่างต่างกันจริงหรือเป็นเพราะจำนวนที่ใช้เปรียบเทียบกันมีความแตกต่างกันมาก และจากการใช้สถิติทดสอบ พบว่า มีตัวแปร 2 ตัว ที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่าจะอยู่ในกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาก (3.00-4.00) หรือกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย (2.00-3.00) จำนวน 2 ตัวแปร คือ เพศ และการใช้เวลาว่างในด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ และเมื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่าง ตัวแปร พบว่า ผู้ชายใช้เวลาว่างในการส่งเสริมการเรียนรู้น้อยกว่าผู้หญิงเนื่องจาก ธรรมชาติของเพศชายและเพศหญิงมีความสนใจแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ ธัญรัตน์ วงศ์สมัย (ธัญรัตน์ วงศ์สมัย, 2542) ที่พบว่าการใช้เวลาว่างของนักเรียนเพศชายกับเพศหญิงมีความแตกต่างกัน

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า เด็กนักเรียนหญิงใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรม การสะสมสิ่งของ ดูหนัง/ฟังเพลง อ่านหนังสือ ทำการบ้าน เข้าห้องสมุด ชมรายการโทรทัศน์ มากกว่าเพศชาย และเป็นกลุ่มกิจกรรมที่เด็กนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากปฏิบัติมากกว่าเด็กนักเรียน

ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย ดังนั้นการใช้เวลาว่างดังกล่าว อาจมีผลช่วยส่งเสริมให้เด็กมีผลการเรียนดี ซึ่งการสะสมสิ่งของนั้นมีประโยชน์ต่อผู้สะสมมากมาย ยกตัวอย่างเช่น การสะสมแสตมป์ ทำให้ผู้สะสมได้รับความเพลิดเพลินจากภาพที่พบเห็น ได้รับความรู้หลายด้านเกี่ยวกับ ภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม ตลอดจนขนบธรรมเนียม ประเพณี ฯลฯ ถ้าเรารู้จักค้นคว้าถึงที่มาของภาพที่ปรากฏบนดวงแสตมป์ ทำให้เป็นคนที่มีความตั้งใจเยือกเย็น ละเอียดอ่อน เป็นระเบียบ เพราะการลอกล้างแสตมป์ การหยิบจับ หรือการจัดเก็บต้องอาศัยความประณีต (ประโยชน์ของการสะสมแสตมป์, 2555, สื่อออนไลน์) จากประโยชน์ของการสะสมสิ่งของที่ช่วยฝึกการเรียนรู้และช่วยให้เกิดสมาธิ ย่อมส่งผลให้เด็กมีสมาธิในการเรียนด้วย ส่วนการดูหนังฟังเพลง ช่วยให้เด็กนักเรียนได้ขบคิด เรียนรู้ชีวิตทัศน์ และเกิดการเปิด ขยายโลกทัศน์ให้กว้างขึ้นอยู่เสมอ จากการเลือกชมหนังดี ๆ การเลือกดูหนังด้วยเสียง sound track เป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยให้ฝึกฝน และเรียนรู้ภาษา การสื่อสาร อีกทั้งสำเนียงของชาวต่างประเทศ ในด้านการฟังเพลง การฟังเพลงหรือเลือกฟังเพลงคลาสสิกมีผลการวิจัยที่บ่งชี้ว่าการฟังเพลงคลาสสิกช่วยเสริมสร้างสมาธิพัฒนาสมองและสติปัญญาในการเรียนรู้ได้ นอกจากนี้ยังมีการใช้ดนตรีคลาสสิกบำบัดโรคสมาธิสั้น ด้วยท่วงทำนองของเพลงบรรเลงที่กล่อมเกลาอารมณ์ให้หนึ่ง สงบเยือกเย็น การฟังเพลงคลาสสิกต้องใช้อารมณ์ที่ละเอียดอ่อน ละเมียดละไมในการเข้าถึงสาระการเรียนรู้ที่ถ่ายทอด อยู่ในบทเพลง เป็นการฝึกสมาธิเป็นอย่างดี มีบางคนที่มีมักจะฟังเพลงคลาสสิก อยู่ในช่วงระหว่างการสอบ เพื่อช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดจากการอ่านหนังสือ ในด้านการใช้เวลาว่าง ในด้านการอ่านหนังสือ คนที่มีนิสัยรักการอ่านจะมีความรอบรู้มากกว่าคนที่ไม่ชอบอ่านหนังสือ โดยปกติ การอ่านก็เป็นทักษะที่สำคัญมากเมื่อเวลาที่ต้องเตรียมสอบอยู่แล้ว ความรู้ต่าง ๆ ที่ได้ อ่านในชีวิตประจำวันสามารถช่วยการเรียนและการสอบได้เป็นอย่างดี คนที่จะเรียนเก่งได้ต้องหมั่นอ่าน อ่านทุกวัน อ่านทุกอย่างทั้งที่ชอบและไม่ชอบ เพราะการเลือกให้ความรู้ที่อยู่ในแต่เฉพาะหนังสือหรือข้อความที่เราชอบอ่านอย่างเดียวไม่ได้ ยิ่งอ่านมากเท่าไร ก็จะมียิ่งรู้มาก และเก่งมากขึ้นเท่านั้น (ลิปเพหระ ช่วยสร้างคนเก่ง, 2555, สื่อออนไลน์) ส่วนเด็กนักเรียนที่ใช้เวลาว่างส่วนใหญ่เข้าห้องสมุด ซึ่งเป็นแหล่งรวบรวมทรัพยากรสารสนเทศที่หลากหลายและมีประโยชน์ต่อนักเรียน โดยก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ไม่มีที่สิ้นสุด กระตุ้นให้รักการอ่านและการศึกษาค้นคว้า ก่อให้เกิดการศึกษาอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง เป็นสื่อกลางในกระบวนการเรียนการสอน และตอบสนองความต้องการในการแสวงหาความรู้เฉพาะบุคคล (ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับห้องสมุด, 2555, สื่อออนไลน์) จากประโยชน์ในการที่เด็กนักเรียนใช้เวลาว่างเข้าห้องสมุด ย่อมมีส่วนช่วยให้ผลการเรียนอยู่ในระดับสูง สอดคล้องกับงานวิจัยของพัชรา เทียมเพ็ชร (2548) ได้กล่าวไว้ว่า ในด้านการทำางานอดิเรกและการส่งเสริมการเรียน นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการ

เรียนในระดับสูง ใช้เวลาว่างมากกว่านักเรียนที่มีผลการเรียน ระดับปานกลางและระดับต่ำ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูงจะสนใจศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมให้กับตนเองเสมอ ๆ มีความขยันหมั่นเพียรในการทำการบ้าน เข้าห้องสมุด ชมรายการโทรทัศน์ ฟังรายการวิทยุและค้นคว้าหาความรู้จากอินเทอร์เน็ตทำให้ทราบข่าวสารใหม่ ๆ ทันทับเหตุการณ์ในโลกปัจจุบัน แตกต่างจากงานวิจัยของ วันรัฐ ชาติหัตถกร (2548) กล่าวไว้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนไตรมิตรวิทยาลัย เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูงที่ใช้เวลาว่างเหมาะสม จะมีความสนใจในวิชาการที่เรียน ทำให้มีการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม เช่น การทบทวนบทเรียน การเข้าห้องสมุด ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูงที่ใช้เวลาว่างไม่เหมาะสมจะมีความสนใจในวิชาการที่เรียน มากเกินไปจนไม่สนใจกิจกรรมด้านอื่น ๆ เช่น ไม่ออกกำลังกายหรือไม่ทำงานอดิเรกใด ๆ เลยถือเป็นพฤติกรรมการใช้เวลาว่างไม่เหมาะสม

### ข้อเสนอแนะ

จัดให้โรงเรียนเป็นศูนย์กลางการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย โดยจัดสถานที่อุปกรณ์กิจกรรมให้สอดคล้องกับความต้องการของนักเรียน และควรจัดประชาสัมพันธ์ ให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เพื่อให้ทราบข้อมูลข่าวสารและสามารถเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ตนเองถนัดเพื่อลดปัญหาความรุนแรงที่ใช้เวลาว่างไม่เกิดประโยชน์

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ให้มากกว่านี้ เช่น สภาพแวดล้อมของที่พักอาศัยของเด็ก การมีโทรศัพท์มือถือ
2. ควรศึกษาเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนที่อยู่ต่างโรงเรียนหรือที่อยู่ในตัวเมืองกับต่างจังหวัดว่ามีผลเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร
3. การวิจัยในครั้งนี้เนื่องจากกลุ่มประชากรมีน้อยทำให้เกิดปัญหาในการวิเคราะห์ข้อมูลหลาย ๆ ประเด็นเช่น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวนนักเรียนที่มีผลการเรียนเฉลี่ย 3.00-4.00 มีจำนวน 41 คน จำนวนนักเรียนที่มีผลการเรียนเฉลี่ย 2.00-2.99 มีจำนวน 11 คน มีความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มค่อนข้างมาก ทำให้ไม่สามารถเปรียบเทียบข้อมูลในส่วนนี้ได้ ดังนั้นในการศึกษาครั้งต่อไป จึงควรเพิ่มจำนวนประชากร



บรรณานุกรม

## บรรณานุกรม

- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2533). **แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540 - 2544)**. กรุงเทพฯ: รุ่งศิลป์การพิมพ์.
- จรินทร์ ธานีรัตน์. (2519). **นันทนาการชุมชน**. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ชูชีพ เยาวพัฒน์. (2543). **นันทนาการ**. กรุงเทพฯ: โอ เอส พริ้นติ้ง เฮ้าส์.
- ชำนาญ ไชยศร. (30 ตุลาคม 2552). บทความไวรัสร้ายเด็กไทยในโลกออนไลน์ ดันตอจี-ปล้น ลักขโมย-ขายตัว-เสพยา. **สื่ूपแนวนหน้า**. สืบค้นเมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2555, จาก [www.bannangio.com/index.php?mo=5&qid=378347](http://www.bannangio.com/index.php?mo=5&qid=378347)
- ธัญญารัตน์ วงศ์สมัย. (2542). **การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี**. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม., มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ดวงเดือน พิศาลบุตร. (2515). **การแนะแนว**. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พัชรา เทียมเพ็ชร์. (2548). **การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตตรวจราชการที่ 3**. ปรินญาณิพนธ์ วท.ม., มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- วันรัฐ ผาดีหัตถกร. (2548). **องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนไตรมิตรวิทยาลัย เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร**. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม., มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2535). **นันทนาการชุมชนและโรงเรียน กรุงเทพมหานคร**. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2544). **นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว**. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสพิศ อติชาตะโร. (2550). **การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น : กรณีศึกษาโรงเรียนในเขตอำเภอแก่ง จังหวัดระยอง**. การศึกษาอิสระ รป.ม., มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.

อำนาจ เณรรักษา. (2548). **ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา**

**วิทยาลัยเทคนิค สมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร. ปรินญาณีพนธ์ วท.ม.,**  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

เอก เกิดเต็มภูมิ. (2540). **เอกสารประกอบการสอนวิชาเสรีวิทยาการออกกำลังกาย.**

อ่างทอง: วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดอ่างทอง.







## ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

### แบบสอบถามเพื่อการวิจัย เรื่องการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดกาญจนาราม

#### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามทั้งหมดมี 2 ตอน คือ  
ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของนักเรียน  
ตอนที่ 2 การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดกาญจนาราม
2. ให้นักเรียนตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ ตามความเป็นจริง ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามนี้ ผู้ศึกษาจะเก็บไว้เป็นความลับและผลของข้อมูลจะใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้นซึ่งจะไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อการเรียนของนักเรียนและจะนำข้อมูลที่ได้ไปเป็นแนวทางส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างของนักเรียนเพื่อให้เกิดประโยชน์ กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ อย่าเว้นข้อใดข้อหนึ่งไว้ เพราะจะทำให้แบบสอบถามนำไปใช้ประโยชน์ไม่ได้ทั้งฉบับ
3. ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามของท่านครั้งนี้ใช้สำหรับการวิจัยเท่านั้น
4. การใช้เวลาว่าง หมายถึง การใช้เวลาอันเป็นอิสระของบุคคลหลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่ทำอยู่เป็นประจำและว่างจากงานประจำ

เสาวลักษณ์ หงษาไช  
นักศึกษานิเทศศาสตร์  
สาขารณสุขศาสตร์

**ตอนที่ 1** ข้อมูลส่วนตัวของนักเรียน โปรดกรอกข้อความลงในช่องว่างให้ครบทุกข้อและทำเครื่องหมาย

- ✓ ลงใน  หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักเรียน
1. เพศ
    - ชาย
    - หญิง
  2. นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ชั้น
    - มัธยมศึกษาปีที่ 1
    - มัธยมศึกษาปีที่ 2
    - มัธยมศึกษาปีที่ 3
  3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ยภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2554)
    - ค่าระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมระหว่าง 3.00-4.00
    - ค่าระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมระหว่าง 2.00-2.99
    - ค่าระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมระหว่าง 1.00-1.99
  4. อาชีพของผู้ปกครอง
    - เกษตรกรรม
    - ค้าขาย
    - รับจ้าง
    - รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ
    - ธุรกิจส่วนตัว
  5. สถานภาพครอบครัวของนักเรียน
    - บิดามารดาอยู่ด้วยกัน
    - บิดามารดาแยกกันอยู่
    - บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม
    - อาศัยอยู่กับปู่ย่า/ตายาย หรือญาติพี่น้อง
  6. ค่าใช้จ่ายที่ได้รับมาโรงเรียน (ต่อวัน)
    - ไม่ได้รับค่าใช้จ่าย
    - ได้รับ 1-10 บาท
    - ได้รับ 11-20 บาท
    - ได้รับ 21-30 บาท
    - ได้รับ 31-40 บาท
    - ได้รับมากกว่า 41 บาทขึ้นไป

**ตอนที่ 2** สอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ของนักเรียน โดยกาเครื่องหมาย

✓ ลงในช่องแสดงระดับของการทำกิจกรรมนั้น ให้พิจารณาว่า นักเรียนใช้เวลาว่างในแต่ละกิจกรรมประเภทใดมากน้อย โดยจัดลำดับการใช้เวลาว่างของนักเรียน เป็น 5 ระดับ คือ

- มากที่สุด** หมายถึง ทำกิจกรรมทุกวัน  
**มาก** หมายถึง ทำกิจกรรม 5-6 ครั้ง/สัปดาห์  
**ปานกลาง** หมายถึง ทำกิจกรรม 3-4 ครั้ง/สัปดาห์  
**น้อย** หมายถึง ทำกิจกรรม 2 ครั้ง/สัปดาห์  
**น้อยที่สุด** หมายถึง ทำกิจกรรม 1 ครั้ง/สัปดาห์  
**ไม่ได้ทำ** หมายถึง ไม่ทำกิจกรรมนั้นเลย

**การใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ของนักเรียน**

กิจกรรม	ระดับ					
	ไม่ได้ทำ กิจกรรม	น้อย	น้อย ที่สุด	ปาน กลาง	มาก	มาก ที่สุด
1. การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ						
1.1 ฟุตบอล						
1.2 บาสเกตบอล						
1.3 วอลเลย์บอล						
1.4 เซปักตะกร้อ						
1.5 เทเบิลเทนนิส						
1.6 แบดมินตัน						
1.7 วิ่งเพื่อสุขภาพ						
1.8 เต้นแอโรบิค						
1.9 ปั่นจักรยาน						
1.10 ว่ายน้ำ						
1.11 อื่น ๆ โปรดระบุ.....						

กิจกรรม	ระดับ					
	ไม่ได้ทำ กิจกรรม	น้อย	น้อย ที่สุด	ปาน กลาง	มาก	มาก ที่สุด
2. การใช้เวลาว่างในด้านการ ทำงานอดิเรก						
2.1 ประดิษฐ์ของเล่น						
2.2 ตกแต่งบ้าน						
2.3 เลี้ยงสัตว์						
2.4 ปลูกต้นไม้						
2.5 สะสมสิ่งของต่าง ๆ						
2.6 วาดภาพ						
2.7 ทำอาหาร						
2.8 ขายของ						
2.9 เล่นดนตรี						
2.10 ดูหนัง/ฟังเพลง						
2.11 อ่านหนังสือ						
2.12 เล่นเกมส์						
2.13 ซัปปิ้ง						
2.14 เล่นกีฬา						
2.15 อื่น ๆ โปรดระบุ.....						
3. การใช้เวลาว่างในด้านการ ส่งเสริมการเรียนรู้						
3.1 อ่านหนังสือ						
3.2 ทำการบ้าน						
3.3 เข้าห้องสมุด						
3.4 เรียนพิเศษ/ติวหนังสือ						
3.5 ค้นหาความรู้จาก อินเทอร์เน็ต						
3.6 ชมรายการโทรทัศน์						
3.7 ฟังรายการวิทยุ						

กิจกรรม	ระดับ					
	ไม่ได้ทำ กิจกรรม	น้อย	น้อย ที่สุด	ปาน กลาง	มาก	มาก ที่สุด
3.8 อื่น ๆ โปรดระบุ.....						
4. ช่วยทำงานบ้าน						
4.1 หุงหาอาหาร						
4.2 ทำความสะอาดบ้าน						
4.3 จ่ายกับข้าว						
4.4 ซักรีดผ้า						
4.5 เลี้ยงเด็กหรือน้อง						
4.6 อื่น ๆ โปรดระบุ.....						
5. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ..... ..... ..... .....						

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ  
เสาวลักษณ์ หงษาไช



ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า

## ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า

ชื่อ นามสกุล	เสาวลักษณ์ หงษาไช
วัน เดือน ปีเกิด	18 มีนาคม 2522
สถานที่เกิด	86 หมู่ 7 ตำบลกาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
ที่อยู่ปัจจุบัน	86 หมู่ 7 ตำบลกาญจนา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
สถานที่ทำงาน	โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์อินเตอร์เนชั่นเนล
ตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2545	พย.บ. (พยาบาล) มหาวิทยาลัยรังสิต

