



Vichakan.net

<https://publish.vichakan.net>

## ใบตอบรับการเผยแพร่ผลงานวิชาการ

9 เมษายน 2568

เรื่อง ตอบรับการเผยแพร่บทความ

เรียน นายการันต์ กันจะนะ

ตามที่ท่านได้ส่งข้อมูลบทความ ชื่อเรื่อง การพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน  
ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เพื่อดำเนินการเผยแพร่บนเว็บไซต์ วิชาการดอทเน็ต (Vichakan.net) เมื่อวันที่ 9  
เมษายน 2568 นั้น

ทางเว็บไซต์วิชาการดอทเน็ต ขอรับรองว่า ข้อมูลของท่านได้เผยแพร่บนเว็บไซต์ วิชาการดอทเน็ต  
รายละเอียดดังนี้

ที่อยู่อ้างอิง (URL) : <https://publish.vichakan.net/show/1174>

วันที่ดำเนินการเผยแพร่ : 9 เมษายน 2568

หวังเป็นอย่างยิ่งว่าข้อมูลที่เผยแพร่แล้วนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจ และเป็นแนวทาง  
ในการประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการศึกษาต่อไป

ขอแสดงความนับถือ  
เว็บไซต์วิชาการดอทเน็ต  
[www.Vichakan.net](http://www.Vichakan.net)

**ชื่อเรื่อง** การพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

**ผู้วิจัย** นายการณีย์ กันจะนะ

**ปีการศึกษา** 2567

### บทคัดย่อ

ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อการพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านน้ำหนักที่เกินเกณฑ์มาตรฐาน โดยใช้แบบสอบถามสำรวจพฤติกรรมในการออกกำลังกายและการบริโภคของ นักเรียน แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์สาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน แล้วนำมาหาวิธีการกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานได้ลดลง ก็จะทำให้นักเรียนเกิดการพัฒนาทางร่างกายและจิตใจและสังคม โดยนำกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ มาตรฐาน เป็นนักเรียน จำนวน 5 คน ผลการวิจัยหลังจากใช้แบบสอบถามสำรวจพฤติกรรมในการออกกำลังกายและการบริโภค ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 พบว่านักเรียนส่วนมากจะออกกำลังกายเมื่ออยู่โรงเรียน เช่น การวิ่งเล่นกับเพื่อน ๆ เมื่อมีเวลว่าง การเรียนในช่วงพักพิศศึกษา รองลงมาจะมีการออกกำลังกาย กับครอบครัวทุกวันหยุด เสาร์ - อาทิตย์บ้าง ส่วนการบริโภคของนักเรียนส่วนมากรับประทานอาหารตาม หลักธงโภชนาการทุกวัน เมื่ออยู่ที่โรงเรียน แต่ก็ยังมีนักเรียนบางส่วนที่ยังรับประทานขนมกรอบและน้ำอัดลม เมื่ออยู่บ้าน จึงทำให้เด็กนักเรียนมีน้ำหนักเกินเกณฑ์

---

ที่อยู่อ้างอิง (URL) : <https://publish.vichakan.net/show/1174>

วันที่ดำเนินการเผยแพร่ : 9 เมษายน 2568

พิมพ์ : วันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2569 เวลา 22.19 น.