



งานทางวิชาการ

การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning by Doing ในรายวิชาวิทยาศาสตร์
การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ ที่มีต่อสมรรถนะทางด้าน
ร่างกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจ ปีการศึกษา 2566

Managing learning in the form of Learning By Doing in the subject
of Sports Science to enhance physical fitness for police officers
with regards to physical fitness capabilities of male tenth-grade
students in the academic year 2023.



งานทางวิชาการ

หัวข้อวิจัย : การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning By Doing
ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกาย
สำหรับตำรวจที่มีต่อสมรรถนะทางด้านร่างกาย
ของนักเรียนนายสิบตำรวจปีการศึกษา ๒๕๖๖

บทคัดย่อ

ผู้วิจัย : ปภัสชญ์ ปานพรม
ปีการศึกษา : ๒๕๖๖

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบสมรรถนะทางด้านร่างกายของนักเรียนนายสิบตำรวจก่อนเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจและหลังการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจและเปรียบเทียบสมรรถนะทางด้านร่างกายของนักเรียนนายสิบตำรวจ ปี ๒๕๖๖ โดยใช้การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning By Doing ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจก่อนเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ และหลังการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นของนักเรียนนายสิบตำรวจ ปีการศึกษา ๒๕๖๖ จำนวน ๔๙๔ คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแผนการจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning By Doing ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ และแบบทดสอบวัดสมรรถนะทางด้านร่างกายของนักเรียนนายสิบตำรวจปี ๒๕๖๖ ผลการวิจัยพบว่า สมรรถนะทางด้านร่างกายของนักเรียนนายสิบตำรวจที่เรียนโดยใช้การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning By Doing ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจหลังการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจสูงกว่าก่อนการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕



หัวข้อวิจัย :การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning By Doing
ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกาย
สำหรับตำรวจที่มีต่อสมรรถนะทางด้านร่างกาย
ของนักเรียนนายสิบตำรวจปีการศึกษา ๒๕๖๖

ผู้วิจัย : ปภัสชญ์ ปานพรม

ABSTRACT

ปีการศึกษา : ๒๕๖๖

This research aims to compare the physical fitness performance of ten police students before and after studying in the Sports Science course to improve physical fitness for police officers. The study was conducted in the year 2023 using the Learning By Doing approach in the Sports Science course to enhance physical fitness for police officers. The sample group consisted of 494 police students who were selected through targeted sampling. The research tools used were the Learning by Doing approach in the Sports Science course to enhance physical fitness for police officers and a physical fitness assessment test for police students in the year 2023. The statistics used for data analysis are basic statistics, including percentage, mean, and standard deviation. The research findings revealed that the physical fitness performance of police students who studied using the Learning by Doing approach in the Sports Science course to improve physical fitness for police officers was significantly higher after studying compared to before studying in the Sports Science course to enhance physical fitness for police officers, with statistical significance at the .05 level.



งานวิชาการ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สำนักงานตำรวจแห่งชาติ (2562) เป็นหน่วยงานที่มีภารกิจหลากหลาย ทั้งด้านการปราบปรามการ ป้องกันประเทศ (ซึ่งต้องใช้กำลังพลที่มีสมรรถภาพทางร่างกายสูงกว่าผู้อื่น) ตลอดไปจนถึงงานด้านการจราจร งานธุรการ ฯลฯ ภารกิจของตำรวจมีความหลากหลาย มีงานฉุกเฉิน บางครั้งงานต่อเนื่อง ทำให้ขาดการ พักผ่อนและการออกกำลังกายไม่เพียงพอ ทำให้สมรรถภาพทางร่างกายอ่อนแอ การมีสุขภาพ

แข็งแรงสมบูรณ์ (Healthy) หมายถึงการมีสุขภาพทางกาย

(Physical Health)และ สุขภาพจิต (Mental Health)

ที่ดีสมรรถภาพทางกาย (Physical Health) มีความสำคัญอย่างยิ่ง สำหรับการมี คุณภาพชีวิตที่ดี เพราะไม่เพียงจะบ่งบอกถึงความสามารถของร่างกายในการใช้ชีวิตประจำวันตามปกติแล้ว ยัง มีความหมายรวม

ไปถึงสมรรถภาพของร่างกายที่จะใช้ในภาวะฉุกเฉินได้อย่างมี

ประสิทธิภาพ (Reserve Function) ผู้ที่มีสมรรถภาพทางกายดี

หมายถึง ผู้ที่ทำงานได้นานอย่างมีประสิทธิภาพ (Phจากความสำคัญ

ดังกล่าว สามารถที่จะใช้การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบของ

Learning by Doing คือ การเรียนรู้ผ่านการกระทำให้ ได้ซึมซับแนวคิดจากประสบการณ์ใหม่ๆ กระตุ้นให้ ได้เรียนรู้จากการฝึกปฏิบัติ เป็นแรง

จูงใจให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาค้นคว้าตามศักยภาพของแต่ละบุคคล ได้ศึกษา

ค้นคว้าในเรื่องที่ตนเองจำเป็นได้รับการส่งเสริม ก่อนนำไปปฏิบัติจริง

จึงทำให้ผู้เรียน กระตือรือร้นอยากมีส่วนร่วมในการเรียนมากขึ้น

เกิดความท้าทาย สนุกและมีความสุขในการเรียนมากกว่าที่เคยเป็น

เป็นหลักการที่จำเป็นอย่างมากสำหรับการจัดการเรียนรู้แก่ผู้เรียนในยุค

ปัจจุบัน เพราะการค้นหาข้อมูลที่รวดเร็วแค่ปลายนิ้ว ทำให้ผู้เรียน

มักจะรู้ตามตำราหรือทฤษฎีมากกว่าการปฏิบัติจริง



งานวิชาการ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากความสำคัญดังกล่าว สามารถที่จะใช้การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบของ Learning by Doing คือ การเรียนรู้ผ่านการกระทำให้ ได้ ซึมซับแนวคิดจากประสบการณ์ใหม่ๆ กระตุ้นให้ ได้เรียนรู้จากการ ฝึกปฏิบัติ เป็นแรงจูงใจให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาตามศักยภาพของแต่ละ บุคคล ได้ศึกษา ค้นคว้าในเรื่องที่ตนเองจำเป็นได้รับการส่งเสริม ก่อนนำไปปฏิบัติจริง จึงทำให้ผู้เรียน กระตือรือร้นอยากมีส่วนร่วมใน การเรียนมากขึ้น เกิดความท้าทาย สนุกและมีความสุขในการเรียนมากกว่า ที่เคยเป็น เป็นหลักการที่จำเป็นอย่างมากสำหรับการจัดการเรียนรู้แก่ผู้ เรียนในยุคปัจจุบัน เพราะการค้นหาข้อมูลที่รวดเร็วแค่ปลายนิ้ว ทำให้ผู้เรียน มักจะรู้ตามตำราหรือทฤษฎีมากกว่าการปฏิบัติจริงจึงทำให้อ องค์ความรู้นั้นไม่สามารถนำมาใช้จริงได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม เพราะไม่เคยมีการฝึกหรือลองทำมาก่อน หากแต่เมื่อมีการลงมือทำจริง อย่างน้อยก็ยังได้เห็นภาพ ได้รับรู้ว่าคุณสมบัติที่มีนั้นเมื่อนำมาใช้จริงจะเป็น อย่างไร รวมไปถึงความรู้บางอย่างที่ไม่สามารถหาได้ ต้องลงไปสถานที่จริง ทำจริงเท่านั้น ตรงนี้ก็จะทำให้ได้การเรียนรู้และประสบการณ์ใหม่ที่ส่งผลดี กับการเรียนรู้ของผู้เรียน ทั้งต่อตนเองและหน่วยงานที่ได้รับผิดชอบต่อไป



วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบสมรรถนะทางด้านร่างกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจ ก่อนเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกาย สำหรับตำรวจและหลังการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ

2. เปรียบเทียบสมรรถนะทางด้านร่างกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจ ปี2566 โดยใช้การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning by Doing ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ ก่อนเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกาย สำหรับตำรวจและหลังการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning by Doing ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ ที่มีต่อสมรรถนะทางด้านร่างกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจ ปีการศึกษา 2566 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็น ของนักเรียนนายสิบตำรวจ ปีการศึกษา 2566 จำนวน 494 คน

ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็น แผนการจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning By Doing ในรายวิชา วิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจและแบบ ทดสอบวัดสมรรถนะทางด้านร่างกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจ ปี2566 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)



สรุปผลการวิจัย

สมรรถนะทางด้านร่างกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจ ที่เรียนโดยใช้การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning by Doing ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจหลังการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจสูงกว่าก่อนการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05



การอภิปรายผล

สมรรถนะทางด้านร่างกาย ของนักเรียนนายสิบตำรวจ ที่เรียนโดยใช้การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบ Learning by Doing ในรายวิชา วิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจหลังการเรียน ในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับตำรวจสูง กว่าก่อนการเรียนในรายวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกาย สำหรับตำรวจซึ่งสอดคล้องกับ ภัทรุท นามเมือง (2557)

ได้ศึกษาการพัฒนานาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้วิชาระบบบัญชีเดียว และสินค้า โดยจัดกิจกรรมการสอนแบบ learning by doing ด้วยหลัก 5 ค ผลการวิจัยพบว่า การใช้วัตกรรมการสอนด้วยวิธีการสอน learning by doing ด้วยหลัก 5 ค มีผลสัมฤทธิ์ที่ดี เพราะทำให้ผู้เรียนสามารถทำคะแนน หลังเรียนได้สูงกว่าก่อนเรียน 100% และ 60.61% สามารถทำคะแนนได้อยู่ ในระดับดีอีกทั้งยังทำให้กระบวนการเรียนการสอนในชั้นเรียน มีบรรยากาศที่ สนุกสนานและทำให้ผู้สอนสามารถอธิบายถึงหลักการได้ง่ายขึ้น ใช้ระยะเวลาในการบรรยาย น้อยลง เพิ่มในส่วนของการทำแบบฝึกหัด ในชั้นเรียนมากขึ้น ผู้เรียน จึงไม่มีการบ้านอีกด้วย



บรรณานุกรม

- สำนักงานตำรวจแห่งชาติ. (2562). คู่มือการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ข้าราชการตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ ปีงบประมาณ พ.ศ. 2562
กฤติยา อริยา, วารินทร์ แก้วอุไร, และ เพ็ญพิศุทธิ์ ใจสนิท. (2559). การ
พัฒนารูปแบบการเรียน การสอนตามแนวคิดการจัดการเรียนการสอนที่เน้น
ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อส่งเสริมความสามารถในการออกแบบการ
จัดการเรียนรู้ ในศตวรรษที่ 21 สำหรับนักศึกษาครุมหาวิทยาลัยราชภัฏ.
วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง, 5(2), หน้า 1-17
- ณัชภิตชา เขาวนแถมชื่น. (2559). การพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างสมรรถนะ
การจัดการเรียนรู้ ตามสภาพจริงของครูสังกัดกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์
ปริญญาการศึกษาดุขฎฐิ บัณฐิต). พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- บุญยฤทธิ์ ปิยะศรี. (2556). รูปแบบการพัฒนาวิชาชีพครูเพื่อเสริมสร้าง
สมรรถนะการสอนที่ เน้นความแตกต่างระหว่างบุคคล (วิทยานิพนธ์ปริญญา
ปรัชญาดุขฎฐิบัณฐิต). นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์. (2554). การจัดการเรียนรู้ตามสภาพจริง. พิมพ์ครั้งที่
18. กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิมพ์พันธ์ เตชะคุป. (2551). สมรรถนะครูและแนวทางการพัฒนาครูใน
สังคมที่เปลี่ยนแปลง. กรุงเทพฯ : สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา