

เรื่อง

การใช้เวลาว่างและการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายของนักศึกษาชั้นปีที่ 1  
สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเชียงใหม่

Leisure Time and Physical Activity Participation of First Year Students  
in Institute of Physical Education Chiangmai Campus.

โดย

นายกรฐิน พุทธิพิมเสน  
และคณะ

สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเชียงใหม่

พ.ศ. 2560

## บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักศึกษาในด้านส่วนตัว ด้านสังคม ด้านการเรียนและด้านการทำนงานนอกเวลา รวมทั้งการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2560 จำนวน 314 คน จาก 3 คณะ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามการใช้เวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการทางสถิติได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาว่างของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเชียงใหม่ ให้ความสำคัญกับการใช้เวลาว่าง ด้านส่วนตัว อยู่ในระดับประจำ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.30 รองลงมาได้แก่ ด้านสังคม อยู่ในระดับบางครั้ง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.43 ด้านการเรียน ในระดับบางครั้ง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.42 และด้านการทำนงานนอกเวลา อยู่ในระดับบางครั้ง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.85 ตามลำดับ
2. อุปสรรคที่ขัดขวางในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายในสถาบัน นักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าสถานที่ออกกำลังกายใช้ทำกิจกรรมบ่อย ตู้เก็บสัมภาระหรือเสื้อผ้าไม่เพียงพอ กิจกรรมออกกำลังกายไม่น่าสนใจ และขาดเพื่อนร่วมกิจกรรม