

แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี

Student Motivation for Choosing Athletics at a Demonstration School
in Chonburi Provinceมูรธา นามพลกรัง¹Murata Nampongaing¹

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง ผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา รวม 31 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสังเกต การสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง การเขียนแผนที่ความคิด และการบรรยายเหตุการณ์สำคัญ วิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัยด้วยวิธีการเปรียบเทียบความคงที่ของข้อมูล ตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลโดยวิธีสามเส้า ผลการศึกษาแบ่งได้ 2 หัวข้อ โดยหัวข้อแรกคือ แรงจูงใจภายในในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ประกอบด้วย 1.1) ชื่นชอบและมีเจตคติที่ดีต่อการวิ่ง 1.2) มีเป้าหมายที่จะเป็นนักกีฬาที่มีผลงาน 1.3) ต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และ 1.4) มีนักกรีฑาที่ดีเป็นต้นแบบ ส่วนหัวข้อที่สองคือ แรงจูงใจภายนอกในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ประกอบด้วย 2.1) มีเพื่อนชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา 2.2) มีอาจารย์ชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา 2.3) บรรยากาศในชมรมกรีฑาอบอุ่นเหมือนครอบครัว และ 2.4) สนุกกับการฝึกซ้อมกรีฑา

คำสำคัญ: แรงจูงใจ, กรีฑา, นักเรียน

Abstract

This research aimed to investigate the motivations behind secondary students' choice to participate in athletics at a certain school. The key informants were 31 secondary school students. Data were collected through observation, semi-structured interviews, concept maps, and critical incident techniques. Data were inductively analyzed using a constant comparison method and data triangulation. The study results revealed two main themes. First, internal motivations for choosing athletics included a passion for running, aspirations for athletic achievements, a desire for physical fitness, and the influence of role models. Secondly, external motivations encompassed peer encouragement, teacher encouragement, a welcoming sports club atmosphere, and the enjoyment of athletic practice.

Keywords: Motivation, Athletic, Student

¹ โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา

¹ Pi boon pumpen Demonstration School, Burapha University

Corresponding Author Email: murata@buu.ac.th

บทนำ

กรีฑา เป็นกีฬาเก่าแก่ชนิดหนึ่งที่ใช้ลักษณะของการเคลื่อนไหวร่างกายในรูปแบบต่างๆ ตามธรรมชาติและวิถีชีวิตของมนุษย์มาใช้ในการแข่งขันชิงชัยกัน เช่น ทุ่ม ฟัน ขว้าง วิ่ง หรือกระโดด เป็นต้น ซึ่งจะเห็นได้ว่าเป็นลักษณะการแข่งขันความสามารถทางร่างกายที่คล้ายกับการเคลื่อนไหวที่ใช้ในชีวิตประจำวันของคนทั่วไป ซึ่งวิวัฒนาการของกรีฑาดำเนินมาอย่างต่อเนื่องยาวนานจนในปัจจุบันสามารถแบ่งกรีฑาได้เป็น 2 ประเภทการแข่งขัน คือ กรีฑาประเภทลู่ (เช่น วิ่งระยะใกล้หรือระยะไกล เป็นต้น) และกรีฑาประเภทลาน (เช่น ฟันแหลน ทุ่มน้ำหนัก กระโดดไกล กระโดดสูง ขว้างจักร เป็นต้น)

การเล่นกรีฑาทั้งประเภทลู่และประเภทลานให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายนั้น ผู้ที่เป็นนักกรีฑาจำเป็นต้องมีความมุ่งมั่นตั้งใจยืนหยัดอดทนหมั่นฝึกซ้อมเพื่อเตรียมร่างกายและจิตใจของตนเองให้พร้อมกับการแข่งขัน ซึ่งต้องอาศัยปัจจัยและองค์ประกอบต่างๆ มากมายเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย เช่น โปรแกรมการฝึกซ้อมหรือการรับประทานอาหาร เป็นต้น นอกจากนี้ การที่นักกรีฑาแต่ละคนได้ทุ่มเทฝึกซ้อมอย่างหนักต่อเนื่องตลอดทั้งปีได้นั้น จำเป็นต้องอาศัยพื้นฐานของความสนใจหรือความรักความหลงใหล หรือที่เรียกว่าเจตคติที่ดีต่อกรีฑาเป็นปัจจัยสำคัญด้วยเช่นกัน (สรายุธ ธิกุล, 2554)

การที่นักกีฬาแต่ละคนจะเลือกเล่นกีฬาชนิดใดชนิดหนึ่งนั้น ปัจจัยพื้นฐานคือต้องมีความสนใจหรือความชื่นชอบส่วนตัวที่มีต่อกีฬาชนิดนั้น ๆ หรือเกิดจากประสบการณ์ตรงที่มีโอกาสได้ดูได้เห็น ได้มีส่วนร่วมหรือได้รับการชักชวน จนส่งผลให้ได้เลือกเล่นกีฬาที่ตนเองสนใจหรือชื่นชอบ อย่างไรก็ตาม กีฬาแต่ละชนิดแต่ละประเภทมีความน่าสนใจหรือความสนุกสนานท้าทายของรูปแบบกิจกรรมที่แตกต่างกันไป และโดยเฉพาะกรีฑาซึ่งเป็นชนิดกีฬาที่มีรูปแบบของกิจกรรมการฝึกซ้อมและแข่งขันที่พิเศษกว่ากีฬาชนิดอื่น คือเป็นกีฬาที่ไม่เน้นฝึกกลยุทธ์การเล่นเพราะเป็นกีฬาประเภทเดี่ยว จึงจำเป็นต้องฝึกซ้อมด้วยตนเองเป็นหลัก ดังนั้น ผู้ที่เลือกเป็นนักกรีฑาย่อมมีเหตุผลหรือต้องมีแรงจูงใจที่เฉพาะเจาะจงในการเลือกเล่นกรีฑา

แรงจูงใจ นับเป็นสิ่งสำคัญในการเป็นจุดเริ่มต้นและเป็นส่วนขับเคลื่อนที่สำคัญที่จะช่วยให้นักกรีฑาหรือนักกีฬาชนิดต่าง ๆ ประสบความสำเร็จในการเล่นหรือแข่งขัน การสร้างแรงจูงใจจึงเป็นสิ่งที่สำคัญของการพัฒนานักกรีฑาหรือนักกีฬาแต่ละชนิด ทั้งในส่วนของแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอกของนักกีฬา หรือผู้ที่สนใจอยากเข้าร่วมเป็นนักกีฬา ที่สามารถสร้างหรือจัดประสบการณ์ให้เกิดเป็นแรงจูงใจได้โดยเฉพาะในระหว่างฝึกซ้อมหรือแข่งขัน (วรศักดิ์ เพียรชอบ และณอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร, 2561) ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นผู้ฝึกสอนจำเป็นต้องศึกษาที่ความเข้าใจในหลักการสร้างแรงจูงใจให้กับนักกีฬา รวมถึงควรที่จะต้องทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับแรงจูงใจของนักกีฬา เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับนำไปพัฒนานักกีฬาควบคู่ไปกับการจัดโปรแกรมการฝึกซ้อมเพื่อพัฒนาความสามารถทางด้านร่างกายสำหรับการแข่งขัน

จากการที่ผู้วิจัยเป็นครูพลศึกษาในโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี (สนามศึกษาในการศึกษานี้) และยังเป็นผู้ฝึกสอนของทีมกรีฑาของโรงเรียนซึ่งทำหน้าที่คัดเลือกและฝึกซ้อมให้กับนักกรีฑาของโรงเรียนมาอย่างต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 10 ปี ซึ่งในตลอดหลายปีที่ผ่านมาพบว่ามียุทธศาสตร์ระดับชั้นต่าง ๆ ของโรงเรียนสมัครเข้าร่วมคัดเลือกเพื่อเป็นนักกรีฑาของโรงเรียนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี จนปัจจุบันมียุทธศาสตร์

ชั้นประถมศึกษาและชั้นมัธยมศึกษา รวมกันไม่น้อยกว่า 40 คน ที่เป็นสมาชิกของทีมกรีฑาและร่วมฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่อง 4-5 วันต่อสัปดาห์ เพื่อเข้าแข่งขันรายการต่างๆ ตลอดทั้งปี อีกทั้งยังพบว่า ได้รับการสนับสนุนและความร่วมมือจากผู้ปกครองของนักกรีฑาเป็นอย่างดี ทั้งสนับสนุนการรับ-ส่ง การฝึกซ้อมหรือแข่งขัน จนส่งผลให้การเตรียมความพร้อมของนักกรีฑาเป็นไปด้วยความราบรื่น มีบรรยากาศของการมีส่วนร่วม และส่งผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันรายการต่างๆ ที่ผ่านมา

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยในฐานะเป็นทั้งผู้ฝึกสอนของทีมกรีฑาและเป็นอาจารย์ผู้สอนวิชาพลศึกษา ได้เล็งเห็นความสำคัญของการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนวัยต่างๆ ได้เล่นกรีฑาหรือเลือกเล่นกีฬาชนิดต่างๆ ตามที่ตนเองชื่นชอบ ทั้งการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพหรือการเล่นกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ เพราะเป็นการสร้างพลเมืองที่เข้มแข็งให้กับประเทศชาติในอนาคต และโดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าหากนักพลศึกษาหรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้มีการศึกษาวิจัยเพื่อให้ทราบว่าอะไรคือแรงจูงใจที่ให้นักเรียนเลือกเล่นกีฬาชนิดต่างๆ ก็จะช่วยให้การส่งเสริมและสนับสนุนการเล่นกรีฑาหรือเลือกเล่นกีฬาชนิดต่างๆ เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี เพื่อที่ผลของการศึกษานี้ จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่มีส่วนในการช่วยพัฒนาเยาวชนของชาติให้หันมาเล่นกรีฑาหรือกีฬาชนิดต่างๆ มากยิ่งขึ้น อีกทั้งยังสามารถให้ครูพลศึกษาได้นำผลการวิจัยไปปรับประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาระดับชั้นต่างๆ ในสถานศึกษาได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง

คำถามการวิจัย

1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ได้แก่ อะไรบ้าง
2. แรงจูงใจภายนอกอะไรบ้าง ที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

ผู้ให้ข้อมูลหลักและวิธีการได้มาของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key informant) เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ของโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในเขตอำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี จำนวน 31 คน (ชาย 16 คน และหญิง 15 คน) ซึ่งได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive selected) โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกคือ 1) เป็นนักเรียนที่ผ่านการคัดเลือกเป็นนักกีฬาทีมกรีฑาของโรงเรียน ปีการศึกษา 2566 2) เป็นนักกีฬาทีมกรีฑาของโรงเรียนที่ฝึกซ้อมและเข้าร่วมแข่งขันกรีฑาในรายการต่าง ๆ ที่ทีมกรีฑาของโรงเรียนส่งเข้าร่วมการแข่งขันในปี 2566 เช่น กีฬาเยาวชนแห่งชาติ กีฬานักเรียนนักศึกษาแห่งประเทศไทย กรีฑาชิงแชมป์แห่งประเทศไทย กีฬาสาธิตสามัคคี และรายการอื่น ๆ 3) เป็นผู้สมัครใจร่วมกับผู้ปกครองในการยินยอมเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยโดยการลงลายมือชื่อใน

ใบยินยอม (Consent form) ภายใต้เงื่อนไขว่า จะไม่มีผลกระทบใด ๆ กับผู้ให้ข้อมูลหลักไม่ว่าจะเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัยนี้ก็ตาม และสามารถถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักได้ตลอดเวลา แม้ว่าการวิจัยจะยังไม่สิ้นสุดลงก็ตาม ส่วนเกณฑ์ในการคัดผู้ให้ข้อมูลหลักออก คือ 1) ผู้ให้ข้อมูลหลักขอถอนตัวจากการเป็นนักกีฬาที่มกีฬาทของโรงเรียน ปีการศึกษา 2566 และ 2) ผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีความประสงค์ขอถอนตัวหรือไม่สะดวกต่อการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในทุกกรณี โดยสามารถถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักได้ตลอดเวลา แม้ว่าการวิจัยจะยังไม่สิ้นสุดลงก็ตาม และจะไม่มีผลกระทบใดๆ กับนักเรียนที่ถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัย

สำหรับการรับสมัครผู้ให้ข้อมูลหลักในการศึกษานี้ ใช้วิธีประชาสัมพันธ์และรับสมัครผ่านช่องทางออนไลน์ร่วมกับการแจกเอกสารแนะนำโครงการวิจัยโดยผู้ช่วยวิจัย (ไม่ใช่ผู้วิจัย) เป็นผู้ดำเนินการ จากนั้นจะทำการนัดหมายนักเรียนที่สนใจเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก (สมัครหรือตอบรับผ่านช่องทางออนไลน์) ในช่วงเวลาที่ผู้ให้ข้อมูลหลักสะดวก เพื่อให้ผู้ช่วยวิจัยเข้าชี้แจงรายละเอียดสำคัญต่าง ๆ พร้อมกับใบยินยอม (Consent Form) ให้แก่ผู้ที่สนใจเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักนำกลับไปอ่านและพิจารณาที่บ้านพักร่วมกับผู้ปกครอง และนัดหมายนำใบยินยอมมาส่งให้กับผู้ช่วยวิจัยในภายหลัง ทั้งนี้ ผู้วิจัยให้ความสำคัญในการปกป้องสิทธิ์และข้อมูลส่วนบุคคลโดยการใช้นามสมมุติแทนชื่อจริงของผู้ให้ข้อมูลหลักในการนำเสนอข้อมูลต่าง ๆ ของการวิจัย คือ MA1-MA16 แทนผู้ให้ข้อมูลเพศชาย และ WA1-WA15 แทนผู้ให้ข้อมูลเพศหญิง

อนึ่ง การศึกษาวิจัยนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา รหัสโครงการวิจัย HU002/2566 ที่ IRB2-081/2566 รับรอง ณ วันที่ 24 สิงหาคม พ.ศ. 2566

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยนี้ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยหลังจากได้รับการยินยอมจากผู้ให้ข้อมูลหลักและผู้ปกครองที่ลงนามร่วมกันในใบยินยอม (Consent form) แล้ว ผู้วิจัยเลือกใช้ช่องทางการติดต่อสื่อสารและเก็บข้อมูลทั้งแบบออนไลน์ (Online) และแบบเผชิญหน้า (Face to face) ตามความสมัครใจและความสะดวกของผู้ให้ข้อมูลหลัก โดยวิธีเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย (1) การสังเกตแบบมีส่วนร่วมปานกลาง (Moderate participation observation) โดยผู้ช่วยวิจัยจะเข้าสังเกตการณ์การฝึกซ้อมกีฬาทของผู้ให้ข้อมูลหลักคนละ 1-3 ครั้ง โดยจะเข้าสังเกตในที่ตั้ง (On-site) ณ สนามศึกษาที่เป็นสนามฝึกซ้อมของทีมกีฬาท ตั้งแต่ก่อนเวลาเริ่มจนถึงสิ้นสุดการฝึกซ้อมในแต่ละครั้ง (เวลาประมาณ 16.00-20.00 น. ของทุกวันจันทร์ถึงวันศุกร์ที่เป็นวันฝึกซ้อม) ซึ่งการสังเกตจะเน้นไปที่การมีส่วนร่วมและการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมหรือแบบฝึกต่างๆ ที่ผู้ฝึกสอน (โค้ช) นำมาใช้ในฝึกซ้อม รวมถึงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ผู้ให้ข้อมูลหลักแสดงออกในช่วงเวลาระหว่างการฝึกซ้อม (2) การเขียนแผนที่ความคิด (Concept map) เป็นวิธีการที่ผู้วิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักอธิบายความคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจ (ภายในและภายนอก) ในการเลือกเล่นกีฬาท ผ่านการเขียนในรูปแบบของแผนที่ความคิด โดยผู้ให้ข้อมูลหลักจะได้รับแจกแบบเขียนแผนที่ความคิดเพื่อนำกลับไปเขียนที่บ้านพัก (ใช้เวลาเขียนประมาณ 15-20 นาที) และนำส่งคืนให้กับผู้วิจัยภายในระยะเวลาประมาณ 1 เดือนหลัง

ได้รับแจกเอกสาร ทั้งนี้ ข้อมูลจากการเขียนแผนที่ความคิด จะถูกนำไปวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลจากการบรรยายเหตุการณ์สำคัญ เพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในขั้นตอนต่อไป (3) การบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical incident) ซึ่งเป็นเทคนิควิธีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพทางพลศึกษาและกีฬาที่ผู้วิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเขียนหรือพูดบรรยายถึงเหตุการณ์ในวันที่ผู้ให้ข้อมูลหลักสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑา (เหตุผลหรือความประทับใจที่ทำให้ตัดสินใจสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑา) โดยผู้ให้ข้อมูลหลักจะได้รับแจกแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญเพื่อนำกลับไปเขียนบรรยายด้วยตนเองที่บ้านพัก (ใช้เวลาเขียนครั้งประมาณ 15-20 นาที) จากนั้นนำมาส่งคืนให้กับผู้วิจัยพร้อมกับแผนที่ความคิด และ (4) การสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured interview) เป็นวิธีการเก็บข้อมูลที่จะดำเนินการเป็นลำดับสุดท้าย โดยผู้วิจัยมุ่งประเด็นข้อคำถามที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ (ภายในและภายนอก) ในการเลือกเล่นกรีฑา โดยจะเป็นการสัมภาษณ์แบบรายบุคคล (ช่วงเวลาที่ผู้ให้ข้อมูลสำคัญสะดวก) คนละประมาณ 40-45 นาที ด้วยวิธีผสมผสาน (ตามความสะดวกของผู้ให้ข้อมูลหลัก) ระหว่างการเก็บข้อมูลแบบออนไลน์ (Online) ผ่านโปรแกรมประชุมออนไลน์ Google meet หรือ Zoom เป็นหลัก หรือเลือกการสัมภาษณ์แบบเผชิญหน้า (Face to face) โดยที่ผู้วิจัยจะดำเนินการภายใต้มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) และโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจต่าง ๆ อย่างเข้มงวด โดยการสัมภาษณ์จะใช้วิธีการใส่หน้ากากอนามัย แบบเว้นระยะห่าง ตรวจสอบประวัติเสี่ยง รวมทั้งมีการทำความสะอาดร่างกายและอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสัมภาษณ์ทุกครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูลและการตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล

ข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้ ถูกนำไปพิมพ์บันทึกลงในคอมพิวเตอร์ด้วยโปรแกรมเวิร์ด (Word) จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัย (Inductive) ด้วยวิธีการเปรียบเทียบความคงที่ของข้อมูล (Constant comparison) ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ 1) การอ่านข้อมูลเพื่อหาหัวข้อ (Scanning data for common category) 2) จัดกลุ่มหัวเรื่อง (Classifying common theme) 3) นำข้อมูลมาจัดเข้าหัวข้อที่เหมาะสม (Placing data into common category) และ 4) อธิบายหัวข้อ (Explaining of category) ทั้งนี้เพื่อหาหัวเรื่องและหัวข้อเพื่อใช้สรุปผลการวิจัย ส่วนการตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล ใช้วิธีตรวจสอบโดยวิธีสามเส้า (Triangulation) ของข้อมูลที่ได้มาจากการสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง การสังเกต การเขียนแผนที่ความคิด และการบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (สาลี สุภาภรณ์, 2550)

สรุปผลการวิจัย

แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง ประกอบด้วย

1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน
 - 1.1 ชื่นชอบและมีเจตคติที่ดีต่อการกรีฑา
 - 1.2 มีเป้าหมายที่จะเป็นนักกรีฑาที่มีผลงาน
 - 1.3 ต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
 - 1.4 มีนักกรีฑาที่ดีเป็นต้นแบบ

2. แรงจูงใจภายนอกที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

- 2.1 มีเพื่อนชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา
- 2.2 มีอาจารย์ชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา
- 2.3 บรรยากาศในชมรมกรีฑาอบอุ่นเหมือนครอบครัว
- 2.4 สนุกกับการฝึกซ้อมกรีฑา

การอภิปรายผล

1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

1.1 ชื่นชอบและมีเจตคติที่ดีต่อการกรีฑา ผู้ให้ข้อมูลหลักให้ข้อมูลเกี่ยวกับความชื่นชอบส่วนตัวหรือเจตคติที่ดีต่อการกรีฑา ซึ่งถือเป็นแรงจูงใจภายในสำคัญที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑา ดังเช่นที่ MA1 บรรยายว่า “ตอนเด็กๆ ผมชอบวิ่งกับเพื่อนอยู่แล้ว พอรู้ว่ามีชมรมกรีฑาเกี่ยวกับการวิ่ง ผมก็เลยลองมาซ้อมดู พอซ้อมแล้วรู้สึกสนุกแล้วชอบก็พานี้อยู่แล้ว ก็เลยซ้อมต่อมาจนตอนนี้ครับ” ขณะที่ MA6 เล่าถึงมุมมองต่อการวิ่งว่า “เดิมที่ผมเล่นเบตมินตันมาก่อน แต่ตอนคันทันกีฬาผมคัดไม่ผ่าน ก็เลยหันมาเล่นกรีฑาเพราะก็ชอบวิ่งอยู่แล้วด้วย แล้วตอนแรก ๆ ก็จะไปเล่นฟุตบอลด้วย แต่ได้เพื่อนได้อาจารย์ชวนมา เราก็เลยลองมาเล่นกรีฑาดูครับ” ส่วน WA9 บรรยายว่า “เดิมทีตอน ม.ต้นแค่อยากหากิจกรรมออกกำลังกายให้ร่างกายไม่เจ็บป่วยง่าย ก็มีการวิ่งที่ไม่ต้องใช้อุปกรณ์อะไรมากเหมือนกีฬาอื่น ก็ไปหาที่วิ่งเองจนตอนหลังได้เข้ามาอยู่ชมรมกรีฑาเพราะมีเพื่อนบอกให้มาลองสมัคร ก็ตรงกับที่เราชอบวิ่งอยู่แล้วด้วยค่ะ” ผลการศึกษาประเด็นนี้จึงสรุปได้ว่า เจตคติและความชื่นชอบที่มีต่อการเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ถือเป็นแรงจูงใจภายในที่สำคัญที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกเล่นกรีฑา สอดคล้องกับการศึกษาของ พัทพงศ์ จิรพัฒนางค์ (2562) ที่พบว่า เจตคติที่ดีคือปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์ทางบวกและส่งผลต่อความสำเร็จในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล และสอดคล้องกับที่ คุณากร เปลื้องทุกข์ (2565) ที่ศึกษาพบว่า ความมุ่งมั่น การเห็นคุณค่าในตนเอง และทัศนคติที่ดีต่อการวิ่งเทรล ถือเป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความมุ่งมั่นตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรมวิ่งเทรลของนักท่องเที่ยวยิงกีฬา ขณะที่ ระพีพัฒน์ เดือนเพ็ญศรี และเกษมสันต์ พานิชเจริญ (2562) ได้ศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเจตคติที่ดีต่อกีฬาบาสเกตบอลเป็นปัจจัยที่ช่วยให้เรียนบาสเกตบอลด้วยความสนุกสนาน

1.2 มีเป้าหมายที่จะเป็นนักกรีฑาที่มีผลงาน ผู้ให้ข้อมูลหลักมีเป้าหมายที่จะมีผลงานจากการเล่นกรีฑา เช่น มีผลงานจากการแข่งขัน ซึ่งเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจที่มีส่วนต่อการตัดสินใจเลือกมาเล่นกรีฑา ดังเช่นที่ WA5 เล่าว่า “หนูอยากเก็บผลงานให้ได้เยอะ ๆ ค่ะ พวกเหรียญรางวัล ถ้วยรางวัล เอาไว้เป็นผลงานให้กับตัวเอง อย่างเป้าหมายในตอนนี้เลยคือกีฬาสาธิตสามัคคี หนูอยากติดที่ 1-3 คือมาเล่นแล้วก็อยากมีผลงาน อยากให้ทุกคนภูมิใจในตัวหนู” ขณะที่ WA11 มีเป้าหมายว่า “คือตอนที่มาเล่นแรกก็คิดว่าจะมาออกกำลังกายเฉย ๆ แต่พอได้คุยกับอาจารย์ได้คุยกับเพื่อน ก็เลยคิดว่าอยากจะเล่นกรีฑาให้มีผลงานของตัวเอง อยากมีสถิติดีๆ เอาไว้เข้ามหาวิทยาลัยด้วย อย่าง ตอนนี้อยู่ลวิ่ง 200 เมตร ก็จะทำพยายามทำผลงานให้ได้” ส่วน MW10 บอกถึงเป้าหมายของตนเองว่า “ตั้งแต่สมัครเข้าชมรมผมมีเป้าหมายว่าจะต้องได้เหรียญทองกีฬา

สาธิตครึ่ง ประเภท 800 กับ 1500 แล้วอาจมีวิ่งผลัด 4 คูณ 100 ใจก็อยากจะเล่นไปยาว ๆ อยากประสบความสำเร็จกับกีฬานี้ เพราะยังไม่เคยสำเร็จกับกีฬาอื่นมาก่อนเลย ไม่รู้ว่าจะทำได้หรือเปล่า แต่ก็พยายามให้ “ได้” ผลการศึกษาประเด็นนี้สามารถสรุปได้ว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักมีเป้าหมายที่จะเป็นนักกรีฑาหรือเป็นนักกรีฑาที่มีผลงานการแข่งขันเป็นที่ยอมรับ ซึ่งอาจเป็นประโยชน์ทั้งด้านการเรียนต่อในอนาคต หรือเป็นผลงานที่สร้างความภูมิใจส่วนตัว ถือเป็นแรงจูงใจหลักที่ส่งผลให้ตัดสินใจเลือกเล่นกรีฑา สอดคล้องกับงานวิจัยของ วิชัย ยี่มิน, วิมลมาศ ประชากุล, สุพัชริน เขมรัตน์, นิรอมลีส มะกาเจ และอันโตนิโอ มานูเอล ฟอนเซก้า (2559) ที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาฟุตบอล พบว่า ความมุ่งมั่น การตั้งเป้าหมาย เห็นคุณค่าในตนเอง เป็นปัจจัยทางด้านจิตใจที่สัมพันธ์กับความคิด ความรู้สึก เจตคติ และพฤติกรรมของนักกีฬาซึ่งจะส่งผลต่อการเลือกเล่นกีฬาและระดับความสามารถในการเล่นกีฬาทั้งในการฝึกซ้อม และแข่งขัน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ พัทพงศ์ จิรพัฒน์พงศ์ (2562) ที่พบว่า ปัจจัยสำคัญที่เป็นแรงจูงใจสำคัญที่ส่งผลให้นักเรียนเลือกเล่นกีฬาสเกตบอลคือความต้องการมีชื่อเสียงที่ได้จากการแข่งขันในรายการสำคัญต่าง ๆ

1.3 ต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ อีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญที่ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกมาเล่นกรีฑา คือต้องการที่จะหากิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ดังที่ WA4 บอกว่า “ช่วงม.ต้นพ่อเขาอยากให้เราไปออกกำลังกายบ้างจะได้แข็งแรง ก็ไปวิ่งที่สนามของเทศบาลแสนสุข แล้วก็ก็มีพี่ในชมรมกรีฑามาชวนไปวิ่งที่สนามในมหาลัย ตอนแรกก็ปฏิเสธ แต่ตอนหลังอาจารย์มาชวนด้วยก็เลยได้สมัครเข้ามาอยู่ในชมรม” ขณะที่ MA7 บรรยายว่า “ตอนแรกที่มาเข้าชมรม ตั้งใจจะมาวิ่งออกกำลังกายเอาสุขภาพตอนเย็นแล้วให้อาจารย์ช่วยสอนท่าทางการวิ่งให้ถูกด้วย แต่พอหลังๆ พอปรับท่าวิ่งได้แล้วมันก็วิ่งได้เร็วขึ้น เลยได้ไปแข่งด้วยกับทีมศรีบ ก็เลยได้แข่งมาตลอด” ส่วน MA15 ก็ให้ความเห็นว่า “ตอนแรกคือไม่รู้จักชมรมกรีฑาครับ แค่อยากหากีฬาเล่นตอนเย็นๆ รักษาสุขภาพเพราะผมตัวใหญ่ ก็ได้คุยกับอาจารย์ X (ชื่อสมมุติ) ว่าอยากเล่นกีฬา เขาก็เลยให้มาลองเล่นขว้างจักรกับทุ่มน้ำหนักในชมรม ก็เล่นมาเรื่อยๆ จนตอนนี้ครับ” ในประเด็นนี้สรุปได้ว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักส่วนหนึ่งเลือกมาเล่นกรีฑาด้วยแรงจูงใจที่ต้องการหากิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยมอง เห็นว่ากรีฑาเป็นกิจกรรมออกกำลังกายที่สามารถช่วยในการดูแลสุขภาพได้ดี สอดคล้องกับการศึกษาของ สาสี สุภาภรณ์ (2554) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการเรียนโยคะตามความต้องการของนิสิตปริญญาตรี พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ลงทะเบียนเรียนโยคะ เห็นว่าการเรียนมีประโยชน์ คือช่วยให้ปวดเมื่อยร่างกายน้อยลง สุขภาพกายดีขึ้น สมาธิและสุขภาพจิตใจดีขึ้น รวมถึงยังสามารถนำความรู้เกี่ยวกับโยคะไปใช้ในการดูแลสุขภาพได้ และสอดคล้องกับ ศิริวัฒนา บุรพรัตน์ (2556) ที่พบว่า การต้องออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดี เป็นแรงจูงใจสำคัญทางกายภาพที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างมาใช้บริการสนามกอล์ฟ และสอดคล้องกับการศึกษาของ เพลินจิต กลีบจำปี (2561) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างเลือกเล่นกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดเพราะต้องการมีสมรรถภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ และได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

1.4 มีนักกรีฑาที่ดีเป็นต้นแบบ การมีนักกรีฑาที่ดีหรือนักกรีฑาที่เก่งเป็นต้นแบบ ถือเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญที่ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกมาเล่นกรีฑา ตัวอย่างเช่น WA11 บอกว่า “หนูเองที่มามีนักกรีฑาส่วน

หนึ่งเพราะหนูมีอาจารย์ X (ชื่อสมมุติ) เป็นต้นแบบค่ะ เพราะเคยได้ยินอาจารย์เขาเล่าว่าเขาเป็นนักกรีฑามาก่อน เขามีรูปมาให้ดู แล้วก็เล่าว่าไปแข่งได้แชมป์อะไรมาบ้าง หนูก็อยากเป็นให้ได้ อย่างอาจารย์เขา ก็จะพยายามให้ได้” หรือที่ WA3 บรรยายถึงนักกีฬาต้นแบบของเขาว่า “คือหนูเล่นฟุตซอล แล้วหนูมีพี่ X (ชื่อสมมุติ) เป็นต้นแบบเลยค่ะ เพราะพี่เขาเคยอยู่ในชมรมเราแล้วก็เป็นักกีฬาทีมชาติ แล้วเขาก็เป็นคนมาสอนคอยบอกเทคนิคให้พวกหนู เลยอยากเป็นนักกรีฑาแบบพี่เขาค่ะ” และสอดคล้องกับที่ MA11 บอกว่า “อย่างผมเล่นวอลเลย์บอล เป็นประเภทลาน ก็มีพี่ X (ชื่อสมมุติ) เป็นไอดอลเลยครับ เพราะพี่เขาเล่นประเภทลานแบบผมแล้วเคยไปถึงทีมชาติมาแล้ว เวลาที่ผมเห็นเขาซ้อมแล้วมันไกลมากๆ ผมอยากเป็นให้ได้แบบพี่เขาบ้าง” ประเด็นนี้สรุปได้ว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกที่จะเล่นกรีฑา เนื่องด้วยมีนักกรีฑาต้นแบบที่ดี ทั้งที่มีต้นแบบเป็นรุ่นพี่ในโรงเรียนที่ฝึกซ้อมและสามารถพัฒนาตนเองไปถึงระดับติดทีมชาติ รวมถึงมีต้นแบบเป็นอาจารย์ (ผู้ฝึกสอนทีมกรีฑาของโรงเรียน) ที่เคยเป็นอดีตนักกรีฑาที่มีผลงานและมีชื่อเสียงที่ได้รับการยอมรับในวงการกรีฑาระดับชาติ ดังนั้น โค้ชกีฬาหรือผู้ฝึกสอนกีฬาแต่ละประเภท ควรเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็กและเยาวชนยอมรับและใช้เป็นต้นแบบในการเล่นกีฬาให้ประสบความสำเร็จ

2. แรงจูงใจภายนอกที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

2.1 มีเพื่อนชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา การมีเพื่อนชักชวนมาเล่นกรีฑา เป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญในการเลือกเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ดังที่ MA1 บรรยายว่า “พอที่ผมชอบวิ่งออกกำลังกายอยู่แล้ว ก็อยากเล่นกรีฑาให้กับโรงเรียนด้วย แต่ไม่กล้ามาสมัครเอง แล้วพอมีเพื่อนที่รู้จักมาชวนไปเล่นในชมรมนี้ด้วยกัน ก็เลยตัดสินใจมาสมัครเข้าชมรมครับ” ในขณะที่ WA15 บอกว่า “หนูเข้าชมรมกรีฑาตอน ม. 1 เลยค่ะ คือมีเพื่อนที่อยู่ห้องเดียวกันเขาอยู่ในชมรมมาก่อน ก็คุยกันแล้วเขาก็ชวนมาสมัครที่ชมรม พอได้มาซ้อมแล้วหนูก็ชอบ แล้วก็เล่นมายาวถึงตอนนี้เลย ค่ะ” เช่นเดียวกับที่ WA1 ให้สัมภาษณ์ว่า “ตอนแรกคือมีเพื่อนที่อยู่ชมรมมาชวนว่ามาซ้อมวิ่งด้วยกันมั๊ย สนุกดีนะ อาจารย์ก็ถามว่ามาลองดูมั๊ย ก็ลองมาดู ที่นี้ก็ซ้อมมายาวเลย ค่ะ สนุกดี ได้เพื่อนเพิ่มอีกเยอะเลย” ข้อค้นพบในประเด็นนี้สรุปได้ว่า เพื่อนถือเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเลือกเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก โดยในการศึกษานี้พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักได้รับการชักชวนจากเพื่อนร่วมชั้นเรียนหรือเพื่อนต่างชั้นเรียน หรือพี่และน้องต่างระดับชั้นกันภายในโรงเรียน ให้เข้ามาร่วมสมัครเป็นสมาชิกชมรมและฝึกซ้อมกรีฑา ซึ่งถือเป็นการสร้างเครือข่ายภายในโรงเรียนที่สำคัญของชมรมกรีฑาที่ช่วยให้มีสมาชิกเพิ่มขึ้น และได้รับความสนใจจากนักเรียนในโรงเรียนในการสมัครเป็นสมาชิกชมรม ผลการศึกษาสอดคล้องกับมหาลาภ ป้อมสุข, สาลี สุภาภรณ์ และอุษาร พันธ์วานิช (2559) ที่พบว่า เพื่อนเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเรียนรู้และความสนุกในการทำกิจกรรมพลศึกษาหรือกีฬา ผู้เรียนจะมีเจตคติที่ดีขึ้นจากการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนที่รู้จักหรือสนิทสนมกัน รวมถึงเป็นการเรียนรู้ด้านสังคมจากการได้เพื่อนใหม่ในชั้นเรียนพลศึกษาหรือเล่นกีฬา และยังสอดคล้องกับการศึกษาของ สุระเชษฐ์ โชติวรานนท์ (2550) ที่พบว่า เพื่อนมีความสำคัญต่อการเกิดเจตคติที่ดีต่อการเรียนวิชาพลศึกษาหรือการเล่นกีฬา

2.2 มีอาจารย์ชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา ผู้ให้ข้อมูลหลักเล่าถึงการชักชวนของอาจารย์ว่าเป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่มีส่วนในการตัดสินใจเลือกเล่นกรีฑา เช่นที่ MA12 เล่าว่า “ตอนแรกผมเล่น

ฟุตบอลครับ แต่พอตีผมมีปัญหาเกี่ยวกับการฝึกซ้อมกับทีมฟุตบอล แล้วตอนนั้นอาจารย์ X (ชื่อสมมุติ) ก็มาชวนให้ไปลองเล่นกรีฑาพอดิ ผมก็เลยไปลองมาฝึกซ้อมดู หลังจากนั้นก็เล่นมาเรื่อย ๆ จนถึงตอนนี้ครับ” ส่วน WA6 บรรยายว่า “หนูคิดว่าน่าจะเป็นเพราะอาจารย์ X (ชื่อสมมุติ) เป็นคนชวนเราเข้ามา ตอนแรก ๆ เราแค่ลองมาเล่นเฉย ๆ แต่อาจารย์เขาสนับสนุนเรา คอยซ้อมให้เรา เอาใจใส่เราดีมาก คอยสอนเราจนเราไปแข่งได้ มันทำให้เราเล่นกรีฑามาตลอด” สอดคล้องกับที่ MA10 บอกว่า “ผมมาเข้าชมรมเมื่อตอนต้นปี อาจารย์เป็นคนชักชวนเข้ามาพร้อมกับเพื่อน คือตอนแรกผมทักไลน์ไปหาอาจารย์เพื่อขอโปรแกรมซ้อมเพิ่มความฟิตเอง ที่นี้ได้คุยกับอาจารย์แล้วเขาเลยเรียกมาลองซ้อมในทีม สุดท้ายผมเลยได้สมัครเข้ามาอยู่ในชมรม” การศึกษาประเด็นนี้สามารถสรุปได้ว่า การชักชวนหรือการแนะนำของอาจารย์ให้สมัครเข้าร่วมชมรมกรีฑา เป็นแรงจูงใจสำคัญและมีอิทธิพลที่ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลหลักตัดสินใจสมัครเข้าร่วมชมรมกรีฑา ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ มัชฌิมา คำสุวรรณ และสาโรจน์ สิงห์ชม (2561) ที่ได้ศึกษาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของครูพลศึกษาในศตวรรษที่ 21 พบว่า หนึ่งในคุณลักษณะที่พึงประสงค์สำคัญคือ คุณลักษณะด้านการโน้มน้าวจิตใจ หรือหมายถึงความสามารถในการเจรจา การใช้ภาษาเพื่อสื่อสารได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมตามกาลเทศะ รวมถึงการสนทนา การรับฟัง ช่วยเหลือและชี้แนะให้แก่ผู้ร่วมงานหรือนักเรียน สอดคล้องกับที่ บุญยพรรณ นมื่นละม้าย (2563) อธิบายว่า นอกเหนือการปฏิบัติหน้าที่ทางด้านวิชาการทางพลศึกษาแล้ว ครูพลศึกษายังมีหน้าที่ในการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนรักการออกกำลังกายหรือเข้าร่วมกิจกรรมทางกายทั้งในและนอกชั่วโมงเรียนวิชาพลศึกษา

2.3 บรรยากาศในชมรมกรีฑาอบอุ่นเหมือนครอบครัว ผู้ให้ข้อมูลหลักให้ข้อมูลถึงบรรยากาศการอยู่ร่วมกันของสมาชิกในชมรมกรีฑาว่ามีความอบอุ่นสามัคคี ดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกันแบบครอบครัว ทำให้สมาชิกมีความสุขกับการฝึกซ้อมในแต่ละวัน ถือเป็นแรงจูงใจสำคัญของการเลือกมาเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ประเด็นนี้ WA6 บรรยายว่า “หนูรู้สึกว่ชมรมกรีฑาเราอยู่กันแบบครอบครัวค่ะ คือเราคอยดูแลกันตลอด ซ้อมด้วยกัน ไปแข่งด้วยกัน ผู้ปกครองก็คอยมาดูเราตอนฝึกซ้อมทุกวัน มันเลยสนิทกันหมดทุกคน” ขณะที่ WA5 บอกว่า “หนูเคยเล่นกีฬาว่ายน้ำมาก่อน มันก็จะซ้อมไปเรื่อย ๆ แล้วก็กลับบ้าน แต่พอมาชมรมกรีฑาเรารู้สึกว่าเรามีเพื่อนเยอะมาก มีเพื่อนต่างห้องต่างชั้นมากขึ้น คุยกันสนุกและเฟรนด์กันทุกคน คุยกันได้ทุกเรื่องเลย ทำให้หนูอยากมาซ้อมทุกวัน” ส่วน WA2 ก็เล่าว่า “ถ้าในชลบุรีชมรมเราถือว่าโด่งดังมากในวงการกรีฑาจะรู้จักกันดี หนูเองก็รู้จักตั้งแต่ตอนเรียนอยู่ที่สัตหีบ จนได้ย้ายมาเรียนที่นี่ก็ได้เข้าชมรม ถือว่าเป็นทีมกรีฑาที่อยู่กันแบบอบอุ่นมาก ที่นี่คอยดูแลช่วยเหลือช่วยกันแบบครอบครัว” ในประเด็นสามารถสรุปได้ว่า การฝึกซ้อมของสมาชิกชมรมกรีฑาในแต่ละวัน เป็นบรรยากาศที่คอยดูแลช่วยเหลือกันจากเพื่อนและผู้ปกครอง ได้พบปะพูดคุยจนสนิทสนมเป็นกันเอง จนผู้ให้ข้อมูลหลักรู้สึกมีความสุขและอบอุ่นเสมือนอยู่กับครอบครัว ถือเป็นแรงจูงใจสำคัญอีกประการหนึ่งที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ พัทพงค์ จิรพัฒน์พงศ์ (2562) ที่พบว่า การได้รับการสนับสนุนที่ดีจากเพื่อนและครอบครัวเป็นแรงจูงใจสำคัญที่นำไปสู่ความสำเร็จในการเล่นกีฬา

2.4 สนุกกับการฝึกซ้อมกรีฑา การฝึกซ้อมในแต่ละวันเป็นไปอย่างสนุกสนาน มีเพื่อนร่วมคุยที่ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักมีความสุขระหว่างการฝึกซ้อม ดังตัวอย่างเช่น WA5 เล่าว่า “คือจริง ๆ อยากจะบอกว่ากรีฑาเป็นกีฬาที่ดูอาจจะน่าเบื่อ บางคนอาจจะมองแค่มันเป็นการวิ่ง แต่ชมรมเราเวลาซ้อมกันแต่ละวันมันดูสนุก มันเหมือนอีกสังคมหนึ่งเวลาที่เรามาซ้อมด้วยกันตอนเย็น เพราะเวลาที่เราฟอร์มมันจะมีเรื่องคุยเรื่องเล่นให้สนุกกันด้วย” ส่วน WA12 บรรยายว่า “หนูเองเคยเล่นกีฬาฟุตบอลมาก่อน ถามว่าชอบมั๊ย ก็ยังชอบอยู่นะ แต่รู้สึกว่ามันไม่ว่าง ก็มาลองเล่นกรีฑาดู ที่นี้รู้สึกว่ามันสนุกนะ มันสนุกกับอะไรหลาย ๆ อย่าง สนุกที่เราเก่งขึ้น พัฒนาขึ้น สนุกกับเพื่อน สนุกกับโค้ช อะไรประมาณนี้” ขณะที่ MA7 กล่าวว่า “คือชมรมเรามันมีความพิเศษตรงที่เราค่อนข้างสนิทกัน ทั้งโค้ชทั้งนักกีฬาแล้วก็ผู้ปกครอง นัดกันไปซ้อมหรือไปแข่ง จะคุยเล่นหยอกล้อกันตลอด มันจะมีทั้งความสุขกับความสนุก ทำให้ผมรู้สึกดีมากว่าที่ไปเล่นกีฬาอื่น” ผลการศึกษาข้อนี้สรุปได้ว่า ความสนุกในระหว่างการฝึกซ้อมกรีฑา ทั้งความสนุกที่เกิดจากกิจกรรมหรือแบบฝึกประจำวัน ความสนุกที่เกิดจากการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับสมาชิกของชมรม รวมถึงความสนุกที่เกิดจากความท้าทายหรือผลลัพธ์ที่เกิดจากการฝึกซ้อม เช่น ความเร็วเพิ่มขึ้น หรือสถิติดีขึ้น ถือเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญที่ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกเล่นกรีฑา สอดคล้องกับการศึกษาของ ราชวัตร แก้วปัญญา, วัฒนา สุทธิพันธุ์ และนำชัย เสวล์ย์ (2554) ที่พบว่า ความสนุกสนานเพลิดเพลินในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน เป็นแรงจูงใจสำคัญของนักกีฬาเยาวชนในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก และสอดคล้องกับการศึกษาของ สมฤทัย อาริสาโพธิ์, อริสา สารคำ, อุษณีย์ หงษ์ศรีจันทร์, ธนวรรณพร ศรีเมือง (2566) ที่พบว่า ความสุขและความสนุกจากการเล่นกีฬาเป็นแรงจูงใจที่ส่งผลต่อนักกีฬาในการเล่นกีฬาฟุตบอล

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

แรงจูงใจทั้งภายในและภายนอก มีส่วนสำคัญต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนหรือเยาวชนระดับต่าง ๆ การศึกษานี้จะช่วยให้ผู้ฝึกสอนกีฬาชนิดต่าง ๆ รวมถึงครูพลศึกษาในสถานศึกษา ใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการสร้างและกระตุ้นให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาหรือกีฬาชนิดต่าง ๆ นำไปสู่การพัฒนาศักยภาพของนักเรียนให้มีการเตรียมพร้อมและมีทักษะทางด้านกรีฑาหรือกีฬาชนิดอื่น ๆ เพื่อไปสู่การแข่งขันระดับประเทศและระดับนานาชาติ พร้อมทั้งเป็นความสามารถพิเศษในการศึกษาต่อในระดับถัดไป โดยแรงจูงใจภายใน เช่น เจตคติต่อการเล่นกีฬา หรือการตั้งเป้าหมายเพื่อเป็นเลิศหรือเพื่อสุขภาพ ส่วนแรงจูงใจภายนอก เช่น มีการชักชวนของเพื่อนหรือของอาจารย์ ความสนุก และบรรยากาศในการฝึกซ้อมและแข่งขัน เป็นต้น

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณโรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ที่ได้ให้การสนับสนุนทุนวิจัยเรื่องนี้

เอกสารอ้างอิง

- คุณากร เปลื้องทุกข์. (2565). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจเข้าร่วมกิจกรรมวิ่งเทรลของนักท่องเที่ยวเชิงกีฬา. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต (วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศิลปากร, นครปฐม.
- บุญยทธธรรณ หนึ่นละม้าย. (2563). การพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะของครูพลศึกษาในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). สงขลา: มหาวิทยาลัยทักษิณ, สงขลา.
- พัศพงศ์ จิรพัฒนางค์. (2562). ปัจจัยพยากรณ์ต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลของนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬานักเรียนกรมพลศึกษา (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- เพลินจิต กลีบจำปี. (2561). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดของนักกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี, สุพรรณบุรี.
- มหาลาภ ป้อมสุข, สาลี สุภาภรณ์ และอุษากร พันธุ์วานิช. (2559). เจตคติที่มีต่อกิจกรรมพลศึกษาตามการรับรู้ของผู้เรียน. วารสารคณะพลศึกษา, 19(1), 167-182.
- มัทธมา คำสุวรรณ และสาโรจน์ สิงห์ชม. (2561). คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของครูพลศึกษาในศตวรรษที่ 21 ตามความต้องการของครูและบุคลากรทางการศึกษาในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 2. วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา, 10(1), 249-262.
- ระพีพัฒน์ เดือนเพ็ญศรี และเกษมสันต์ พานิชเจริญ. (2562). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสนุกสนานในการเรียนวิชาบาสเกตบอลกรณีศึกษาชั้นเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย. วารสารการศึกษาและการพัฒนาสังคม, 15(1), 183-192.
- ราชวัตร แก้วปัญญา, วัฒนา สุทธิพันธุ์ และนำชัย เลวลย์. (2554). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 39. วารสารวิจัยราชภัฏเชียงใหม่, 12(2), 100-109.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ และณอมวงศ์ ฤกษ์พันธ์. (2561). รวบรวมบทความเกี่ยวกับปรัชญา หลักการ วิธีสอนและการวัด เพื่อประเมินผลทางการศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิชัย ยี่มิน, วิมลมาศ ประชากุล, สุพัชริน เขมรัตน์, นิรอมลี มะกาเจ และอันโตนิโอ มานูเอล ฟอนเซก้า. (2559). ปัจจัยทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับการแสดงความสามารถของนักกีฬาฟุตซอลชั้นเลิศในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน. วารสารคณะพลศึกษา, 19(2), 254-267.
- ศิริวัฒนา บุรพรัตน์. (2556). การศึกษาเรื่องการเรียนรู้ของนักกีฬาอล์ฟต่อประสบการณ์ในสนามกอล์ฟกรณีศึกษา สนามกอล์ฟเขาทรายคันทรีคลับ (สารนิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยนเรศวร, พิษณุโลก.

- สมฤทัย อาริสาโพธิ์, อริสา สารคำ, อุษณีย์ หงษ์ศรีจันทร์, ธนวรรณพร ศรีเมือง. (2566). แรงจูงใจของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งประเทศไทย รอบคัดเลือกภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ครั้งที่ 48 มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม. *Journal of Sport Science and Health Innovation*, 2(4), 10-20.
- สรายุธ รักภู. (2554). แรงจูงใจในการเล่นกรีฑาของนักกรีฑาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 (ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สาตี สุภาภรณ์. (2550). วิจัยเชิงคุณภาพทางพลศึกษาและกีฬา. กรุงเทพฯ: สามลดา.
- สาตี สุภาภรณ์. (2554). การศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับคอร์สโยคะตามความต้องการของนิสิตปริญญาตรี. *วารสารคณะพลศึกษา*, 14(พิเศษ), 151-165.
- สุรเชษฐ์ โชติวรานนท์. (2550). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการมีเจตคติที่ดีต่อวิชาพลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

การอ้างอิงบทความ

มูธา นามพลกรัง. (2567). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี.



e-Journal of Education Studies, Burapha University, 6(1), 36-47. สืบค้นจาก

<https://so01.tci-thaijo.org/index.php/ejes/article/view/270240>