

การพัฒนาทักษะที่มีผลต่อความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด

DEVELOPMENT OF THE SKILL AFFECTING THE ACCURACY OF SHOOTING GOALS WITH
THE BACK FOOT OF GRADE 1-3 HIGH SCHOOL STUDENTS BAN DU FAI YAI SCHOOL

อภิสิทธิ์ งามโยธา¹ และ ธนวรรณพร ศรีเมือง^{1*}

Apisit Ngamyotha¹ and Tanawanaphorn Srimuang^{1*}

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม¹

Department of Sports Science, Faculty of Education, Rajabhat Maha Sarakham University¹

*Corresponding Author: ouye_131@hotmail.com

ข้อมูลบทความ	บทคัดย่อ
ประวัติบทความ: รับเพื่อพิจารณา: 20 กันยายน 2565 แก้ไข: 19 ตุลาคม 2565 ตอบรับ: 20 ตุลาคม 2565	การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการพัฒนาทักษะที่มีผลต่อความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด เลือกแบบเจาะจง จำนวน 15 คน ที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า ทำการฝึกทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า เป็นเวลา 4 สัปดาห์ ๆ ละ 3 วัน ทำการฝึกในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ในเวลา 16.00 - 17.00 น. วันละ 1 ชั่วโมง สถิติที่ใช้คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้า ก่อนและหลังการฝึกภายในกลุ่มด้วยสถิติที่กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยพบว่า 1) ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนการฝึกเท่ากับ 3.60 ± 0.99 คะแนน และหลังการฝึกเท่ากับ 8.80 ± 0.68 คะแนน ตามลำดับ 2) การเปรียบเทียบคะแนนค่าเฉลี่ยของความแม่นยำของการยิงประตูด้วยหลังเท้า ภายในกลุ่มตัวอย่างหลังการฝึกดีกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปได้ว่า หลังการฝึกการพัฒนาทักษะที่มีผลต่อความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้า สามารถเพิ่มความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าได้

Article Info	Abstract
Article History: Received: September 20, 2022 Revised: October 19, 2022 Accepted: October 20, 2022 Keywords: skill training/accuracy/back foot	The purposes of this research were to study and compare the effects of skills development affecting the accuracy of back foot shooting of high school students in grades 1 - 3 of Ban Du Fai Yai school, Roi Et province. The sample was high school students in grades 1 - 3 of Ban Du Fai Yai school, Roi Et province by using specific purposive sampling and did not qualify for practice shooting skills with the back foot. The program of practice shooting skills with the back foot was 4 weeks, 3 days per week; practice on Monday, Wednesday, and Friday, 1 hour per day from 4:00 - 5:00 pm. The data were analysed by using mean and standard deviation. The mean compares skills development affecting the accuracy of back foot shooting before and after training were compared with paired t-test at the .05 significant level. The results showed that 1) Mean and standard deviation accuracy of the back foot shooting of the subject, before training was 3.60 ± 0.99 points and after training was 8.80 ± 0.68 points, respectively. 2) The comparison of average scores for back foot shooting accuracy within the sample group, after training was better than before. There was a statistically significant difference at the .05 level. In conclusion of after training, the developing skills that affecting the accuracy of shooting with the back foot can increase the accuracy of shooting goals with the back foot.

1. บทนำ

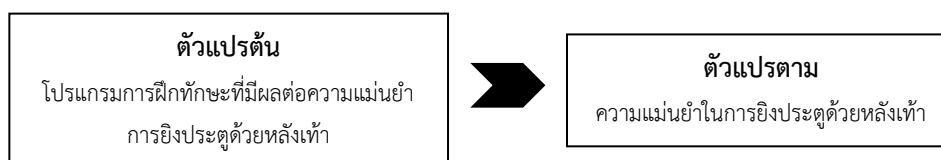
หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 มีความแตกต่างไปจากหลักสูตรการศึกษาของชาติฉบับที่ผ่านมาโดยกำหนดสาระการเรียนรู้ที่กำหนดกรอบไว้อย่างกว้าง ๆ มีเป้าหมายเพื่อใช้เป็นหลักสูตรแกนกลางที่ใช้ชี้ทางให้กับสถานศึกษา ครูผู้สอน และผู้เกี่ยวข้องที่มีส่วนจัดการศึกษาทั้งในระบบและนอกระบบสถานศึกษานำไปจัดทำหลักสูตรสถานศึกษาให้มีความสอดคล้องเหมาะสมกับความต้องการของสถานศึกษาและท้องถิ่น กีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาสากลที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายและให้มีการเรียนการสอนในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 โดยการเรียนรู้ช่วงชั้นมัธยมศึกษาและบางโรงเรียนได้นำไปจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในช่วงชั้นประถมศึกษาซึ่งในกิจกรรมการเรียนรู้อาเซียนทักษะกีฬานั้น วิธีการสอนเป็นส่วนช่วยที่สำคัญยิ่งส่วนหนึ่งของการศึกษาเป็นกระบวนการให้การศึกษาคือผู้สอนจัดให้ผู้เรียนเพื่อจะเรียนรู้ได้โดยสะดวก ถ้าผู้สอนรู้จักใช้วิธีการสอนที่ดีและ

เหมาะสมแล้วอย่าทำให้ผู้เรียนได้รับความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะและความชำนาญในวิชาที่เรียนและสามารถนำความรู้ไปศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมต่อไป [1]

ปัจจุบันกีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาที่มีความนิยมอย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะประเทศไทย กีฬาฟุตบอลถือว่าเป็นที่นิยมเป็นอันดับต้น ๆ ของกีฬาทุกชนิดและมีการจัดการแข่งขันตั้งแต่ระดับรากหญ้าไปจนถึงระดับประเทศ และกีฬาฟุตบอลได้มีการจัดการเรียนการสอนตามโรงเรียนต่าง ๆ ทั้งระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา [6] สอดคล้องกับงานวิจัยของ พุฒิพงศ์ นากา [7] ที่ได้ศึกษาเรื่องการยิงประตูและปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการยิงประตูฟุตบอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกีฬาสังกัดมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อศึกษาสภาพการณ์การยิงประตูฟุตบอล 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์การยิงประตูฟุตบอลกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการยิงประตูฟุตบอล 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการยิงประตูฟุตบอล 4) เพื่อพัฒนารูปแบบการยิงประตูฟุตบอลของนักกีฬาฟุตบอล โรงเรียนกีฬาสังกัดมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และครูผู้สอนกีฬาฟุตบอล โรงเรียนกีฬาในสังกัดมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ จำนวน 185 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ 1) แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ (checklist) ประกอบด้วย อายุ เพศ วุฒิการศึกษา ตำแหน่งปัจจุบัน ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน ประสบการณ์ด้านการสอน 2) แบบสอบถามการยิงประตูฟุตบอลของนักเรียนชาย 3) แบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการยิงประตูฟุตบอลของนักเรียน ผลการวิจัยพบว่า 1) กลุ่มตัวอย่างจำนวน 185 คน มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการยิงประตูและปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการยิงประตูของนักเรียนอยู่ในระดับมากที่สุดและด้านการยิงประตูฟุตบอลมีค่าเฉลี่ยสูงเป็นอันดับหนึ่ง อยู่ในระดับมากที่สุด และด้านปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการยิงประตูฟุตบอลอยู่ในระดับมากที่สุด 2) ความสัมพันธ์การยิงประตูฟุตบอลกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการยิงประตูฟุตบอลของนักกีฬาฟุตบอลพบว่าผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตามวิธีของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) ของตัวแปรการยิงประตูฟุตบอล ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการยิงประตูฟุตบอลของนักเรียน มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.01 โดยมีค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการยิงประตูฟุตบอลมีความสัมพันธ์กับตัวแปรปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการยิงประตูฟุตบอล ที่ค่า r เท่ากับ .81 3) ปัจจัยที่ส่งผลต่อการยิงประตูฟุตบอลของนักกีฬาฟุตบอล พบว่าการวิเคราะห์องค์ประกอบภายในการยิงประตูฟุตบอล แบ่งเป็น 7 องค์ประกอบ องค์ประกอบการยิงประตูด้วยข้างเท้าด้านใน การยิงประตูด้วยหลังเท้า การยิงประตูด้วยข้างเท้าด้านนอก การยิงประตูด้วยปลายเท้า การยิงประตูด้วยลูกโด่ง การยิงประตูด้วยลูกชิพและการยิงประตูด้วยศีรษะ โดยทั้ง 7 องค์ประกอบ มีค่าความสัมพันธ์ (r) ระหว่าง .88 ถึง .91 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 4) การพัฒนารูปแบบการยิงประตูฟุตบอลของนักกีฬาฟุตบอล โรงเรียนกีฬาสังกัดมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา พบว่าระดับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการยิงประตูฟุตบอลของนักเรียนรายด้านอยู่ในระดับมากที่สุด

ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้กิจกรรมพลศึกษาในวิชาฟุตบอล ผู้วิจัยประสบปัญหาในเรื่องการขาดทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 1-3 โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ ที่มีผลการเรียนไม่ผ่านเกณฑ์ จำนวน 15 คน ซึ่งเป็นทักษะที่ต้องสอบเก็บคะแนน ผู้วิจัยจึงคิดหาทางในการแก้ปัญหาด้วยการนำวิธีการฝึกทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้ามาใช้กับนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย เพื่อให้ให้นักเรียนมีความสามารถในการยิงประตูด้วยหลังเท้าเพิ่มขึ้น ซึ่งจากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า วิธีการสอนแบบแยกส่วนสามารถแก้ปัญหาทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้าของนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ และถ้าประสบผลสำเร็จก็เป็นประโยชน์ต่อโรงเรียนอื่น ๆ สามารถนำไปพัฒนาและประยุกต์ใช้ได้ต่อไป สาเหตุของปัญหาที่ทำให้ผู้เรียนไม่สามารถเรียนรู้

ทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากการเรียนรู้พฤติกรรม ความสามารถของผู้เรียน และกระบวนการจัดการเรียนรู้สามารถบ่งบอกถึงผู้เรียนขาดทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า และขาดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อต้นขา ในฐานะที่ผู้วิจัยได้ทำหน้าที่เป็นผู้ทดสอบสมรรถภาพทางทักษะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีที่ 1 - 3 จึงต้องทำการวิจัยการพัฒนาทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้าของกีฬาฟุตบอลโดยใช้วิธีการสอนแบบแยกส่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด เพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะและสามารถนำทักษะความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าที่ใช้ในกีฬาฟุตบอลได้อย่างมีประสิทธิภาพและนำไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสุขภาพให้ดียิ่งขึ้น และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ทำให้ร่างกายแข็งแรง รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย และการเรียนทักษะทางกีฬาเป็นรากฐานที่สำคัญของการเรียนวิชาพลศึกษา ครูพลศึกษาหรือนักพลศึกษาสามารถทราบสภาพความสามารถหรือข้อบกพร่องของนักเรียนได้ โดยการใช้แบบทดสอบทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้าของกีฬาฟุตบอลเป็นเครื่องมือในการดำเนินการ ข้อมูลที่ได้มานำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการแบ่งกลุ่มของนักเรียน เป็นพื้นฐานในการพิจารณาคะแนนหรือผลการเรียน และเป็นแนวทางในการปรับปรุงการเรียนการสอนในครั้งต่อไป ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยได้สรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด

2.2 เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้า ก่อนและหลังฝึกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด

3. วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชาย อายุระหว่าง 13 - 15 ปี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 (จำนวน 3 ห้อง) จำนวน 26 คน โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด

3.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชาย อายุระหว่าง 13 - 15 ปี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านคูฝายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด เลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) จำนวน 15 คน ที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า โดยกำหนดเกณฑ์ ดังนี้

- เกณฑ์การคัดเลือกเข้าร่วมการศึกษา (inclusion criteria)

- 1) เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านดู่ฝ่ายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด สุขภาพดี อายุระหว่าง 13 - 15 ปี
- 2) เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านดู่ฝ่ายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด ที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า
- 3) ไม่มีโรคประจำตัว

- เกณฑ์การคัดเลือกรับจากการศึกษา (exclusion criteria)

- 1) อยู่ในระหว่างการทำวิจัยมีอาการบาดเจ็บไม่สามารถทำการวิจัยต่อได้
- 2) ผู้ที่มีโรคประจำตัว

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1) โปรแกรมฝึกทักษะที่มีผลต่อความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้า จากการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมการฝึกทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน พิจารณาความสอดคล้องของโปรแกรมการฝึกในแต่ละข้อทั้งฉบับ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 0.82 และขึ้นการฝึกใช้เวลาประมาณ 60 นาที พักระหว่างท่า 2 นาที โดยจะฝึกกันทีละ 1 คน แล้วจึงเปลี่ยนไปฝึกรูปแบบอื่นไปเรื่อย ๆ ซึ่งจะประกอบไปด้วยท่าทาง ดังนี้คือ ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เตะลูกนิ่งจากบริเวณจุดโทษเพื่อทำประตู การวิ่งเข้าหาบอลเพื่อทำประตู และการเลี้ยงหลบกรวยเพื่อทำประตู

- 2) กรวยพลาสติกสีส้ม
- 3) ลูกฟุตบอล
- 4) นาฬิกาจับเวลา
- 5) มาร์คเกอร์
- 6) นกหวีด
- 7) แบบบันทึกข้อมูล

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1) ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตใช้สถานที่ สนามฟุตบอลโรงเรียนบ้านดู่ฝ่ายใหญ่ และทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง
- 2) ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ในการวิจัย ขั้นตอนการดำเนินการ วิธีการทดสอบและรายละเอียดที่ใช้ในการฝึกให้แก่กลุ่มตัวอย่างได้รับทราบ เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันและปฏิบัติได้ถูกต้อง
- 3) ก่อนการฝึก ทำการทดสอบความแม่นยำในการยิงประตูด้วยหลังเท้า
- 4) อธิบายท่าทางพร้อมกับการฝึกซ้อมท่าทางของโปรแกรมการฝึกทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า เพื่อให้เกิดความเคยชินของแต่ละท่าในโปรแกรมการฝึกทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า
- 5) ทำการฝึกตามโปรแกรมการฝึกทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้า โดยใช้ระยะเวลา 4 สัปดาห์ ๆ ละ 3 วัน ทำการฝึกในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เวลา 16.00 - 17.00 น. วันละ 1 ชั่วโมง สถานที่ฝึกโรงเรียนบ้านดู่ฝ่ายใหญ่
- 6) หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 ทำการทดสอบความแม่นยำในการยิงประตูด้วยหลังเท้า
- 7) นำผลการทดสอบมาวิเคราะห์ผลทางสถิติ

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ผลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยผลของความแม่นยำในการยิงประตูด้วยหลังเท้าใช้สถิติค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบความแตกต่างของความแม่นยำในการยิงประตูด้วยหลังเท้า ภายในกลุ่มก่อนและหลังการฝึก โดยใช้สถิติที (paired t-test)

4. ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาทักษะที่มีผลต่อความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านดู่ฝ่ายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด ผลการวิจัยพบว่า

4.1) ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนการฝึก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.60 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.99 และหลังการฝึก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 8.80 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.68 ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของกลุ่มตัวอย่างก่อนการฝึก และหลังการฝึก

กลุ่ม	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก	
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.
กลุ่มตัวอย่าง (15 คน)	3.60	0.99	8.80	0.68

4.2) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าภายในกลุ่มตัวอย่าง หลังการฝึกดีกว่าก่อนการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าภายในกลุ่มตัวอย่างก่อนการฝึกและหลังการฝึก

รายการ	$\bar{x}$	S.D.	t	Sig
ก่อนการฝึก	3.60	0.99	-26.00	0.000*
หลังการฝึก	8.80	0.68		

*p < .05

5. อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยมีประเด็นในการอภิปรายผลการวิจัยการพัฒนาทักษะที่มีผลต่อความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนบ้านดู่ฝ่ายใหญ่ จังหวัดร้อยเอ็ด ดังนี้

5.1) ผลการทดสอบความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของกลุ่มตัวอย่าง มีผลการทดสอบความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้า หลังการฝึกดีกว่าก่อนการฝึก เพราะได้รับการฝึกทักษะความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้า จึงทำให้มีทักษะเพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับคำกล่าวของ พิรวรรณ เรืองขจร [3] ได้กล่าวว่า การยิงประตูด้วยหลังเท้า เป็นการยิงประตูที่บอลจะพุ่งแรงมาก ซึ่งลูกจะไปได้แรงแค่ไหนขึ้นอยู่กับกล้ามเนื้อขาของคนเตะด้วย ถ้ามีการวางเท้าที่ดี ขาหลักที่เป็นฐานกับขาที่ยิงทำงานสอดคล้องกันอย่างดีจะช่วยให้สามารถกำหนดทิศทางการยิงได้อย่าง

แม่นยำและได้ประตุนั่นเอง การยิงในลักษณะนี้สามารถฝึกได้โดยให้บอลเคลื่อนที่ไปข้างหน้า สายตาคอยมองบอล และเมื่อถึงจังหวะที่จะยิงก็ให้ก้าวขาข้างที่ไม่ถนัดไว้ข้างลูกบอลเพื่อใช้เป็นฐานอย่างมั่นคง จากนั้นนำขาข้างที่ถนัดขึ้นเพื่อเตรียมตัวจะยิง ทางแขนออกเล็กน้อยเพื่อรักษาความสมดุลของร่างกาย ใช้สายตาเล็งไปที่กลางลูกบอล จากนั้นเหวี่ยงเท้าที่จ้ำงเข้าไปหาบอล ปล่อยให้เท้าแกว่งตามแรงที่ยิงลูกบอลออกไป อย่าเกร็งตอนยิงเพราะจะทำให้ลูกไม่แรงมากพอ และยังไม่เข้ากรอบ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อติสันต์ อมรรณชิตศักดิ์ [9] ที่ได้ศึกษาเรื่องผลของการฝึกแบบผสมผสานที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูของนักกีฬาฟุตบอลของโรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลการฝึกแบบผสมผสานที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูฟุตบอล กลุ่มตัวอย่างจำนวน 26 คน เป็นนักกีฬาฟุตบอลชาย อายุระหว่าง 12 - 14 ปี ของโรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ โปรแกรมการฝึกแบบผสมผสานสำหรับกลุ่มทดลองและโปรแกรมการฝึกฟุตบอลสำหรับกลุ่มควบคุม ดำเนินการทดลอง 8 สัปดาห์ วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำ วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางชนิดวัดซ้ำ กำหนดนัยสำคัญที่ระดับ .05 ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีความแม่นยำและความแรงในการยิงประตูเพิ่มขึ้นตามระยะเวลาของการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มควบคุมมีความแม่นยำในการยิงประตูเพิ่มขึ้น หลังผ่านการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ขณะที่ความแรงในการยิงประตูเพิ่มขึ้นตามระยะเวลาของการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบความแม่นยำในการยิงประตูระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ในส่วนความแรงในการยิงประตูระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันหลังผ่านการฝึก 8 สัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพราะความแรงในการยิงประตูด้วยหลังเท้า มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการทำประตูทุกครั้ง จึงมีความสำคัญต่องานวิจัยของผู้วิจัยเอง และทฤษฎีของ มงคล แผงสาเคน [8] ได้กล่าวว่า การเตะลูกด้วยหลังเท้า วิธีการคือเท้าหลักวางหลังลูกห่างประมาณ 1 ฝ่ามือ เขย่งส้นเท้าเล็กน้อย ลำตัวโน้มไปข้างหน้า (อย่าเงยหน้าหากต้องการให้ลูกเร็วกับพื้น) เท้าที่ใช้เตะเหยียด โดยการจุ่มปลายเท้า ข้อเท้าเกร็ง หัวเข่าตั้งอยู่เหนือลูกบอล สะบัดข้อเท้า ใช้แรงจากสะโพก ให้เตะกึ่งกลางของลูกบอลเหวี่ยงเท้าตามไป ลูกนี้มีประโยชน์มากในการยิงประตูเร็ว หนัก แม่น

5.2) การเปรียบเทียบคะแนนค่าเฉลี่ยของความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้า ภายในกลุ่มตัวอย่าง หลังการฝึกดีกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เกิดจากการได้รับการฝึกทักษะความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าที่ถูกต้อง ซึ่งดังที่ สันติ สิทธิจินดา [4] ได้กล่าวว่า การเตะลูกบอลด้วยหลังเท้าเหมาะกับการยิงประตูในขณะวิ่ง เพื่อจะส่งลูกบอลไปให้ได้ไกลและแม่นยำ ซึ่งการเตะลูกบอลด้วยหลังเท้า จะมีการใช้มากที่สุดการแข่งขัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ จิตติ พลไพรินทร์ และสมเกียรติ เนตรประเสริฐ [5] ที่ได้ศึกษาเรื่องผลของการฝึกความคล่องตัวที่มีต่อความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของนักกีฬาฟุตบอลระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ช่วงอายุ 12 - 15 ปี การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกความคล่องตัวที่มีต่อความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอลและเพื่อเปรียบเทียบผลการฝึกความคล่องตัวการฝึกการเล่นเกมในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของนักกีฬาฟุตบอลระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ช่วงอายุ 12 - 15 ปี กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักกีฬาฟุตบอลชายโรงเรียนบ้านเนินตำบลโคกหม้อ อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดนครราชสีมา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ช่วงอายุ 12 - 15 ปี จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบทดสอบวัดความคล่องตัวของกรมพลศึกษา การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มการฝึกความคล่องตัวและกลุ่มฝึกการเล่น เกม จำนวน 8 สัปดาห์ ๆ ละ 4 วัน คือ วันอังคารถึงวันศุกร์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์หาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างเป็นอิสระจากกัน ผลการวิจัยพบว่า ก่อนการฝึก ค่าเฉลี่ยความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของนักกีฬาฟุตบอลกลุ่มการฝึกความคล่องตัว กับกลุ่มการฝึกการเล่น เกม โดยกลุ่มการฝึกความคล่องตัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 22.84 วินาที และกลุ่มการฝึก

การเล่นเกมนี้อาจมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 24.00 วินาที โดยค่าเฉลี่ยของความสามารถในการเล่นลูกฟุตบอล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 กลุ่มการฝึกความคล่องตัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 20.76 วินาที และกลุ่มการฝึกการเล่นเกมนี้อาจมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 23.99 วินาที แสดงว่า หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 กลุ่มการฝึกความคล่องตัวมีค่าเฉลี่ยเวลาน้อยกว่ากลุ่มการฝึกการเล่นเกมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 โดยกลุ่มการฝึกความคล่องตัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 19.72 วินาที และกลุ่มการฝึกการเล่นเกมนี้อาจมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 23.93 วินาที แสดงว่าหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 กลุ่มการฝึกความคล่องตัวมีค่าเฉลี่ยเวลาน้อยกว่ากลุ่มการฝึกการเล่นเกมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. สรุปผลการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาทักษะที่มีผลต่อความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 สามารถทำให้มีความแม่นยำการยิงประตูด้วยหลังเท้าที่ดีขึ้น สามารถนำทักษะการยิงประตูด้วยหลังเท้าไปใช้กับนักกีฬาฟุตบอลในระดับโรงเรียน และช่วยให้มีสมรรถภาพทางกายด้านความแม่นยำที่ดีขึ้นได้

7. ข้อเสนอแนะ

- 7.1 ส่งเสริมการฝึกทักษะการยิงประตูฟุตบอลที่หลากหลายรูปแบบที่ส่งเสริมความเป็นเลิศในการเล่นฟุตบอลอาชีพในอนาคต
- 7.2 ควรมีการเสริมแรง และใช้จิตวิทยาในการเรียนรู้ เพื่อส่งเสริมทักษะการยิงประตูฟุตบอลของผู้เรียนให้มากขึ้น
- 7.3 ควรมีการศึกษาการพัฒนาทักษะการยิงประตูฟุตบอลในการจัดทำแผนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
- 7.4 ควรมีกิจกรรมในระหว่างการฝึกการยิงประตูฟุตบอลเพิ่มมากขึ้น โดยเน้นการทำงานกันเป็นทีม

8. กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ที่ให้การสนับสนุนการดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ ขอขอบคุณผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือวิจัยทุกท่านที่ได้ช่วยชี้แนะแนวทางและการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการดำเนินการวิจัย และที่ขาดไม่ได้คือกลุ่มตัวอย่างที่ได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีตลอดระยะเวลาการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยจนสามารถสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

- [1] กระทรวงศึกษาธิการ. (2553). หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- [2] วิมล ฐิติรัตน์. (2557). เทคนิควิจัยทางสังคมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- [3] พิรวัฒน์ เรืองขจร. (2559). บทที่ 9 หลักการฝึกกีฬา. สืบค้น 18 ตุลาคม 2565, จาก <https://www.elearning.psu.ac.th/courses/194/c%209.pdf>
- [4] สันติ สิทธิจินดา. (2556). โครงการตำราวิชาการในโอกาสครบรอบปีที่ 9 ของการสถาปนาสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2556. กรุงเทพมหานคร: อาร์ ที พี พรินต์ติ้ง.
- [5] จิตติ พลไพรินทร์ และสมเกียรติ เนตรประเสริฐ. (2558). ผลของการฝึกความคล่องตัวที่มีต่อความสามารถในการเล่นลูกฟุตบอล

ของนักกีฬาฟุตบอลระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ช่วงอายุ 12-15 ปี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). นครสวรรค์: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์.

- [6] วิริยา บุญชัย. (2529). การทดสอบและวัดผลทางพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- [7] พุฒิพงศ์ นากา. (2564). การยิงประตูและปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการยิงประตูฟุตบอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกีฬาสังกัดมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. วารสารวิชาการ มจร บุรีรัมย์, 6(2), 76-87.
- [8] มงคล แผงสาเคน. (2545). การฝึกฟุตบอล. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- [9] อติสันต์ อมรวิชช์ศักดิ์. (2563). ผลของการฝึกแบบผสมผสานที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูของนักกีฬาฟุตบอลของโรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.