



การวิจัยในชั้นเรียน

เรื่อง

ศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาออลเลย์บอล
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2560

โดย

อาจารย์เสาวณี ก้านดอกไม้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
ปีการศึกษา 2560

ชื่อเรื่อง : ศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ผู้ศึกษาค้นคว้า : นางสาวณิ ก้านดอกไม้
ปีการศึกษา : 2560

บทคัดย่อ

การศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล วิชาพลศึกษา(กีฬาวอลเลย์บอล) ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ผลการฝึกปฏิบัติทักษะเปรียบเทียบก่อนฝึกและหลังฝึกด้วยชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล เพื่อพัฒนาความสามารถพื้นฐานทางทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 160 คน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย การดำเนินการศึกษาโดยใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ได้แก่ ทักษะการเตะชูลูก การเล่นลูกสองมือล่าง(อันเดอร์) ใช้เวลาในการสอน 1 คาบต่อสัปดาห์ ประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยใช้ประเมินและแบบทดสอบทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล

ผลการศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลพบว่านักเรียนมีความก้าวหน้าในการทักษะการเตะชูลูก ก่อนฝึก 52.91 % หลังฝึก 85.60% ทักษะการเล่นลูกสองมือล่าง(อันเดอร์) ก่อนฝึก 55.13% หลังฝึก 86.61 %

ชื่อเรื่อง : ศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ผู้ศึกษาค้นคว้า : นางสาวณิ ก้านดอกไม้
ปีการศึกษา : 2560

บทคัดย่อ

การศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล วิชาพลศึกษา(กีฬาวอลเลย์บอล) ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ผลการฝึกปฏิบัติทักษะเปรียบเทียบก่อนฝึกและหลังฝึกด้วยชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล เพื่อพัฒนาความสามารถพื้นฐานทางทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 160 คน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย การดำเนินการศึกษาโดยใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ได้แก่ ทักษะการเตะชูลูก การเล่นลูกสองมือล่าง(อันเดอร์) ใช้เวลาในการสอน 1 คาบต่อสัปดาห์ ประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยใช้ประเมินและแบบทดสอบทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล

ผลการศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลพบว่านักเรียนมีความก้าวหน้าในการทักษะการเตะชูลูก ก่อนฝึก 52.91 % หลังฝึก 85.60% ทักษะการเล่นลูกสองมือล่าง(อันเดอร์) ก่อนฝึก 55.13% หลังฝึก 86.61 %

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	1
บทที่ 1 บทนำ.....	3
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	13
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	15
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ.....	17
บรรณานุกรม.....	19

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญ

การศึกษาเป็นกระบวนการพัฒนาคนทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เพื่อให้เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสร้างสรรค์ความมั่นคงให้แก่ประเทศไทย ในด้านเศรษฐกิจการเมืองและสังคม

วิชาพลศึกษาเป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่งของการศึกษาที่จะช่วยพัฒนาคนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรมจริยธรรม มีน้ำใจเป็นนักกีฬา สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ยึดหลักความมีเอกภาพด้านนโยบาย และมีความหลากหลายในการปฏิบัติ เป็นหลักสูตรแกนกลางที่มีโครงสร้างหลักสูตรยืดหยุ่น กำหนดจุดหมาย ซึ่งถือเป็นมาตรฐานการเรียนรู้ในภาพรวม 12 ปี สาระการเรียนรู้ มาตรฐานการเรียนรู้แต่ละกลุ่มสาระ และมาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้นเป็นช่วงชั้นละ 3 ปี จัดเฉพาะส่วนที่จำเป็นสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตความเป็นไทย ความเป็นพลเมืองดีของชาติ การดำรงชีวิตและการประกอบอาชีพ

หลักสูตรการศึกษาโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ได้กำหนดวิชาพลศึกษา กีฬาวอลเลย์บอล เป็นกีฬาเพื่อสุขภาพ จัดอยู่ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระเพิ่มเติมช่วงชั้นที่ 3 ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทุกคนได้เรียนรู้และมีทักษะในการออกกำลังกาย สอดคล้องกับสาระและมาตรฐานการเรียนรู้สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจทักษะในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กตัญญู มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา

การสอนกีฬาวอลเลย์บอลนั้น ผู้สอนต้องพยายามค้นคว้าหาวิธีสอนตลอดจนการวัดผล เพื่อพัฒนานักเรียนให้เล่นวอลเลย์บอลได้ และมีบรรยากาศสนุกสนานด้วย การที่จะรู้ว่าผู้เรียนบรรลุผลตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่ จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีการพัฒนาทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ทักษะเบื้องต้นที่เป็นพื้นฐานในการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลได้แก่ การเตะชูก ลูก การรับ-ส่งลูก เพื่อให้เกิดความ

เข้าใจในทักษะพื้นฐาน และสามารถนำทักษะพื้นฐานเบื้องต้นไปใช้ในการเรียนและนำไปใช้ใน
ชีวิตประจำวันได้

จากเหตุผลดังกล่าว จึงได้มีการคิดค้นวิธีการสอนและสร้างสื่อการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา กีฬาวอลเลย์บอล ที่ทันสมัยและเหมาะสมกับสภาพการณ์ปัจจุบัน นำวิธีการเรียนโดยใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล มาใช้ประกอบการเรียนการสอนในเรื่องทักษะเบื้องต้นของทักษะกีฬาวอลเลย์บอลช่วงชั้นที่ 3 ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ต้องการให้นักเรียนมีการพัฒนาทุกด้าน นักเรียนมีโอกาสที่จะพัฒนาตนเองอย่างอิสระมากขึ้น มีความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเอง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ฝึกฝนด้วยตนเองให้มากที่สุด โดยครูต้องคำนึงถึงความสามารถของนักเรียนเป็นหลักในการพิจารณา งานที่จะมอบหมายให้ทั้งชนิดและปริมาณ อยู่ในความควบคุมของครูซึ่งดูแลนักเรียนอย่างใกล้ชิดมากขึ้น ทำให้ครูผู้สอนสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับวิธีการสอน โดยใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะกีฬาวอลเลย์บอล เพื่อนำผลการเรียนรู้และการพัฒนาทางทักษะกีฬาวอลเลย์บอลไปใช้ และเป็นประโยชน์ในการพัฒนาการเรียนการสอนกีฬาวอลเลย์บอลต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษากีฬาวอลเลย์บอล ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล โดยวิเคราะห์ความก้าวหน้าทางการเรียนจากการใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ปีการศึกษา 2560

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลที่ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้น

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ผลการพัฒนาทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล หมายถึง ชุดฝึกปฏิบัติทักษะ เรื่อง ทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใช้ประกอบการเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนด้วยตนเอง

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา กีฬาวอลเลย์บอล หมายถึง คะแนนที่ได้จากการทดสอบจากแบบประเมินและแบบทดสอบทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

3. ทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล หมายถึง ทักษะพื้นฐานในการเตะชลูก การรับ-ส่งลูก

3.1 ทักษะการเตะชลูกมีดังนี้

1. ทักษะการเตะชลูกระดับต่ำ
2. ทักษะการเตะชลูกระดับสูง

3.2 ทักษะเบื้องต้นในการเล่น

1. ทักษะการยืน
2. ทักษะการอันเดอร์หรือการเล่นสองมือล่าง
3. ทักษะเสิร์ฟ

ประโยชน์ของการวิจัย

1. ได้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีคุณภาพ
2. เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์แก่ครูพลศึกษา ต่อไป
3. เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการให้กับครูผู้สอนรายวิชาอื่น

วิธีการดำเนินการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 160 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แผนการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษา พ 23101 เรื่องทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล
3. แบบประเมินและแบบทดสอบทักษะปฏิบัติทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ค่าร้อยละ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การนำชุดปฏิบัติการทักษะเบื้องต้นกีฬาพลเลย์บอลมาใช้ในการเรียนการสอน เป็นการพัฒนาให้เกิดสื่อการสอนที่สนองความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน และเป็นสื่อที่เร้าใจ สามารถกระตุ้นให้ผู้เรียนด้านการเรียนรู้มากขึ้น การศึกษาค้นคว้าเพื่อสร้างชุดฝึกปฏิบัติการทักษะเบื้องต้นกีฬาพลเลย์บอล ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544

1. หลักการ

เพื่อให้การจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็นไปตามนโยบายการจัดการศึกษาของประเทศไทยจึงกำหนดหลักการของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานไว้ดังนี้

- 1.1 เป็นการศึกษาเพื่อความเป็นเอกภาพของชาติ มุ่งเน้นความเป็นไทยควบคู่กับความ เป็นสากล
- 1.2 เป็นการศึกษาเพื่อปวงชน ที่ประชาชนทุกคนจะได้รับการศึกษาอย่างเสมอภาคและเท่าเทียมกัน โดยสังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา
- 1.3 ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาและเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต โดยถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด สามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ
- 1.4 เป็นหลักสูตรที่มีโครงสร้างยืดหยุ่นทั้งด้านสาระ เวลา และการจัดการเรียนรู้
- 1.5 เป็นหลักสูตรที่จัดการศึกษาได้ทุกรูปแบบ ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย สามารถเทียบโอนผลการเรียนรู้และประสบการณ์

2. จุดมุ่งหมาย

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานมุ่งพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นคนดี มีปัญญา มีความสุข และมีความเป็นไทย มีศักยภาพในการศึกษาต่อ และประกอบอาชีพ จึงกำหนดจุดมุ่งหมายซึ่งเป็นมาตรฐานการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเกิดลักษณะอันพึงประสงค์ดังต่อไปนี้

- 2.1 เห็นคุณค่าของตนเอง มีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตนหลักธรรมของพุทธศาสนา หรือ ศาสนาที่ตนนับถือ มีคุณธรรม จริยธรรมและคุณธรรมอันพึงประสงค์
- 2.2 มีความคิดสร้างสรรค์ ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน รักการอ่าน รักการเขียน และรักการค้นคว้า

2.3 มีความรู้อันเป็นสากล รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงและความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการมีทักษะและศักยภาพในการจัดการเรียนการจัดการสื่อสารและเทคโนโลยี ปรับวิธีการคิดวิธีการทำงานได้เหมาะสมสถานการณ์

2.4 มีทักษะและกระบวนการ โดยเฉพาะทางคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ทักษะการคิดการสร้างปัญหา และทักษะในการดำเนินชีวิต

2.5 รักการออกกำลังกาย ดูแลตนเองให้มีสุขภาพและบุคลิกภาพที่ดี

2.6 มีประสิทธิภาพในการผลิตและการบริโภค มีค่านิยมเป็นผู้ผลิตมากกว่าผู้บริโภค

2.7 เข้าใจในงานวิชากลุ่มการทำงานอาชีพและเทคโนโลยี เป็นพลเมืองดี

2.8 มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์ศิลปะ วัฒนธรรมประเพณีของไทย ภูมิปัญญาไทย ทรัพยากรธรรมชาติและพัฒนาสิ่งแวดล้อม

3. สาระการเรียนรู้และมาตรฐานการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ประกอบด้วย

สาระที่ 1	การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์
มาตรฐาน พ 1.1	เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโต และพัฒนาของมนุษย์
สาระที่ 2	ชีวิตและครอบครัว
มาตรฐาน พ 2.1	เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิต ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต
สาระที่ 3	การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
มาตรฐาน พ 3.1	เข้าใจมีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา
มาตรฐาน พ 3.2	รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา
สาระที่ 4	การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
มาตรฐาน พ 4.1	เห็นคุณค่า และมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การ ป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อ

สุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

กีฬาบอลเลย์บอลเป็นกีฬาที่จัดอยู่ในสาระที่ 3 มาตรฐาน พ 3.1 และมาตรฐาน พ 3.2 ที่จะต้องพัฒนาให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ มีความตระหนักในความสำคัญในการออกกำลังกายและนำไปปฏิบัติจนเกิดเป็นนิสัย

คำอธิบายรายวิชา

กีฬาบอลเลย์บอล จัดอยู่ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มุ่งให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมการบริหาร การออกกำลังกาย ด้วยกิจกรรมบอลเลย์บอล ในเรื่องการขึ้น การเล่นลูกสองมือล่าง การแตะชูลูก(การเซต) การเสิร์ฟในแบบต่าง ๆ อย่างถูกต้อง ปลอดภัยและสนุกสนาน อาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่น ๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมกับบอลเลย์บอลมาแทนตามความเหมาะสม พร้อมทั้งให้เรียนรู้การป้องกัน การแก้ไข การเสริมบุคลิกภาพทางกายและทางจิตใจมีระเบียบวินัย เห็นคุณค่าและนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้

กีฬาบอลเลย์บอล

กีฬาบอลเลย์บอลเป็นการเล่นระหว่างผู้เล่น 2 ทีม จุดประสงค์ของแต่ละทีมก็คือการตีลูกข้ามตาข่ายโดยพยายามไม่ให้ลู่อู่รับลูกที่ตีไปได้ ทั้งพยายามรับลูกจากการตีของคู่แข่งให้ได้ ให้ถูกต้องตามหลักกติกา การเล่นบอลเลย์บอลให้ประสบความสำเร็จจะต้องฝึกทักษะต่าง ๆ ให้เกิดความชำนาญ ทักษะพื้นฐานในการเล่นบอลเลย์บอล ประกอบด้วย

1. การทรงตัว
2. การเคลื่อนที่
3. การแตะชูลูก
4. การเล่นลูกสองมือล่าง (อันเดอร์)
5. การเสิร์ฟ
6. การกระโดดตบ
7. การสกัดกั้น

ชุดฝึกปฏิบัติทักษะ

ความหมายของชุดฝึก

ชุดการฝึก หมายถึง สิ่งที่สร้างขึ้นเพื่อเสริมสร้างทักษะให้แก่ผู้เรียน มีลักษณะเป็นชุดที่มีกิจกรรมให้ผู้เรียนฝึก เพื่อสร้างความเข้าใจ ปฏิบัติได้คล่องแคล่ว ถูกต้อง กำหนดให้เป็นเรื่อง ๆ หรือแยกเป็นหน่วยก็ได้

หลักการสร้างชุดฝึก

1. ให้มีคำชี้แจงง่ายและสั้น เพื่อให้เด็กเข้าใจง่าย
2. เรียงลำดับขั้นตอนของชุดการฝึกจากง่ายไปหายากเพื่อให้เด็กมีกำลังใจทำ
3. จัดทำชุดการฝึกให้น่าสนใจและท้าทายให้แสดงความสามารถ
4. ครูควรต้องพิจารณาชุดการฝึกด้วยความละเอียด อย่าให้มีข้อผิดพลาดได้
5. ควรมีชุดการฝึกหัดจำนวนมาก ๆ เพื่อให้ให้นักเรียนเลือกทำตามความสามารถ

ลักษณะของชุดฝึก

1. เกี่ยวข้องกับบทเรียนที่เรียนมาแล้ว
2. เหมาะสมกับระดับวินัย ความสามารถของผู้เรียน
3. มีคำชี้แจงสั้น ๆ ที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจวิธีทำได้ง่าย
4. ใช้เวลาเหมาะสมไม่เร็วหรือช้าเกินไป
5. เป็นสิ่งที่น่าสนใจหรือท้าทายให้แสดงความสามารถ

ประโยชน์ของชุดการฝึก

1. ช่วยให้นักเรียนเรียนด้วยตนเองตามอัธยาศัย ความสามารถของแต่ละคน
2. ช่วยแก้ปัญหาการขาดแคลนครู
3. ช่วยสอนซ่อมเสริมให้นักเรียนที่เรียนไม่ทัน
4. ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการมีทักษะด้านกีฬา
5. ช่วยไม่ให้เกิดความเบื่อหน่ายจากการเรียนที่ครูต้องทบทวนซ้ำ
6. สนองความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่จำเป็นต้องเรียนให้พร้อมกัน
7. นักเรียนตอบผิดไม่มีผู้เยาะเย้ย
8. นักเรียนไม่ต้องคอยฟังการสอนของครู
9. ช่วยลดภาระของครูในการสอน
10. ช่วยประหยัดรายจ่ายค่าอุปกรณ์ที่มีนักเรียนจำนวนมาก
11. ผู้เรียนจะเรียนเมื่อใดก็ได้ ไม่ต้องคอยฟังครู

12. การเรียนไม่จำกัดเวลา สถานที่
13. ช่วยส่งเสริมความรับผิดชอบของผู้เรียน

หลักการนำชุดฝึกไปใช้

1. การฝึกให้ได้ผลดีต้องฝึกเป็นรายบุคคล
2. การที่จะฝึกให้ทำแบบฝึกหัดนั้นควรจะฝึกเฉพาะเรื่องให้จบเป็นเรื่อง ๆ
3. ควรให้มีการฝึกหลาย ๆ ครั้งในแต่ละทักษะ
4. แบบฝึกหัดแต่ละครั้งควรให้คะแนนเพื่อวัดผลความก้าวหน้า
5. แบบฝึกควรมีมาตรฐานและความเหมาะสม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ปทุมพร บุญลี (2546 : 68) ได้สร้างแบบฝึกทักษะเพื่อพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหาทางคณิตศาสตร์เรื่องพื้นที่ผิวและปริมาตรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือชุดแบบฝึกทักษะ แผนการสอนวิชาคณิตศาสตร์ แบบทดสอบย่อยแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก และแบบวัดความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ ผลการศึกษาค้นคว้าปรากฏว่าประสิทธิภาพของชุดแบบฝึกทักษะเพื่อพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์เรื่อง พื้นที่ผิวและปริมาตร ในแต่ละเรื่องมีประสิทธิภาพสูงกว่า 80/80 และความสามารถในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์ของนักเรียนหลังจากที่ได้รับการสอนโดยใช้ชุดแบบฝึกทักษะเพื่อพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์สูงกว่าก่อนได้รับการสอนโดยใช้ชุดแบบฝึกทักษะเพื่อพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ฉัฐรส บัญชาชาญชัย (2540 : บทคัดย่อ) สร้างแบบประเมินและแบบทดสอบทักษะกีฬาบาสเกตบอลสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดอินทาราม เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร กำลังเรียนวิชา วอลเลย์บอล นักเรียนชาย 30 คน นักเรียนหญิง 30 คน และกลุ่มศึกษาเกณฑ์ปกติ ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่ม 7 นี้กำลังศึกษาวิชา วอลเลย์บอล จำนวนนักเรียนชาย 181 คน นักเรียนหญิง 165 คนการวิเคราะห์คุณภาพของแบบประเมินใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์แบบสเปียร์แมน และการวิเคราะห์คุณภาพของแบบทดสอบใช้ค่าสัมประสิทธิ์แบบเพียร์สัน โดยแบ่งเกณฑ์ระดับความสามารถของแบบประเมินและแบบทดสอบแบ่งไว้เป็น 5 ระดับดังตารางด้านล่าง

ระดับ ความสามารถ	คะแนนการประเมิน นักเรียนชายและหญิง	คะแนนการสอบ	
		คะแนนนักเรียน	คะแนนนักเรียนหญิง
สูงกว่า	4	67 และมากกว่า	67 และมากกว่า
สูง	3	56 – 66	56 – 66
ปานกลาง	2	45 – 55	45 – 55
ต่ำ	1	34 – 44	34 – 44
ต่ำมาก	0	33 และน้อยกว่า	33 และน้อยกว่า

ความสัมพันธ์ภายในของแบบประเมินและแบบทดสอบ แต่ละรายการทุกคู่และแต่ละรายการกับคะแนนรวมมีความสัมพันธ์ระดับปานกลางถึงสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาการใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล เพื่อหาประสิทธิภาพและความก้าวหน้าทักษะเบื้องต้นของกีฬาวอลเลย์บอลของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 160 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แผนการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษา พ23101 เรื่องทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล
3. แบบประเมินและแบบทดสอบทักษะปฏิบัติทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ค่าร้อยละ

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 160 คน นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. นักเรียนมีความก้าวหน้าในการฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล โดยใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล จำแนกเป็น 2 กลุ่มทักษะ ดังตาราง

ตาราง

แสดงร้อยละความก้าวหน้าในการฝึกปฏิบัติเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล โดยใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นจำแนกเป็น 2 กลุ่มทักษะ

ทักษะเบื้องต้นกีฬา วอลเลย์บอล	การตะขงูถุก		การอันเดอร้	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
ร้อยละ ความก้าวหน้า				
นักเรียนจำนวน 160 คน	52.91%	85.60%	55.13%	86.61%

จากตารางพบว่านักเรียนมีความก้าวหน้าในการฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล โดยใช้ชุดฝึกปฏิบัติเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลจำแนกตามกลุ่มทักษะ คือ การตะขงูถุก ก่อนฝึก 52.91 % หลังฝึก 85.60 % ทักษะการเล่นลูกสองมือล่าง (อันเดอร้) ก่อนฝึก 55.13 % หลังฝึก 86.61 % แสดงว่าการฝึกทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลโดยใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬา วอลเลย์บอลทั้ง 2 ทักษะ นักเรียนมีความก้าวหน้าทุกคน

บทที่ 5

สรุปผล และข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยและพัฒนากาใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาขอรายงานผลการพัฒนากาใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลก่อนและหลังใช้ ดังนี้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาและพัฒนาชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษากีฬาวอลเลย์บอล ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล โดยวิเคราะห์ความก้าวหน้าทางการเรียนจากการใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 160 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แผนการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษา พ23101 เรื่องทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล
3. แบบประเมินและแบบทดสอบทักษะปฏิบัติทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ค่าร้อยละ

สรุปผลการวิจัย

ผลการใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา วิเคราะห์ข้อมูลจากการฝึกปฏิบัติด้วยแบบประเมิน และทดสอบทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอลได้ดังนี้

1. วิเคราะห์ความก้าวหน้าทางการเรียนของนักเรียนในการใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล จำแนกเป็น 2 กลุ่ม ทักษะการตีลูกหน้ามือ การตีลูกหลังมือ ดังนี้

1.1 ทักษะการเตะชูลูก ก่อนฝึก 52.91 % หลังฝึก 85.60 %

1.2 ทักษะการเล่นลูกสองมือล่าง (อันเดอร์) ก่อนฝึก 55.13 % หลังฝึก 86.61 %

ผลการฝึกทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ในการใช้ชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล ทั้งทักษะหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนทุกทักษะแสดงว่านักเรียนมีความก้าวหน้าทางการเรียน

ข้อเสนอแนะ

1. จัดทำชุดฝึกปฏิบัติทักษะในรายวิชาอื่น ๆ ได้เช่นเดียวกับชุดฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นกีฬาวอลเลย์บอล

บรรณานุกรม

กรมวิชาการ, กระทรวงศึกษาธิการ.(2545). **หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544.**

พิมพ์ครั้งที่ 2 : องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.).

นั้ฐรัส ปัญญาชาญชัย.(2540). **การสร้างแบบประเมินและแบบทดสอบทักษะกีฬาบาสเกตบอล
สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. ปรินญาณินพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต
กรุงเทพฯ :มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, อัดสำเนา.**

ปฐุมพร บุญลี.(2546). **แบบฝึกทักษะเพื่อพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหาทางคณิตศาสตร์เรื่อง
พื้นที่ผิวและปริมาตรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กรุงเทพฯ .**

ผานิต บิลมาศ.(2530). **การวัดทักษะกีฬา.กรุงเทพฯ:ภาควิชาพลศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.**

ภิญโญ สาร.(2526). **การบริหารการศึกษา. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช.**