สภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

พัชรินทร์ ปาวะลี

วิทยานิพนธ์เสนอบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการจัดการกีฬา
ปีการศึกษา 2563

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยนเรศวร

สภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

พัชรินทร์ ปาวะลี

วิทยานิพนธ์เสนอบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการจัดการกีฬา
ปีการศึกษา 2563

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยนเรศวร

วิทยานิพนธ์ เรื่อง "สภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ"

ของ พัชรินทร์ ปาวะลี

ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬา

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.... ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

(รองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย)

.... ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อาพัทธ์ เตียวตระกูล)

.... กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทัศนา จารุชาต)

.... กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิภายใน

(รองศาสตราจารย์ ดร.ภูฟ้า เสวกพันธ์)

อนุมัติ

....

(ศาสตราจารย์ ดร.ไพศาล มุณีสว่าง)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ชื่อเรื่อง	สภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ
ผู้วิจัย	พัชรินทร์ ปาวะลี
ประธานที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อาพัทธ์ เตียวตระกูล
กรรมการที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทัศนา จารุชาต
ประเภทสารนิพนธ์	วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. สาขาวิชาการจัดการกีฬา, มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2563
คำสำคัญ	การพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ, วิทยาศาสตร์การกีฬา, มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ วิธีการวิจัยแบ่งการออกเป็น 2 ระยะคือ 1) ศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 132 คน ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง เท่ากับ 0.60 - 0.90 และ ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.97 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาซึ่งประกอบด้วย จำนวน ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ 2) การหาแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 14 คน ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างแล้วทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่า สภาพการดำเนินงานตามวงจรคุณภาพ PDCA ทุกด้านอยู่ในระดับมาก ทั้งโดยรวมและรายด้าน อาทิ ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา เวชศาสตร์การกีฬา จิตวิทยาการกีฬา โภชนาการทางการกีฬาและเทคโนโลยีทางการกีฬา อีกทั้งแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามวงจรคุณภาพ PDCA โดยการนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้กับการพัฒนานักกีฬามีการดำเนินงานที่มีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมายสู่ความเป็นเลิศด้านกีฬาเป็นไปตามหลักการของวิทยาศาสตร์การกีฬา

Title	CONDITIONS AND GUIDELINES FOR ATHLETE DEVELOPMENT THROUGH SPORTS SCIENCE PRINCIPLES FOR THE EXCELLENCE OF THE SPORTS OFFICE IN THE NATIONAL SPORTS UNIVERSITY (NORTHERN CAMPUS)
Author	PACHCHARIN PAWALEE
Advisor	Assistant Professor Arphat Tiaotrakul, Ph.D.
Co-Advisor	Assistant Professor Tussana Jaruchart, Ph.D.
Academic Paper	Thesis M.A. in Sport Management, Naresuan University, 2020
Keywords	Development of elite athletes, Sports science, National Sports University

ABSTRACT

The purposes of this research were : 1) to study the conditions and guidelines for athlete development through the principles of sports science for the excellence of the sports office in the National Sports University (Northern Campus). The research was divided into 2 phases, the conditions (phase 1) and the guidelines (phase 2) for athlete development. First, target group was 132 persons who were sports professional and elite athletes. They were selected by purposive sampling. The instrument used for data collecting was questionnaire, IOC range from 0.60 - 0.90 and Alpha coefficient reliability value of 0.97. The quantitative method of statistical analysis was analyzed by using frequency, percentage, mean, and standard deviation. Second, target group was 14 persons who involved in sports development selected by purposive sampling. The descriptive data was collected by using semi-structured interview and then used content analysis.

The results showed that working conditions, with PDCA quality cycle, were at a high level in all issues of sports science such as body conditioning, sports medicine, sports psychology, sports nutrition, and sports technology. Additionally, the guidelines for athlete development through the principles of sports science can be effectively applied and attained the development in sports excellence relevant to issues of sports science.

ประกาศคุณูปการ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อาพัทธ์ เตียวตระกูล ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทัศนา จารุชาต คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่อุตส่าห์เสียสละเวลาอันมีค่ามาเป็นที่ปรึกษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะและคำแนะนำ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องของวิทยานิพนธ์ด้วยความเอาใจใส่เสมอมา จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้อย่างสมบูรณ์ และทรงคุณค่า

ผู้วิจัยขอกราบขอบประคุณ รองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โกศล รอดมา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระวัฒน์ สุขีสาร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณวิสา บุญมาก และ รองศาสตราจารย์ ดร.เทียมจันทร์ พานิชย์ผลินไชย ผู้เชี่ยวชาญ ที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ให้ความรู้ คำปรึกษา ตรวจสอบแก้ไขและวิจารณ์ผลงาน ทำให้งานวิจัยนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้บริหาร หัวหน้าสำนักงานกีฬา อาจารย์และบุคลากรทางการศึกษา ผู้เชี่ยวชาญกีฬา นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย รวมทั้งท่านอื่น ๆ ที่มิได้เอ่ยนามในที่นี้ ที่ช่วยอำนวยความสะดวกให้ความช่วยเหลือและความร่วมมือ ทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จได้ด้วยดี

เหนือสิ่งอื่นใดผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา ครอบครัว ครู อาจารย์ของผู้วิจัยที่ให้กำลังใจและให้การสนับสนุนในทุก ๆ ด้านอย่างดีที่สุดเสมอมา

คุณค่าและคุณประโยชน์อันพึงจะมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบและอุทิศแด่ผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่านทั้งในอดีตและปัจจุบันที่ทำให้ข้าพเจ้าเป็นผู้มีการศึกษาและประสบความสำเร็จมาจนตราบเท่าทุกวันนี้ และผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า งานวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์กับการพัฒนากีฬาในประเทศและผู้ที่สนใจไม่มากก็น้อย

พัชรินทร์ ปาวะลี

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ...... ค
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ...... จ
ประกาศคุณูปการ ...... ช
สารบัญ ...... ซ
สารบัญตาราง ...... ฎ
สารบัญภาพ ...... ฏ
บทที่ 1 บทนำ 13
ความเป็นมาของปัญหา 13
จุดมุ่งหมายของการวิจัย 16
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ 16
ขอบเขตของการวิจัย 17
นิยามศัพท์เฉพาะ 17
กรอบแนวคิดของการวิจัย 19
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 20
1. การพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ 21
2. การพัฒนานักกีฬาด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา 33
3. มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ 49
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวงจรการควบคุมคุณภาพ PDCA 62
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 68

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....75
ระยะที่ 1 การศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬา.....75
กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย.....75
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....76
ลักษณะของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....77
การสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ.....77
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....78
การวิเคราะห์ข้อมูล.....78
สถิติที่ใช้ในการการวิเคราะห์ข้อมูล.....79
ระยะที่ 2 แนวทางการพัฒนานักกีฬา.....79
กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย.....79
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....80
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....80
การวิเคราะห์ข้อมูล.....80
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....82
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....82
ระยะที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการพัฒนานักกีฬา.....82
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....82
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....85
ระยะที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแนวทางการพัฒนานักกีฬา.....89
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์.....90
ตอนที่ 2 แนวทางการพัฒนานักกีฬา.....92

ส่วนที่ 1 กระบวนการวางแผน (Plan)....92
ส่วนที่ 2 กระบวนการปฏิบัติ (Do)....93
ส่วนที่ 3 กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check)....94
ส่วนที่ 4 กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act)....96
บทที่ 5 บทสรุป....98
สรุปผลการวิจัย....98
อภิปรายผลการวิจัย....100
ข้อเสนอแนะ....102
ข้อเสนอแนะจากการวิจัย....102
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป....103
บรรณานุกรม....104
ภาคผนวก....111
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย....112
ภาคผนวก ข แบบแสดงความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิที่มีต่อแบบสอบถามงานวิจัย 113
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย....129
ภาคผนวก ง แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัย....144
ประวัติผู้วิจัย....147

สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 แสดงกลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย 76

ตาราง 2 แสดงการจำแนกคุณสมบัติของกลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย 79

ตาราง 3 แสดงค่าจำนวน ร้อยละ จำแนกตามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม 82

ตาราง 4 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน กระบวนการวางแผน 85

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน กระบวนการปฏิบัติ 86

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ 87

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน กระบวนการปรับปรุงแก้ไข 88

ตาราง 8 แสดงค่าจำนวน ค่าร้อยละ จำแนกตามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ 90

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย..19

ภาพ 2 การเจริญเติบโตของเพศหญิงและเพศชาย 27

ภาพ 3 วุฒิภาวะของเพศหญิงและเพศชาย 27

ภาพ 4 การวิเคราะห์กระบวนการทำงานตามวงจรควบคุมคุณภาพ PDCA 68

ภาพ 5 สภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ของ
สำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ 89

บทที่ 1
บทนำ

ความเป็นมาของปัญหา

ปัจจุบันกีฬาและการออกกำลังกายนับได้ว่ามีส่วนสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาสังคมและเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ ทำให้ประชาชนในทุกกลุ่มอายุมีสุขภาพที่แข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การกีฬาจึงถือเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งที่ได้รับความสนใจในทุกกลุ่มทุกวัย รัฐบาลไทยจึงได้เล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาการกีฬาที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพของทรัพยากรบุคคลในประเทศ ดังนั้น กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาซึ่งมีภารกิจหลักในการส่งเสริม สนับสนุน และพัฒนาการกีฬา จึงได้ดำเนินการจัดทำแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 เพื่อให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐ เอกชน และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนำไปใช้เป็นกรอบทิศทางการดำเนินงานและเป็นกลไกหลักในการพัฒนาการกีฬาของประเทศให้ก้าวไปสู่การเป็นประเทศที่มีความ “มั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน” (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2560 น. ก) โดยการกีฬาแห่งประเทศไทยเป็นองค์กรหลักในการพัฒนากีฬามีภารกิจที่จะต้องดำเนินการพัฒนาบุคลากรทางการกีฬาของชาติให้มีขีดความสามารถของบุคลากรกีฬาไปสู่ความเป็นเลิศอย่างเป็นระบบและครบวงจรในระดับชาติและนานาชาติอย่างมีมาตรฐาน โดยสนับสนุนให้บุคลากรทางการกีฬาให้มีขีดความสามารถเป็นพันธกิจหลักและให้ทุกภาคส่วนให้ประสบความสำเร็จทั้งองค์กรกีฬา นักกีฬาและบุคลากรทางกีฬาเป็นผลผลิตด้านกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ดังนั้น การพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศจึงควรดำเนินการตามกรอบและทิศทางในการพัฒนาด้านกีฬาของประเทศให้เกิดผลอย่างเป็นรูปธรรม อันจะนำไปสู่การลดความเหลื่อมล้ำของสังคม พัฒนาสุขภาพคุณภาพชีวิต สร้างความสามัคคีและความภาคภูมิใจของคนในชาติ ตลอดจนสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจให้แก่ประเทศ ตามแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 พ.ศ. 2560 - 2564 (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2560 น. 1)

จากการทบทวนผลดำเนินการตามแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 5 ได้แสดงให้เห็นถึงปัญหาอุปสรรคสำคัญในแต่ละประเด็นยุทธศาสตร์ โดยเฉพาะการพัฒนาการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศยังไม่สามารถพัฒนานักกีฬาไทยให้ประสบความสำเร็จในมหกรรมกีฬานานาชาติได้อย่างต่อเนื่อง เนื่องจากขาดบุคลากรทางการกีฬาที่มีความรู้ความสามารถในระดับนานาชาติโดยเฉพาะผู้ฝึกสอน ทำให้ไม่สามารถพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาให้ทัดเทียมกับประเทศชั้นนำ อีกทั้ง ยังไม่มีระบบการจัดการที่ชัดเจนและต่อเนื่องในการพัฒนานักกีฬาจากขั้นพื้นฐานสู่ความเป็นเลิศจึงทำให้การพัฒนานักกีฬาไทยในปัจจุบันขาดความยั่งยืน การพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา ประชาชน

ทั่วไปยังขาดความเข้าใจขั้นพื้นฐาน และขาดความตระหนักถึงความสำคัญ ของวิทยาศาสตร์การกีฬา บุคลากรด้านวิทยาศาสตร์การกีฬามีจำนวนไม่เพียงพอในทุกระดับและ องค์ความรู้ยังไม่ถูกนำไปใช้เท่าที่ควรในการเสริมสร้างสุขภาพของประชาชนและพัฒนาศักยภาพของนักกีฬา (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2560, น. ข) การพัฒนากีฬาสู่ความเป็นเลิศหรือความสำเร็จ จึงเป็นความคาดหวังของนักกีฬาและผู้ที่เกี่ยวข้องที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ร่วมกันเพื่อเป็นการสร้างชื่อเสียงให้กับตนเองและยกระดับขึ้นสู่การเป็นนักกีฬาในระดับชาติและนานาชาติสู่การเป็นนักกีฬาอาชีพตามลำดับ การพัฒนากีฬาไปสู่ความเป็นเลิศจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งเพราะนอกจากจะทำให้ประชาชนได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อส่งเสริมสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจแล้ว ความเจริญด้านกีฬายังเป็นสิ่งที่แสดงถึงความเจริญก้าวหน้าทั้งด้านคุณภาพของคนในสังคมและความเจริญก้าวหน้าทางเศรษฐกิจของประเทศ (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2560, น. ง)

พระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2558 กำหนดให้สถาบันการพลศึกษาเป็นสถาบันอุดมศึกษาเฉพาะทางถือเป็นองค์กรระดับกรมในสังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬามีวัตถุประสงค์ในการผลิตและพัฒนาบุคลากรทางพลศึกษา การกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ นันทนาการและบุคลากรในด้านที่เกี่ยวข้อง มีภารกิจทำการสอน ทำการวิจัย บริการวิชาการ บริการชุมชน การใช้และพัฒนาเทคโนโลยี เสริมสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้แก่ท้องถิ่น ส่งเสริมและสนับสนุนการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความสามารถพิเศษทางกีฬา นันทนาการ และบุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย รวมไปถึงการละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทยและการทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม รวมทั้งการพัฒนากีฬาเพื่อมุ่งสู่ความเป็นเลิศ ภายใต้แนวทางของแผนยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัย ฯ ตามโครงสร้างการบริหารงานของสถาบันการพลศึกษา มุ่งเน้นให้มีการพัฒนาด้านการกีฬาควบคู่กับด้านการศึกษาแต่ผลผลิตของมหาวิทยาลัยในปัจจุบัน ยังไม่สามารถรับใช้วงการกีฬาของประเทศชาติได้อย่างครอบคลุม โดยเฉพาะนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และผู้ตัดสิน สถาบัน ฯ จึงดำเนินการจัดตั้งหน่วยงานเพื่อรองรับการผลิตนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และผู้ตัดสิน (ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2561, น. 39) โดยจัดตั้งให้สำนักงานกีฬาเป็นหน่วยงานภายในที่มีภารกิจหลักมุ่งเน้นในการพัฒนาและส่งเสริมนักกีฬาที่มีความสามารถด้านกีฬา (ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2561,น.26)

โดยมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ได้มีสำนักงานกีฬาถือเป็นหน่วยงานที่ทำหน้าที่ในการบริหาร วางแผนการฝึกนักกีฬาชนิดต่าง ๆ เพื่อพัฒนาสมรรถนะนักกีฬาสู่ความเป็นเลิศสำหรับเข้าร่วมแข่งขันในรายการต่าง ๆ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ตามประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 5 การพัฒนานักเรียนและนักศึกษาให้มีศักยภาพด้านกีฬาสูงสุดของแต่ละบุคคลมุ่งเน้นการผลิตและพัฒนานักเรียนและนักศึกษาให้มีทักษะและประสบการณ์สามารถประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาระดับต่าง ๆ และให้มีศักยภาพด้านกีฬาสูงสุดในแต่ละบุคคลให้มีผลงานกีฬา ที่โดดเด่นในระดับชาติ

และนานาชาติ ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรทางการกีฬาได้รับการพัฒนาศักยภาพ พัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมด้านศาสตร์การกีฬา สร้างความร่วมมือด้านการกีฬา และบริหารจัดการกีฬาอย่างมีประสิทธิภาพ (ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2561, น. 71) จากการประเมินยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2556 - 2560 สะท้อนให้เห็นผลการดำเนินงานตามโครงการ/กิจกรรมภายใต้ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษาจากจำนวนตัวชี้วัดใน 7 ประเด็นยุทธศาสตร์ โดยประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 2 การพัฒนาคุณภาพนักเรียนและนักศึกษาให้มีศักยภาพด้านกีฬาสู่ความเป็นเลิศมีการบรรลุเป้าหมายต่ำสุดคือร้อยละ 46.43 รองลงมาคือยุทธศาสตร์ที่ 3 การส่งเสริมและสนับสนุนการเพิ่มขีดความสามารถด้านการวิจัย และการสร้างนวัตกรรมด้านพลศึกษา กีฬา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา และวิทยาศาสตร์สุขภาพ คือร้อยละ 56.25 จึงกล่าวได้ว่า การดำเนินงานภายใต้ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2556 - 2560 สำเร็จลุล่วงไปได้แต่ยังมีบางประเด็นที่เป็นอุปสรรคในการบรรลุตามตัวชี้วัดและการดำเนินงานของสถาบัน ฯ (ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2561, น. 34) สอดคล้องกับ โกศล รอดมา (2557) ทำการศึกษาเรื่องยุทธศาสตร์ของศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันการพลศึกษา พบว่า กระบวนการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศไม่เป็นไปตามแผนการดำเนินงานจึงเป็นสาเหตุ ให้นักกีฬาไม่สามารถพัฒนาความสามารถทางกีฬาได้อย่างเต็มที่จึงส่งผลให้นักกีฬามีสมรรถนะทางการกีฬาไม่เต็มประสิทธิภาพ โดยมีนักวิจัยได้เสนอแนวทางในการบริหารจัดการกีฬาของสถาบันการพลศึกษาว่า หากอยากประสบความสำเร็จด้านกีฬาต้องการบริหารจัดการที่มุ่งสร้างความเป็นเลิศให้กับนักกีฬาด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาอย่างแท้จริง (อำพร ศรียาภัย และคณะ, 2557) ซึ่งสอดคล้องกับ ศรุติ เดชวิถี (2555) ได้ทำการศึกษาการจัดการกีฬา เพื่อความเป็นเลิศในมหาวิทยาลัย พบว่า มหาวิทยาลัยที่เป็นเลิศด้านกีฬาส่วนใหญ่มีการวางแผนลักษณะรายปี จัดโครงสร้างองค์กรที่ดูแลกีฬาเพื่อความเป็นเลิศที่ชัดเจน รวมทั้ง การวางแผน การปฏิบัติงาน กำกับ ติดตาม ประเมินผล และนำมาปรับปรุงแก้ไขการดำเนินงาน อย่างสม่ำเสมอ การบริหารองค์กรกีฬาที่จะประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์นั้น ผู้บริหารจะต้องนำรูปแบบของหน้าที่ทางการจัดการคือการวางแผนการดำเนินงาน การจัดองค์กร การปฏิบัติและการควบคุมการดำเนินงาน (ทินกร ชอัมพงษ์ และ คณะ, 2561) จากสถานการณ์และแนวโน้มที่ส่งผลต่อการพัฒนามหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติด้านการกีฬาของนักกีฬาทีมชาติไทยในการแข่งขันระดับนานาชาติยังไม่สามารถบรรลุผลสัมฤทธิ์ได้ตามเป้าหมายและตัวชี้วัดที่กำหนดไว้อันเป็นผลสืบเนื่องมาจากหลายปัจจัย และยังพบว่า ประชาชนทั่วไปและผู้สนใจกีฬายังขาดความรู้ความเข้าใจพื้นฐานทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและไม่ได้มีการประยุกต์ใช้วิทยาศาสตร์การกีฬาในการพัฒนาสมรรถภาพของนักกีฬาเท่าที่ควร (ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2561 น. 46)

จึงกล่าวได้ว่า มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ถือเป็นสถาบันอุดมศึกษาเฉพาะทางที่มีภารกิจหลักในการดำเนินงานด้านการพัฒนากีฬา ซึ่งการประสบความสำเร็จด้านกีฬาสู่ความเป็นเลิศโดยใช้หลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่จะส่งผลต่อการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาให้มีขีดความสามารถสูงสุดเพื่อสร้างนักกีฬาขึ้นสู่ความเป็นเลิศได้ การบริหารองค์กรกีฬาที่จะประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์นั้น องค์กรต้องดำเนินการจัดการกีฬาให้เป็นระบบซึ่งประกอบด้วยการวางแผน การปฏิบัติงาน การกำกับติดตาม ประเมินผลแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขการดำเนินงานอย่างสม่ำเสมอ จากผลการดำเนินงานด้านกีฬาของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือที่ผ่านมา ชี้ให้เห็นถึงการพัฒนาแต่ยังมีส่วนที่ไม่สามารถทำผลงานได้ตามเป้าหมายสู่ความเป็นเลิศ หากมีแนวทางการบริหารจัดการกีฬาที่ชัดเจน ต่อเนื่อง และสามารถดำเนินงานให้สำเร็จได้ ก็ย่อมส่งผลให้เกิดการพัฒนาที่ดีขึ้นจึงจะตอบสนองต่อการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ เนื่องมาจากผลงานด้านการแข่งขันที่ไม่มีความต่อเนื่องด้านความเป็นเลิศและเพื่อให้ได้แนวทางซึ่งสามารถนำไปเป็นเครื่องมือในการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมายสู่ความเป็นเลิศด้านกีฬาของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ
2. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ เพื่อนำข้อมูลไปใช้ประกอบพิจารณาการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ขององค์กร

ขอบเขตของการวิจัย

ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตของการวิจัย ตามรายละเอียดดังนี้

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยมุ่งศึกษาเกี่ยวกับหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาที่จะนำมาพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ โดยใช้กระบวนการทำงานตามวงจรการควบคุมคุณภาพ PDCA ซึ่งประกอบด้วย การวางแผน (Plan) การปฏิบัติตามแผน (Do) การตรวจสอบการปฏิบัติตามแผน (Check) และการปรับปรุงแก้ไข (Act) โดยมีเนื้อหาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศครอบคลุมในเรื่องดังต่อไปนี้ คือ 1) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย 2) เวชศาสตร์การกีฬา 3) จิตวิทยาการกีฬา 4) โภชนาการทางการกีฬา 5) เทคโนโลยีทางการกีฬา

2. ขอบเขตด้านกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 146 คน ได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจงประกอบด้วย

2.1 ขั้นตอนที่ 1 ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญกีฬา จำนวน 12 คน และ นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ปีงบประมาณ 2562 จำนวน 120 คน ทั้งหมด จำนวน 132 คน

2.2 ขั้นตอนที่ 2 ประกอบด้วย ผู้บริหารประจำวิทยาเขต จำนวน 4 คน หัวหน้าสำนักงานกีฬาประจำวิทยาเขต จำนวน 4 คน และอาจารย์หรือบุคลากรของสถาบันอื่นที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 2 คน และตัวแทนนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ จำนวน 4 คน รวมทั้งหมด จำนวน 14 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ หมายถึง สถาบันอุดมศึกษาเฉพาะทางที่มีภารกิจหลักในการดำเนินงานด้านการพัฒนากีฬา มีตำแหน่ง ที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย ประกอบด้วย วิทยาเขตสุโขทัย วิทยาเขตเชียงใหม่ วิทยาเขตเพชรบูรณ์ และวิทยาเขตลำปาง และองค์กรมีวัตถุประสงค์ในการผลิตและพัฒนาบุคลากรทางพลศึกษา การกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ นันทนาการ และบุคลากรในด้านที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการพัฒนากีฬามุ่งสู่ความเป็นเลิศและดำเนินงานภายใต้แนวทางของแผนยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัย

2. สำนักงานกีฬา หมายถึง หน่วยงานภายในตามโครงสร้างการบริหารงานของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ เป็นหน่วยงานที่ทำหน้าที่ในการบริหาร วางแผน การฝึกนักกีฬาชนิดต่าง ๆ เพื่อพัฒนาสมรรถนะนักกีฬาสู่ความเป็นเลิศสำหรับเข้าร่วมแข่งขันในรายการต่าง ๆ ทั้งในประเทศและต่างประเทศโดยการประสานงาน ตลอดจน การจัดทำข้อตกลงความร่วมมือกับสมาคมกีฬาและองค์กรวิชาชีพทางการกีฬาที่เกี่ยวข้อง

3. สภาพการพัฒนานักกีฬา หมายถึง การดำเนินงานของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ปฏิบัติงานเกี่ยวกับการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ โดยใช้หลักการของกระบวนการทำงานตามวงจร Deming Cycle หรือ PDCA ประกอบด้วย กระบวนการวางแผน (Plan) กระบวนการปฏิบัติตามแผน (Do) กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติตามแผน (Check) และ กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) โดยมีเนื้อหาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา 5 ด้าน ประกอบด้วย การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย เวชศาสตร์การกีฬา จิตวิทยาการกีฬา โภชนาการทางการกีฬา และเทคโนโลยีทางการกีฬา

4. แนวทางการพัฒนานักกีฬา หมายถึง การดำเนินงานที่นำหลักการทางวิทยาศาสตร์มาประยุกต์ใช้กับการกีฬาเพื่อการกำหนดทิศทางของการพัฒนาไปสู่ความเป็นเลิศ และเพื่อผลของการแข่งขันที่มุ่งหวังทางประสิทธิภาพของนักกีฬาให้ได้รับโอกาสแสดงความเป็นเลิศในแข่งขันในระดับชาติและนานาชาติ

5. การพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ หมายถึง การบริหารจัดการที่มุ่งสร้างความเป็นเลิศให้กับบุคลากรกีฬา ไม่ว่าจะเป็นนักกีฬา ผู้ฝึกสอน ผู้ตัดสิน นักวิทยาศาสตร์การกีฬาอย่างแท้จริง รวมทั้ง การกำกับ ติดตาม และขับเคลื่อนการดำเนินการตามนโยบายและแผนอันจะเป็นผลให้การบริหารจัดการ ด้านการกีฬาเป็นระบบ และมีเครือข่ายในการพัฒนาการกีฬาอย่างชัดเจน

6. วิทยาศาสตร์การกีฬา หมายถึง ศาสตร์ที่ว่าด้วยความรู้ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าหลักการทางวิทยาศาสตร์สาขาต่าง ๆ รวมกับเทคนิคเฉพาะทางเพื่อพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาให้สามารถเล่นกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพและส่งเสริมความสามารถของนักกีฬาให้ก้าวไปสู่ความพร้อมและความสมบูรณ์สูงสุดทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งประกอบด้วย

6.1 การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย หมายถึง การพัฒนากล้ามเนื้อ กระดูก เอ็นและข้อต่อเพื่อนำไปสู่การใช้งานในการเคลื่อนไหวหรือปฏิบัติทักษะอย่างเต็มประสิทธิภาพ โดยการออกแบบโปรแกรมการฝึกซ้อมที่ถูกต้องให้กับนักกีฬา โดยคำนึงถึงอายุ เพศ วัย ประสบการณ์ความแตกต่างระหว่างบุคคลและความเหมาะสมกับนักกีฬาแต่ละประเภท

6.2 เวชศาสตร์การกีฬา หมายถึง ศาสตร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันบำบัดรักษา และฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตให้กับผู้ที่บาดเจ็บจากการเล่นกีฬาเพื่อให้สามารถกลับไปเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายได้เหมือนเดิม เพื่อให้นักกีฬาพร้อมต่อทั้งในสภาวะปกติและในระหว่างการฝึกซ้อม เพื่อช่วยเสริมให้สมรรถภาพทางกายอยู่ในสภาวะที่สมบูรณ์และพร้อมที่จะใช้งานได้ดีที่สุด

6.3 จิตวิทยาการกีฬา หมายถึง ศาสตร์ที่นำเอาหลักและทฤษฎีทางจิตวิทยาเกี่ยวกับกระบวนการคิด การควบคุมและทักษะกีฬา รวมถึงอิทธิพลของสภาพแวดล้อมมาประยุกต์ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในการแสดงพฤติกรรมและการตัดสินใจ

6.4 โภชนาการทางการกีฬา หมายถึง หลักในการเลือกรับประทานอาหารในแต่ละประเภทให้ถูกต้อง เหมาะสมตามความต้องการของร่างกายและลักษณะของกีฬา ทั้งในช่วงของการฝึกซ้อม การแข่งขัน หลังการแข่งขัน

6.5 เทคโนโลยีทางการกีฬา หมายถึง องค์ความรู้เกี่ยวกับการประดิษฐ์เครื่องมือและอุปกรณ์เพื่อช่วยส่งเสริม สนับสนุน การวิเคราะห์ข้อมูลทางด้านทักษะและเทคนิค การประเมินผลและการรายงานผลการแข่งขันได้อย่างถูกต้องและรวดเร็ว ตลอดจน การแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องให้กับนักกีฬา

กรอบแนวคิดของการวิจัย

สภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ตามหลักการของ (Deming, W. Edwards ,1986) กระบวนการทำงานตามวงจร PDCA ประกอบด้วย

1. การวางแผน (Plan)
2. ปฏิบัติตามแผน (Do)
3. ตรวจสอบการปฏิบัติตามแผน (Check)
4. ปรับปรุงแก้ไข (Act)

การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ตามหลักการของ (Perrey & Ferrari, 2018) ประกอบด้วย

1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา
2. เวชศาสตร์การกีฬา
3. จิตวิทยาการกีฬา
4. โภชนาการทางการกีฬา
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา

⇨

แนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

ภาพ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยเรื่องสภาพและแนวการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า วิเคราะห์และสังเคราะห์ จากแนวคิดทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อสรุปสาระสำคัญจากข้อมูลดังกล่าว มาเป็นแนวทางสำหรับการสร้างกรอบแนวคิดของการวิจัยและนำเสนอข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. การพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
    - 1.1 แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564)
    - 1.2 แนวคิดและทิศทางการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
2. การพัฒนานักกีฬาด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา
    - 2.1 ความหมายและความสำคัญของวิทยาศาสตร์การกีฬา
    - 2.2 การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา (Enhancing physical fitness)
    - 2.3 เวชศาสตร์การกีฬา (Sports medicine)
    - 2.4 จิตวิทยาการกีฬา (Sports psychology)
    - 2.5 โภชนาการทางการกีฬา (Sports nutrition)
    - 2.6 เทคโนโลยีทางการกีฬา (Sports technology)
3. มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ
    - 3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ
    - 3.2 ยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ
    - 3.3 แนวทางการพัฒนาของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ
    - 3.4 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสำนักงานกีฬา
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวงจรการควบคุมคุณภาพ PDCA
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
    - 5.1 งานวิจัยในประเทศ
    - 5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

1. การพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

1.1 แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564)

ตามแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 ของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2560) กล่าวว่าการกีฬาเป็นส่วนสำคัญของวิถีชีวิตของประชาชนทุกภาคส่วนและเป็นกลไกสำคัญในการสร้างคุณค่าทางสังคมและส่งเสริมเศรษฐกิจของประเทศชาติ โดยมีหลักแนวคิดเพื่อการกำหนดแนวทางการพัฒนา จึงได้แสดงให้เห็นถึงความสำคัญในแต่ละประเด็นยุทธศาสตร์ ดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐาน

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกายและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการกีฬา

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและต่อยอดเพื่อความสำเร็จในระดับอาชีพ

ยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาอุตสาหกรรมการกีฬาเพื่อเป็นส่วนสำคัญในการสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจ

ยุทธศาสตร์ที่ 5 การพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา ยุทธศาสตร์ที่ 6 การยกระดับการบริหารจัดการด้านการกีฬาให้มีประสิทธิภาพ

ตามแผนยุทธศาสตร์ทั้ง 6 ประเด็นนอกจากจะเป็นกรอบทิศทางการพัฒนาการกีฬาของประเทศแล้ว ยังถือเป็นกลไกสำคัญในการปฏิรูปด้านการกีฬาของประเทศให้เกิดผลอย่างเป็นรูปธรรมแล้ว ยุทธศาสตร์ที่ 3 ถือเป็นยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับพันธกิจของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติในการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ โดยประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 3 มุ่งเน้นการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและต่อยอดเพื่อความสำเร็จในระดับอาชีพ โดยมีวัตถุประสงค์มุ่งเน้นด้านการสร้างและการพัฒนานักกีฬาของชาติให้ประสบความสำเร็จในการแข่งขันในระดับต่าง ๆ เพื่อสร้างชื่อเสียงเกียรติยศและเกียรติภูมิของประเทศชาติให้ทัดเทียมกับนานาชาติ อีกทั้ง ยังส่งเสริมการพัฒนาต่อยอดนักกีฬาที่มีความเป็นเลิศไปสู่การมีอาชีพทางการกีฬาอย่างเต็มตัว สามารถสร้างรายได้จากความรู้ความสามารถ ทักษะและประสบการณ์

นอกจากนี้ ยังได้กำหนดตัวชี้วัดความสำเร็จในประเด็นยุทธศาสตร์ โดยกำหนดให้มีจำนวนนักกีฬาสมัครเล่นได้ถูกติดตามและบันทึกอย่างถูกต้องและมีอัตราการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องไม่น้อยกว่าร้อยละ 5 ต่อปี มีการพัฒนาบุคลากรการกีฬา (ผู้ฝึกสอน ผู้ตัดสิน และผู้บริหารการกีฬา) ที่ได้มาตรฐาน และมีอัตราการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องของบุคลากรการกีฬาที่ได้รับการพัฒนาไม่น้อยกว่าร้อยละ 5 ต่อปี มีการจัดตั้งศูนย์ฝึกกีฬาแห่งชาติ (NTC) และมีการจัดทำแผนจัดตั้งศูนย์ฝึกกีฬาแห่งชาติในส่วนภูมิภาค มีอย่างน้อย 10 ชนิดกีฬาได้รับการพัฒนามาตรฐานการเก็บตัวฝึกซ้อม

แข่งขันในรูปแบบศูนย์ฝึกกีฬาแห่งชาติ ภายในปี พ.ศ. 2564 นักกีฬาและบุคลากรการกีฬาไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 มีความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตของตน สัดส่วนนักกีฬาอาชีพที่เข้าร่วมแข่งขันในรายการที่ระบุอยู่ในพระราชบัญญัติส่งเสริมกีฬาอาชีพมาจดแจ้งไม่น้อยกว่าร้อยละ 90 ภายในปี พ.ศ. 2564 และ มูลค่าทางเศรษฐกิจในการจัดการแข่งขันกีฬาอาชีพ ไม่น้อยกว่า 8,000 ล้านบาท ภายในปี พ.ศ. 2564 ซึ่งในการกำหนดแนวทางในการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและต่อยอดเพื่อความสำเร็จในระดับอาชีพ มีรายละเอียดดังนี้

1. การเลือกสรรและพัฒนานักกีฬาที่มีความสามารถทางการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ มีทิศทางในการพัฒนา คือ 1) พัฒนาระบบการเสาะหานักกีฬาตั้งแต่ระดับท้องถิ่นทั่วประเทศ โดยสนับสนุนด้านการเงินให้กับโครงการพัฒนากีฬา ส่งเสริมให้องค์กรและสมาคมกีฬาค้นหาเยาวชนและนักกีฬารุ่นเยาว์เพื่อขยายฐานนักกีฬาที่จะก้าวขึ้นเป็นนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและต่อยอดสู่ระดับอาชีพต่อไป 2) สร้างและส่งเสริมระบบการพัฒนานักกีฬาอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน โดยการสร้างมาตรฐานและปรับปรุงโครงการพัฒนานักกีฬาเยาวชน ยกระดับระบบการฝึกสอนให้ทันสมัยและครอบคลุม ไม่ว่าจะเป็นทักษะด้านการกีฬาหรือระเบียบวินัย เพื่อเพิ่มความสำเร็จทางด้านการกีฬาโดยศึกษาและวิเคราะห์กรณีศึกษาตัวอย่างที่ดีจากต่างประเทศและนำมาปรับใช้ส่งเสริมทุนการศึกษาและขอความร่วมมือจากภาคเอกชนในการพัฒนานักกีฬาอาชีพตั้งแต่เยาว์วัย3) ส่งเสริมการส่งแข่งในระดับนานาชาติและยกระดับการเตรียมนักกีฬาเพื่อเพิ่มโอกาสความสำเร็จโดยการพัฒนามาตรฐานของการเตรียมตัวนักกีฬา 4) ส่งเสริมการแข่งขันกีฬาในทุกระดับโดยการสร้างความเท่าเทียมในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬา จัดทำตารางการแข่งขัน พร้อมทั้งการประชาสัมพันธ์ผ่านสถานศึกษาและสื่อต่าง ๆ ที่นักกีฬาทั่วประเทศสามารถเข้าถึงได้ ส่งเสริมการคัดเลือกนักกีฬาตัวแทนในระดับต่าง ๆ สร้างเกณฑ์มาตรฐานสำหรับหรับสถานศึกษาทั่วประเทศ และ 5) ส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาเพื่อเพิ่มจำนวนชนิดกีฬาที่มีความหวัง โดยการสนับสนุนองค์กรกีฬาที่มีศักยภาพที่จะเติบโตและประสบความสำเร็จในอนาคต โดยร่วมมือกับภาคเอกชนในการประชาสัมพันธ์ และสนับสนุนด้านการเงินในพัฒนานักกีฬาและจัดการแข่งขันทั้งระดับภูมิภาคและประเทศ เพื่อสร้างฐานนักกีฬาสำหรับกีฬาชนิดเหล่านี้

2. พัฒนาบุคลากรการกีฬาอย่างเป็นระบบและมีมาตรฐานสากลเพื่อการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและการอาชีพอย่างยั่งยืน คือ 1) การพัฒนาหลักสูตรที่มีมาตรฐานในการฝึกสอนบุคลากรการกีฬาให้ทัดเทียมสากลผ่านความร่วมมือกับสถานศึกษา 2) ขยายฐานจำนวนบุคลากรการกีฬาเพื่อรองรับการพัฒนาการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและอาชีพ และ 3) ผลักดันให้ผู้บริหารมีบทบาทและตำแหน่งในองค์กรกีฬาระดับนานาชาติ ให้เข้าไปมีบทบาทที่สำคัญในองค์กรกีฬาระดับสากลเพื่อสร้างแรงสนับสนุนจากนานาชาติในชนิดกีฬานั้น ๆ และเพิ่มโอกาสในการพัฒนาการกีฬาไทยสู่ความเป็นเลิศอันจะนำไปสู่ความเป็นสำเร็จในเวทีระดับสากล

3. สร้างและพัฒนาศูนย์บริการการกีฬาและศูนย์ฝึกกีฬาแห่งชาติที่เป็นมาตรฐาน คือ 1) จัดตั้งศูนย์ฝึกกีฬาแห่งชาติที่สามารถรองรับการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศอย่างครบวงจร 2) บูรณะและพัฒนาศูนย์ฝึกกีฬาให้ได้มาตรฐานตามความเหมาะสมสำหรับการพัฒนากีฬาเพื่อความเลิศตั้งแต่ระดับท้องถิ่น และ 3) ส่งเสริมการสร้างความร่วมมือระหว่างภาครัฐและเอกชนในการสร้างศูนย์ฝึกกีฬา

4. ส่งเสริมและจัดเตรียมการดูแลสวัสดิการและสวัสดิภาพของนักกีฬาและบุคลากรการกีฬา คือ 1) ส่งเสริมการเชิดชูเกียรติและการมอบรางวัลที่เหมาะสมทั้งในด้านความสำเร็จ จากการแข่งขันกีฬาและในด้านจริยธรรมให้กับนักกีฬาและบุคลากรการกีฬาอย่างเสมอภาค และ 2) จัดสวัสดิการและกองทุนที่เหมาะสมแก่นักกีฬาและบุคลากรการกีฬาที่เคยสร้างคุณประโยชน์และชื่อเสียงให้แก่ประเทศ

5. การส่งเสริมและพัฒนากีฬาเพื่อการอาชีพอย่างเป็นระบบได้กำหนดทิศทาง คือ 1) ส่งเสริมความร่วมมือกับภาคเอกชนในการผลักดันนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศสู่ระดับอาชีพ โดยการเพิ่มบทบาทของภาคเอกชนให้เข้ามามีส่วนร่วมและลงทุนในการพัฒนากีฬา 2) ผลักดันให้มีการจัดการแข่งขันกีฬาระดับอาชีพในประเทศมากขึ้น โดยการสร้างความร่วมมือระหว่างภาครัฐและภาคเอกชนในการจัดการแข่งขันกีฬาระดับอาชีพ และ 3) ประชาสัมพันธ์เพื่อเสริมสร้างความนิยมในการแข่งขันกีฬาระดับอาชีพด้วยสื่อหลากหลายรูปแบบ โดยการส่งเสริมการประชาสัมพันธ์กิจกรรมการแข่งขันกีฬาอาชีพในประเทศใช้สื่อยุคใหม่ที่ประชาชนทุกกลุ่มสามารถเข้าถึงได้ในการประชาสัมพันธ์กิจกรรมข่าวสารและถ่ายทอดการแข่งขันกีฬาอาชีพ เพื่อเสริมสร้างความนิยมและการเติบโตของกีฬาอาชีพภายในประเทศ

จะเห็นได้ว่า แนวคิดนโยบายการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและต่อยอดเพื่อความสำเร็จในระดับอาชีพตามแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 ได้มองภาพรวมของการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศทั้งระบบ ซึ่งการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศให้ประสบความสำเร็จจำเป็นต้องอาศัยปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการและเพื่อเพิ่มโอกาสความสำเร็จ โดยการพัฒนามาตรฐานของการเตรียมตัวนักกีฬาสำหรับหรับการแข่งขันในเวทีระดับนานาชาติ การใช้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬาคือองค์ประกอบหนึ่งที่จะสามารถพัฒนาศักยภาพตัวนักกีฬาให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดได้

1.2 แนวคิดและทิศทางการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

การวางแผนการพัฒนานักกีฬาเกิดขึ้นเมื่อปี ค.ศ. 2005 ซึ่งรัฐบาลของประเทศแคนาดาได้เล็งเห็นและให้ความสำคัญต่อการส่งเสริมสุขภาพของประชาชน โดยกำหนดให้เป็นวาระแห่งชาติในการพัฒนาสุขภาพและการพัฒนากีฬา หน่วยงานทางการกีฬาได้พัฒนาระบบส่งเสริมกีฬาโดยใช้แนวคิดแบบ ไค-เซ็น (Kai-Zen) นำไปสู่นโยบายกีฬาเพื่อชีวิตซึ่งถือเป็นเป้าหมายสูงสุดคือ

ประชาชนทุกคนมีความสุขในการออกกาลังกายและเล่นกีฬา ซึ่งระบบกลไกไปสู่เป้าหมายดังกล่าวจะต้องเข้าสู่กระบวนการวางแผนระยะยาวสำหรับพัฒนานักกีฬา (Long Term Athlete development : LTAD) โดยใช้เป็นกรอบเพื่อนำไปเป็นแนวทางในการวางแผนยุทธศาสตร์การพัฒนาองค์กรกีฬาต่าง ๆ การศึกษาการวิจัย การฝึกซ้อมและการแข่งขันที่เหมาะสมนำ ไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี ปัจจุบันได้มีประเทศต่าง ๆ จึงได้นำแนวคิดและระบบดังกล่าวไปพัฒนาเป็นนโยบายระดับชาติ

อภิวัฒน์ ปานทอง และคณะ (2560) กล่าวถึง หลักการและคุณค่าของพัฒนานักกีฬาคือระบบการส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา โดยใช้พื้นฐานความรู้ทางวิทยาศาสตร์กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา การพัฒนาทางด้านร่างกาย การพัฒนาเรียนรู้ทางกลไก จิตใจอารมณ์ การสร้างเจตคติที่ดีต่อการออกกาลังกาย และการเล่นกีฬา โดยการแบ่งช่วงอายุ เพศและความสามารถตามช่วงวัย โดยมีการกำหนดกรอบของการพัฒนา 7 ขั้นตอน ซึ่งเกิดจากการเก็บรวบรวมข้อมูลและสถิติของผู้ที่ได้เหรียญรางวัลในการแข่งขันโอลิมปิกของประเทศสหรัฐอเมริกา ดังนั้น แนวทางในการพัฒนาจึงเริ่มตั้งแต่วัยเด็กจนถึงพัฒนานักกีฬาไปสู่การแข่งขันระดับนานาชาติ โดยมีหลักการดังนี้

1. การพัฒนาทุกช่วงวัยล้วนเป็นไปตามลำดับขั้นเช่นการเปลี่ยนแปลงทางรูปร่างจากวัยเด็กสู่วัยรุ่นเป็นต้น

2. การฝึกซ้อมการแข่งขันและการคืนสภาพร่างกายต้องเป็นไปตามหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาระดับความสามารถหรืออายุของนักกีฬา

3. โปรแกรมการฝึกซ้อมต้องสอดคล้องกับการเจริญเติบโตของร่างกายอายุและเพศ

4. ความสามารถทางกาย (Physical Literacy) เป็นหลักสำคัญที่นำไปสู่กิจกรรมทางกาย การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาตลอดชีวิต โดยความสามารถดังกล่าวสามารถพัฒนาทักษะสู่ความเป็นเลิศ และยังส่งผลต่อการพัฒนาสุขภาพโดยรวมของบุคคล โดยการออกกำลังกายและพัฒนากิจกรรมทางกายให้ดีขึ้น

5. วัยเด็กเป็นวัยที่เหมาะสมในการพัฒนาความสามารถสู่การเป็นนักกีฬาได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกรรมพันธุ์สิ่งแวดล้อมและปัจจัยอื่น ๆ ที่เอื้อต่อการพัฒนา

6. กีฬาเพื่อชีวิตและความเป็นเลิศทางกีฬาเป็นผลจากการเรียนรู้และมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาที่หลากหลายในวัยเด็ก

7. ระยะที่ไวต่อการเรียนรู้และการปรับตัวในการฝึกซ้อมอยู่ในช่วงเข้าสู่วัยหนุ่มสาว

8. ความหลากหลายของการพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และเจตคติ มีผลต่อการออกแบบโปรแกรมการฝึกซ้อม การแข่งขัน และการฟื้นฟูร่างกายของนักกีฬา

9. ผู้ฝึกสอนและผู้ปกครองควรปฏิบัติและวางแผนให้เหมาะสมในแต่ละขั้นของการพัฒนา หากปฏิบัติได้อย่างครบถ้วนจะพบว่าอัตราความสำเร็จของนักกีฬาเพิ่มมากขึ้น

10. ความรอบรู้ทางการกีฬาเกิดขึ้นได้ตลอด เป็นผลจากการวางระบบพัฒนาการกีฬาและการส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่มีคุณภาพในระดับโรงเรียนและระดับชุมชน

11. การวางแผนระยะยาวสำหรับพัฒนานักกีฬา คือการมีนักกีฬาและผู้มีส่วนร่วมเป็นจุดศูนย์กลางครูและผู้ฝึกสอนเป็นผู้นำไปสู่เป้าหมายภาครัฐ องค์การกีฬาต่าง ๆ สังคมนันทนาการและโรงเรียนเป็นผู้สนับสนุน โดยคำนึงถึงความต้องการของครอบครัวเป็นสำคัญ

12. การทำงานร่วมกันขององค์กรกีฬาและองค์กรกีฬาระหว่างประเทศ ย่อมส่งผลให้เกิดความสำเร็จในระบบพัฒนานักกีฬาอย่างเป็นรูปธรรม

13. การบูรณาการความร่วมมือขององค์กรต่าง ๆ เช่น กีฬาในระดับชุมชน สมาคมกีฬาจังหวัด ภาคการศึกษาทุกระดับ กรมพลศึกษา การกีฬาแห่งประเทศไทย และกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ล้วนส่งผลให้เกิดประโยชน์แก่ทุกฝ่าย

14. การจัดระบบกิจกรรมกีฬาและกิจกรรมทางกายที่มีประสิทธิภาพที่เหมาะสมกับเด็กทุกคนย่อมส่งผลให้เด็กมีสุขภาพที่ดีป้องกันโรคต่าง ๆ ที่มีสาเหตุจากการขาดการออกกำลังกาย พัฒนาการเรียนรู้ มีจิตใจร่าเริงแจ่มใส สนุกสนาน รู้จักเคารพและเข้าใจกติกาของสังคม ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพในวัยผู้ใหญ่โดยตรง

15. หลักความรู้ทางวิทยาศาสตร์และความต้องการของสังคมสามารถเปลี่ยนแปลงได้ดังนั้นการพัฒนานักกีฬารูปแบบการฝึกซ้อมจะต้องมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

Istvan Balyi (2013) กล่าวถึง ปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาความสามารถของนักกีฬาว่า การพัฒนาความสามารถของนักกีฬาสู่ความเป็นเลิศล้วนเกิดจากหลากหลายปัจจัย เช่น พัฒนาการด้านร่างกายจิตใจหรือสิ่งแวดล้อมอื่นๆ เป็นต้น ซึ่งปัจจุบันความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาได้ศึกษาและพัฒนามาเป็นระยะเวลายาวนาน ในการวางแผนระยะยาว ในการพัฒนานักกีฬา ซึ่งมีปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนานักกีฬา ประกอบไปด้วย

1. ความสามารถทางกาย (Physical literacy) หมายถึง ความสามารถทางกายของแต่ละบุคคลในการเคลื่อนไหวและสามารถพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวจนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้าน ซึ่งประกอบด้วย

1.1 ความรู้ด้านทักษะเคลื่อนไหวที่หลากหลายและเลือกใช้อย่างเหมาะสมและมีคุณภาพ

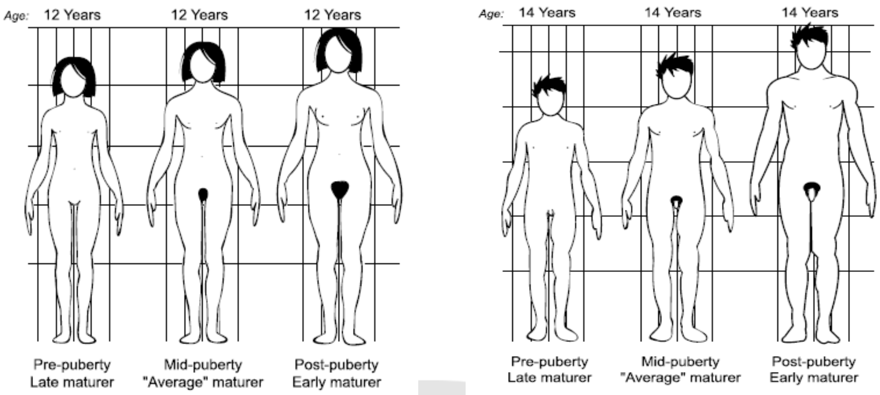
1.2 ความสามารถในการเคลื่อนไหวและสมรรถภาพทางกายที่ดี โดยสามารถพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวและทักษะกีฬาได้เป็นอย่างดี

1.3 เจตคติที่ดีต่อกิจกรรมทางกายซึ่งนำไปสู่การออกกำลังกายและเล่นกีฬา

2. ความเชี่ยวชาญพิเศษ (Specialization) หมายถึง ทักษะกีฬาเบื้องต้น สามารถจัดเป็นความเชี่ยวชาญพิเศษที่ได้เป็น 2 ช่วง ได้แก่ ช่วงวัยเด็กเล็ก (Early Specialization) และช่วงวัยเด็กโต (Late Specialization) ความเชี่ยวชาญพิเศษที่ได้รับช่วงวัยเด็กเล็กเป็นทักษะง่ายๆ ไม่มีความซับซ้อน โดยส่วนมากเป็นกีฬาประเภทบุคคล กิจกรรมเข้าจังหวะและการเคลื่อนไหวเบื้องต้น เช่น ยิมนาสติก การกระโดดน้ำ และสเก็ตลีลา ช่วงวัยเด็กโตจะมีความเชี่ยวชาญพิเศษที่มีความซับซ้อนมากกว่า ดังนั้น ในทักษะของทุกชนิดกีฬาจึงต้องเรียนรู้ก่อนร่างกายจะเจริญเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นหนุ่มสาว หากเรียนรู้หรือฝึกฝนทักษะกีฬาหลังจากช่วงดังกล่าวไปแล้วจะทำให้ยากต่อการพัฒนาและฝึกฝนทักษะกีฬา ส่วนมากเป็นความเชี่ยวชาญพิเศษช่วงวัยเด็กโต อย่างไรก็ตามการฝึกฝนทักษะทุกชนิดกีฬาต้องมีการวิเคราะห์ความสามารถเป็นรายบุคคล โดยใช้ข้อมูลที่มีในระดับชาติและนานาชาติเพื่อการตัดสินใจ ดังนั้น ในวัยเด็กเล็กต้องเรียนรู้และเล่นกีฬาให้มีความหลากหลาย จนสามารถค้นหาความถนัดของตนเองและนำไปสู่การพัฒนาเป็นนักกีฬา

3. พัฒนาการตามวัย (Developmental Age) หมายถึง การเจริญเติบโตพัฒนาการและอัตราของการเจริญเติบโตเป็นการทำงานของกรรมพันธุ์ฮอร์โมนและสารอาหาร สภาพแวดล้อมคือร่างกาย จิตใจ และสังคม ที่เกิดขึ้นในชีวิต ซึ่งมีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคลเป็นปัจจัยสำคัญต่อเจริญเติบโตของร่างกาย การเปลี่ยนทั้งขนาดและรูปร่าง ส่วนสูง น้ำหนัก การพัฒนาของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ จิตใจ สติปัญญาอารมณ์ และวุฒิภาวะการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วจะอยู่ในช่วงก่อนอายุ 20 ปี

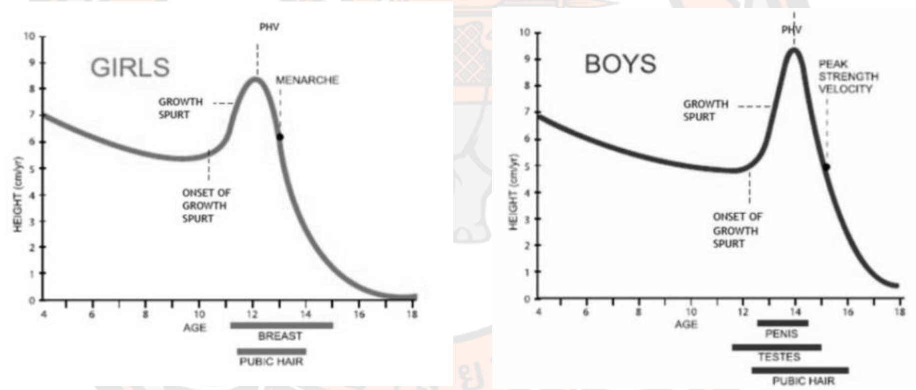
การพัฒนานักกีฬาต้องใช้หลักการเจริญเติบโตตามวัยและวุฒิภาวะทางอารมณ์ในการออกแบบการฝึกซ้อมรวมไปถึงข้อจำกัดในการแข่งขัน ทั้งนี้ ให้ผู้ฝึกสอนสังเกตการเจริญเติบโตของเด็กเป็นสำคัญ เช่น รูปร่าง ส่วนสูง และน้ำหนัก เป็นต้น ช่วงของการพัฒนานักกีฬาที่ดีจะต้องเริ่มฝึกฝนในวัยก่อนเข้าสู่วัยรุ่น (Puberty) ซึ่งเป็นช่วงที่ร่างกายเจริญเติบโตและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วหลังจากที่ร่างกายนักกีฬาผ่านช่วงนี้ไปแล้วจะมีความพร้อมสมบูรณ์ ทั้งทางร่างกายและจิตใจสามารถพัฒนาอย่างเต็มที่ตามความสามารถของบุคคลแต่ละคนทั้งนี้เพศชายและเพศหญิงจะมีการเจริญเติบโตและวุฒิภาวะที่ไม่เท่ากัน ดังภาพ



ภาพ 2 การเจริญเติบโตของเพศหญิงและเพศชาย

ที่มา : Long-Term Athlete Development (2016) ,

อ้างถึงใน อภิวัฒน์ ปานทอง และคณะ (2560)



ภาพ 3 วุฒิภาวะของเพศหญิงและเพศชาย

ที่มา : Long-Term Athlete Development (2016) ,

อ้างถึงใน อภิวัฒน์ ปานทอง และคณะ (2560)

จากภาพดังกล่าว จะเห็นได้ว่าวุฒิภาวะของเพศหญิงและเพศชายมีความแตกต่างกันซึ่งความสามารถทางกาย ความเชี่ยวชาญพิเศษ และการพัฒนาตามวัย ถือเป็นปัจจัยหนึ่งของหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาซึ่งมีความจำเป็นและสำคัญในการพัฒนานักกีฬาเพื่อให้เกิดความเชี่ยวชาญ

4. ระยะที่ไวต่อการเรียนรู้ (Sensitive Periods) คือระยะที่พร้อมไปสู่การเรียนรู้ทักษะเฉพาะและทักษะกีฬา ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน สมรรถภาพทางกาย ซึ่งประกอบด้วยด้านความอ่อนตัว ด้านความเร็ว ด้านความอดทน และการฝึกฝนเพื่อพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อสามารถฝึกฝนได้

5. พัฒนาการทางด้านจิตใจสติปัญญาและอารมณ์ (Mental Cognitive and Emotional Development) การพัฒนานักกีฬาแต่ละคนผู้ฝึกสอนต้องใช้ความสามารถในการวิเคราะห์เพราะนักกีฬาแต่ละคนมีความสามารถในแต่ละด้านไม่เท่ากัน ซึ่งนอกจากพัฒนาทางร่างกายและพัฒนาทักษะกีฬาควบคู่กันแล้วผู้ฝึกสอนจะต้องปลูกฝังและพัฒนาจิตใจเจตคติและอารมณ์ โดยสามารถเชื่อมโยงเข้าด้วยกันซึ่งการพัฒนาซึ่งประกอบไปด้วย

5.1 พัฒนาการด้านสติปัญญา (Intellectual development) เป็นความสามารถในวัยเด็กในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องใช้สติปัญญาเพื่อให้สามารถบรรลุผลตรงตามเป้าหมายได้อย่างเป็นขั้นตอนตามหลักของการพัฒนาการตามแนวความคิดของ Piaget คือ พัฒนาการทางด้านสติปัญญาของเด็กซึ่งเกิดขึ้นตั้งแต่วัยแรกเกิดจนกระทั่งเข้าสู่วัยรุ่น สามารถแบ่งขั้นพัฒนาการเป็น 4 ระยะ ซึ่งประกอบด้วย ระยะประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว ระยะการคิดก่อนปฏิบัติการระยะปฏิบัติการคิดด้วยรูปธรรม และระยะปฏิบัติการคิดด้วยนามธรรม

5.2 พัฒนาการด้านอารมณ์ (Emotional development) เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายในจิตใจซึ่งจะแสดงอารมณ์ออกมาตามประสบการณ์และสภาพแวดล้อมของแต่ละคนตามทฤษฎีของแอริคสัน (The Eight Stages of Psychosocial Development in Erikson) ซึ่งประกอบด้วย 8 ขั้นดังนี้

ขั้นที่ 1 ความไว้วางใจกับความไม่ไว้วางใจ
ขั้นที่ 2 ความเป็นตัวของตัวเองกับความละอายและสงสัย
ขั้นที่ 3 ความคิดริเริ่มกับความรู้สึกผิด
ขั้นที่ 4 ความขยันหมั่นเพียรกับความรู้สึกต่ำต้อย
ขั้นที่ 5 ความเป็นอัตลักษณ์กับความสับสนในบทบาท
ขั้นที่ 6 ความใกล้ชิดสนิทสนมกับความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้าง
ขั้นที่ 7 การสืบทอดกับการคำนึงถึงแต่ตนเอง
ขั้นที่ 8 ความมั่นคงสมบูรณ์ในชีวิตกับความสิ้นหวัง

6. การวางแผนฝึกซ้อมและการแข่งขัน (Periodization) คือ การกำหนดช่วงการฝึกซ้อมและการแข่งขันเป็นกระบวนการวางแผนการฝึกซ้อมรายเดือน/รายวัน และรายละเอียดการฝึกซ้อมย่อยต่างๆ การออกแบบการฝึกซ้อมคือวงรอบของการฝึกซ้อม ซึ่งประกอบด้วยวงรอบใหญ่เพื่อจะได้กำหนดระยะเวลาการฝึก และวงรอบเล็กเพื่อกำหนดการฝึกซ้อมเป็นรายสัปดาห์ โดยใช้หลักการต่างๆ ในการออกแบบ เช่น ความหนักและความถี่ในการฝึกซ้อม การเสริมสมรรถภาพทางกาย การฝึกกลยุทธ์ต่างๆ การตั้งเป้าหมายในการแข่งขัน เป็นต้น ซึ่งการวางแผนการฝึกซ้อมสามารถแบ่งออกเป็น 4 ช่วง ประกอบด้วย

6.1 เพื่อปรับสภาพร่างกายให้พร้อมต่อการฝึกซ้อมหลังจากพักผ่อน

6.2 เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและทักษะเฉพาะ

6.3 เพื่อเตรียมตัวสำหรับการแข่งขัน

6.4 เพื่อการคืนสภาพร่างกาย

7. การแข่งขัน (Competition) ผู้ฝึกสอนควรวางแผนการเข้าร่วมแข่งขันของนักกีฬาให้สอดคล้องกับช่วงอายุและความสามารถของนักกีฬา ซึ่งจะมีความสำคัญต่อการพัฒนานักกีฬาเป็นอย่างมาก การพัฒนาสมรรถภาพทางกายและทักษะสำหรับนักกีฬาในวัยเด็กย่อมมีความ สำคัญมากกว่าการแข่งขัน เมื่อนักกีฬาพัฒนาจนถึงขั้นสูงสุดของการพัฒนาการฝึกซ้อมค่อยเน้นไปที่การพัฒนาขีดความสามารถในการแข่งขันในระดับชาติหรือนานาชาติ การแข่งขันที่บ่อยเกินไปย่อมส่งผลเสียทั้งสภาพร่างกายและจิตใจของนักกีฬา ดังนั้น การวางแผนระยะยาวสำหรับพัฒนานักกีฬาจึงมีการวางกรอบ (Framework) เพื่อการฝึกซ้อมและการแข่งขัน

8. ความเป็นเลิศต้องใช้เวลา (Excellence Takes Time) การวิจัยทางวิทยาศาสตร์การกีฬาเป็นที่ยอมรับแล้วว่าการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศต้องใช้เวลาไม่น้อยกว่า 10 ปีจากการศึกษานักกีฬาที่มีความเป็นเลิศในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า ต้องใช้เวลาในการฝึกซ้อมอยู่ระหว่าง 11– 13 ปี และประสบความสำเร็จอยู่ระหว่าง 20– 23 ปี

9. การปรับจัดระบบและบูรณาการ (System Alignment and Integration) การพัฒนานักกีฬาในระดับชาติจำเป็นต้องให้องค์กรทุกส่วนได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาระบบ โดยเริ่มจากสถาบันครอบครัวที่ต้องคอยสนับสนุนนักกีฬาโรงเรียนมีการพัฒนาหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอนที่มีคุณภาพ องค์กรกีฬาต้องพัฒนาความรู้และความสามารถของผู้ฝึกสอนองค์ธุรกิจมีส่วนในการสนับสนุนการกีฬา กระทรวงที่เกี่ยวข้องจัดทำเป็นนโยบายเชิงรุกและจัดสรรงบประมาณกระจายให้ทุกภาคส่วนมีส่วนเกี่ยวข้องได้ดำเนินการ

10. การพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (Continuous Improvement) บนพื้นฐานของหลักการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา ความต้องการหรือกระแสนิยมของสังคมสามารถเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

จะเห็นได้ว่า หลักการและคุณค่าของการพัฒนานักกีฬาต้องคำนึงถึงองค์ประกอบต่าง ๆ ปัจจัยภายใน ความสามารถทางกาย การเจริญเติบโตทางกาย พัฒนาการ สติปัญญาอารมณ์ รวมไปถึง หลักของการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ดังนั้น สมรรถภาพทางกายและจิตใจถือเป็นองค์ประกอบสำคัญต่อการพัฒนานักกีฬา การดำเนินงานจะหากจะประสบความสำเร็จต้องมีการปรับปรุง แก้ไข และพัฒนาระบบอย่างต่อเนื่อง จึงจะทำให้สามารถสร้างนักกีฬาและพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากรได้อย่างมีคุณภาพ

ทิศทางการพัฒนากีฬา ถือว่าเป็นการกำหนดทิศทางหรือแนวปฏิบัติให้กับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนากีฬาหากมีการดำเนินงานเป็นระบบย่อมจะส่งผลดีต่อการพัฒนาได้ จึงมีองค์กรต่าง ๆ ได้กำหนดกรอบทิศทางการพัฒนากีฬาดังต่อไปนี้

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2560) กล่าวถึง ทิศทางและแนวปฏิบัติด้านการจัดการกีฬาตามแผนยุทธศาสตร์การดำเนินงานด้านกีฬาไว้ว่า หากประเทศไทยอยากจะประสบความสำเร็จด้านกีฬาสู่ความเป็นเลิศจะต้องถือแนวปฏิบัติด้านจัดการกีฬา ดังนี้

1. ต้องพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศในทุกระดับ มีการบริหารจัดการกีฬาที่เป็นระบบทันสมัยและมีมาตรฐาน

2. หากการบริหารจัดการสมาคม/องค์กรกีฬาให้มีประสิทธิภาพก็จะส่งผลให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายหลักในแผนยุทธศาสตร์การพัฒนาสมาคมกีฬา

3. พัฒนาศักยภาพนักกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันในระดับนานาชาติ

4. ส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในทุกระดับเพื่อพัฒนาไปสู่ความเป็นเลิศ

5. ส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนากีฬาคนพิการให้มีส่วนร่วมทั้งในส่วนของการจัดการแข่งขันการพัฒนานักกีฬาและการบริหารจัดการองค์กร

6. ส่งเสริม สนับสนุน พัฒนาศักยภาพของผู้ฝึกสอน ผู้ตัดสิน ผู้บริหารในระดับชาติและพัฒนาไปสู่ในระดับนานาชาติ

7. เป็นศูนย์กลางการพัฒนาบุคลากรทางการกีฬาในระดับอาเซียน

8. การใช้ระบบเทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อช่วยส่งเสริมการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศหรือกีฬาอาชีพ รวมไปถึงการจัดเก็บข้อมูลหรือการสร้างฐานข้อมูลอย่างครบถ้วนตามองค์ประกอบ

9. พัฒนาสถานกีฬาและอุปกรณ์กีฬาเพื่อรองรับการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

10. ส่งเสริมและสนับสนุนการเตรียมนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันรายการต่าง ๆ

11. ผลักดันให้สมาคมกีฬาดำเนินการประมูลสิทธิ์การเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาหรือการประชุมด้านกีฬาในระดับนานาชาติ

12. การพัฒนาระบบหรือยกระดับรูปแบบการจัดการแข่งขันกีฬาทั้งในระดับชาติและนานาชาติให้มีมาตรฐานเพื่อสร้างความน่าสนใจดึงดูดให้นักท่องเที่ยวเข้ามาชมการแข่งขันเพื่อเป็นการสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจให้กับประเทศจังหวัดและชุมชน

13. การประเมินผลระบบการพัฒนานักกีฬาในด้านต่าง ๆ เช่น การฝึกซ้อม สถานที่คุณภาพผู้ฝึกสอน และการนำวิทยาศาสตร์การกีฬาไปใช้สำหรับการพัฒนานักกีฬา

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2561) ได้กำหนดพระราชบัญญัติ นโยบายการกีฬาแห่งชาติ ฉบับปี พ.ศ. 2561 ให้การกีฬาเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และขีดความสามารถของประชาชนในการพัฒนาประเทศ แต่ประเทศไทยยังขาดกลไกการพัฒนานโยบาย

พื้นฐาน เพื่อส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาของประเทศให้ไปสู่ความเป็นเลิศและเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชนอย่างเป็นระบบและมีประสิทธิภาพ และควรมีคณะกรรมการนโยบายการกีฬาแห่งชาติเพื่อทำหน้าที่จัดทำนโยบายและแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ รวมทั้ง การกำกับ ติดตามและขับเคลื่อนการดำเนินการตามนโยบายและแผน อันจะเป็นผลให้การบริหารจัดการด้านการกีฬาเป็นระบบและมีเครือข่ายในการพัฒนาการกีฬาอย่างชัดเจน จึงตราพระราชบัญญัติตามมาตรา 13 และกำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับการบริหารและพัฒนาการกีฬา วิธีการปฏิบัติ อย่างน้อยต้องมีแนวทางการดำเนินการในเรื่องดังต่อไปนี้

1. การส่งเสริม สนับสนุน และพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬาเพื่อมวลชน กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ กีฬาเพื่อการอาชีพ กีฬาเพื่อคนพิการ และวิทยาศาสตร์การกีฬา

2. การสงเสริมและพัฒนากีฬาให้ไปสู่ความเป็นเลิศและเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชน

3. การจัดโครงสร้างพื้นฐานและบริการด้านการกีฬาให้ครอบคลุม ทั่วถึง และมีความพร้อมให้บริการแก่ประชาชนอย่างเป็นธรรม ทันสมัย และสอดคล้องกับมาตรฐานสากล ตลอดจนพิจารณาสรรหาและคัดเลือกพื้นที่สาธารณะในชุมชนหรือท้องถิ่นเพื่อให้ประชาชนใช้ประโยชน์ร่วมกันในการกีฬา รวมทั้งจัดให้มีการเข้าถึงบริการด้านการกีฬาอย่างทั่วถึง

4. การส่งเสริมและสนับสนุนการประกอบธุรกิจและอุตสาหกรรมการกีฬา รวมทั้งกำหนดสิทธิประโยชน์ที่เหมาะสมเพื่อสนับสนุนผู้ประกอบการและผู้สนับสนุนทางด้านกีฬา

5. การพัฒนาการจัดการศึกษาด้านการกีฬาและพัฒนาบุคลากรด้านการกีฬาให้มีความสามารถ ศักยภาพ และคุณธรรม

6. การจัดสรรและแสวงหาทรัพยากรเพื่อส่งเสริม สนับสนุน และพัฒนาการกีฬาในทุกภาคส่วนให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

7. การใช้จ่ายงบประมาณด้านการกีฬาอย่างเป็นระบบและมีการบูรณาการในทุกระดับ

8. ดำเนินการให้เป็นไปตามแผนพัฒนาการกีฬาและให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องปฏิบัติหน้าที่ตามภารกิจ

9. การประสานงานเพื่อขับเคลื่อนการดำเนินการตามแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ

10. การประเมินผลการดำเนินการตามแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ จัดทำแผนปฏิบัติการพัฒนาการกีฬาและปฏิบัติการให้เป็นไปตามแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ

อำพร ศรียาภัย และคณะ (2557) ทำการศึกษาการจัดการกีฬาในสถาบันการศึกษาเพื่อพัฒนากีฬาชาติและเสนอแนวทางในการบริหารจัดการกีฬาในสถาบันอุดมศึกษาไว้ 2 ลักษณะ ดังนี้

1. การจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาสำหรับมหาวิทยาลัยทั่วไป มีแนวทางดังนี้

1.1 มหาวิทยาลัยจะต้องจัดหลักสูตรให้นิสิตนักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาทั่วไป (Physical education activity) อย่างน้อย 2 กิจกรรมตลอดหลักสูตร โดยในกิจกรรมการ

เรียนการสอนนอกจากจะต้องเปิดโอกาสให้นิสิตนักศึกษาได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายแล้วผู้สอนจะต้องสอดแทรกเนื้อหาทางด้านการสร้างจริยธรรมและคุณธรรมแก่ผู้เรียนด้วย

1.2 จัดการศึกษาให้เชื่อมต่อกับโรงเรียนทั่วไปโดยมหาวิทยาลัยต้องให้ความสำคัญกับกีฬาและการออกกำลังกาย และการสร้างความเป็นเลิศทางการกีฬาด้วย ทั้งนี้ สัดส่วนอาจจะน้อยกว่ามหาวิทยาลัยหรือสถาบันการพลศึกษาเพื่อรองรับการพัฒนาผู้ที่มีความสามารถทางการกีฬาและประสงค์จะสร้างอาชีพทางการกีฬา

1.3 จัดให้มีกิจกรรมพิเศษในรูปแบบของชมรมกีฬาและมีการบริหารจัดการตามหลักเพื่อให้การผลิตบัณฑิตมีคุณภาพที่สามารถออกไปในตลาดแรงงานได้อย่างแท้จริง

1.4 เพื่อเป็นการส่งเสริมการพัฒนากีฬาชาติ ผู้บริหารมหาวิทยาลัยควรจะจัดโครงการพัฒนานิสิตนักศึกษาที่มีความสามารถทางการกีฬาในสถาบันการศึกษา โดยประสานความร่วมมือกับคณะกรรมการกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย และจัดให้มีคณะกรรมการของมหาวิทยาลัยที่จะรับผิดชอบโครงการ

1.5 มหาวิทยาลัยควรจัดโครงการ กำกับ ติดตาม และประเมินผลทางด้านวิชาการให้กับนักกีฬาอย่างต่อเนื่องเพื่อสร้างความมั่นใจให้กับนักกีฬาที่จะไม่ยุติความคิดที่จะเลิกเล่นกีฬากลางคันซึ่งทำให้เกิดการสูญเสียบุคลากรกีฬา

2. การจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาสำหรับสถาบันการพลศึกษา มีแนวทางดังนี้

2.1 ให้มีการปรับเปลี่ยนโครงสร้างขององค์กรทั้งด้านการบริหารและด้านวิชาการทางการศึกษา องค์กรต่าง ๆ ทั้งภายในประเทศและต่างประเทศอย่างมีประสิทธิภาพจัดการศึกษาที่เชื่อมโยงกับโรงเรียนกีฬา

2.2 จะต้องมีการบริหารจัดการที่มุ่งสร้างความเป็นเลิศให้กับบุคลากรกีฬา ไม่ว่าจะเป็นนักกีฬา ผู้ฝึกสอน ผู้ตัดสิน นักวิทยาศาสตร์การกีฬา และผู้บริหารกีฬาอย่างแท้จริง

2.3 ด้วยโครงสร้างของสถาบันการพลศึกษาที่มีอยู่ 17 วิทยาเขต เพื่อให้การผลิตบัณฑิตผู้มีความสามารถทางการกีฬาเฉพาะทางได้มีการพัฒนาอย่างจริงจังและเข้มข้น ควรมีแผนการคัดเลือกผู้เข้ามาเรียน แผนการส่งเสริมและพัฒนาในระหว่างการเรียนโดยไม่ซ้ำซ้อนกัน

2.4 เร่งพัฒนาบุคลากรของสถาบันรองรับการเตรียมการในการเปิดหลักสูตรระดับปริญญาโทและปริญญาเอกในสาขาที่จำเป็น เพื่อให้เป็นสถาบันเฉพาะทางด้านกีฬาอย่างแท้จริง

2.5 การสร้างเครือข่ายความร่วมมือทางวิชาการกับสถาบันการพลศึกษาหรือมหาวิทยาลัยกีฬาในต่างประเทศ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นเพราะการรู้เขารู้เราจะทำให้เกิดการพัฒนาได้อย่างเหมาะสมถูกต้องและรวดเร็ว

2.6 สร้างความรักความสามัคคีและความเข้าใจที่ตรงกันของบุคลากรทั้ง 17 วิทยาเขต เกี่ยวกับเป้าหมายและพันธกิจที่แท้จริงของสถาบัน ฯ เพื่อการขับเคลื่อนองค์กรไปข้างหน้าอย่างมั่นคงและเกิดประโยชน์ต่อประเทศชาติอย่างแท้จริง การจัดการบุคลากรทางด้านกีฬาที่ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพองค์กร ต้องมีกระบวนการที่เกี่ยวกับการสรรหาและการคัดเลือก การพัฒนาการจูงใจและการรักษา

จึงกล่าวได้ว่า การพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศนั้นเป็นการบริหารจัดการที่มุ่งสร้างความเป็นเลิศให้กับบุคลากรกีฬา ไม่ว่าจะเป็นนักกีฬา ผู้ฝึกสอน ผู้ตัดสิน นักวิทยาศาสตร์การกีฬาอย่างแท้จริง รวมทั้ง การกำกับ ติดตามและขับเคลื่อนการดำเนินการตามนโยบายและแผนอันจะเป็นผลให้การบริหารจัดการ ด้านการกีฬาเป็นระบบ และมีเครือข่ายในการพัฒนาการกีฬาอย่างชัดเจน

2. การพัฒนานักกีฬาด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา

ในปัจจุบันกีฬาทุกชนิดนอกจากจะต้องมีการฝึกฝนอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ นักกีฬาก็ถือเป็นส่วนสำคัญและจำเป็นที่จะต้องมีความพร้อมทางจิตใจและสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์ โดยวิทยาศาสตร์การกีฬา ถือว่ามีความสำคัญอย่างมากต่อตัวการพัฒนานักกีฬาและมีส่วนสำคัญต่อการพัฒนากีฬาในแต่ละประเภท ทีมชั้นนำในระดับโลกล้วนใช้วิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาเป็นโปรแกรมฝึกซ้อมและให้ความสำคัญอย่างมาก จนสร้างความประสบความสำเร็จมากมาย มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ถือเป็นมหาวิทยาลัยเฉพาะทางที่มีพันธกิจหลักในการผลิตบัณฑิตให้มีความเป็นเลิศด้านกีฬา จึงควรมีการนำหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาเป็นโปรแกรมฝึกซ้อมและแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ให้กับนักกีฬา ซึ่งมีนักวิชาการได้ให้ความหมายและความสำคัญของวิทยาศาสตร์การกีฬา ดังนี้

2.1 ความหมายและความสำคัญของวิทยาศาสตร์การกีฬา

ความหมายของวิทยาศาสตร์การกีฬา

วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sports Science) เป็นองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการปรับปรุงสมรรถภาพทางกายหรือการปรับปรุงการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกายให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องและควรจะพิจารณาประกอบคือความบ่อยครั้งของการฝึก ปริมาณ และชนิดของการฝึก โภชนาการอาหาร การพักผ่อน ธรรมชาติของแต่ละบุคคลและอุปนิสัย รวมไปถึงการประกอบอาชีพของแต่ละบุคคล โดยวิทยาศาสตร์การกีฬามุ่งหมายที่จะพัฒนาและส่งเสริมเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพด้านสมรรถภาพของร่างกาย โดยการใช้กิจกรรมทางด้านพลศึกษาเป็นสื่อและมุ่งหวังที่จะให้เกิดในสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในกฎกติกา และปลูกฝังการ

มีวินัย การมีน้ำใจนักกีฬา เกิดทักษะและเจตคติที่ดี เกิดการฝึกหัดและกำหนดโปรแกรมการสร้างสมรรถภาพ และรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์จากการกีฬา (ชาญชัย โพธิ์คลัง, 2557)

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2557) กล่าวว่า วิทยาศาสตร์การกีฬาเป็นวิทยาศาสตร์ประยุกต์ที่นำเอาศาสตร์ในสาขาต่างๆ เช่น ฟิสิกส์ แคลคูลัส เคมี สรีรวิทยา จิตวิทยา เป็นต้น มาประยุกต์เพื่อพัฒนาความสามารถในเชิงกีฬา ซึ่งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสามารถทางการกีฬาของนักกีฬาทั้งทางตรงและทางอ้อม ประกอบไปด้วย

1. ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อความสามารถทางการกีฬาของนักกีฬา ซึ่งเป็นลักษณะทางกายของนักกีฬา ได้แก่ การมีโครงสร้าง สรีระ สัดส่วนและรูปร่างที่เหมาะสมในแต่ละชนิดกีฬา การมีเทคนิคที่ถูกต้องเหมาะสมในแต่ละชนิดกีฬาและสิ่งที่ต้องได้รับการพัฒนา ระดับของสมรรถภาพทางกายที่เหมาะสมกับแต่ละชนิดกีฬา ปัจจัยทางด้านจิตใจของนักกีฬาในการ ที่จะควบคุม รักษา และพัฒนา เจตคติในการฝึกฝนของนักกีฬา และโอกาสในการเข้าร่วมการแข่งขันกับนักกีฬาอื่นที่มีความสามารถใกล้เคียงกันหรือสูงกว่า

2. ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อความสามารถทางการกีฬาของนักกีฬา ซึ่งเป็นปัจจัยภายนอกของนักกีฬาที่ควรจะได้รับ ได้แก่ ปัจจัยทางโภชนาการ ปัจจัยของการพักผ่อน และปัจจัยทางสภาพแวดล้อม ดินฟ้า อากาศ สนาม อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ

วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sports science) หมายถึง การนำเอาวิทยาศาสตร์เข้ามาช่วยในการประดิษฐ์หรือสร้างเครื่องมือต่างๆ เพื่อช่วยสนับสนุนการพัฒนาและการเล่นกีฬาให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น เป็นศาสตร์ที่นำองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาจากสาขาวิชาต่างๆ ซึ่งประกอบด้วย กายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยา ชีวกลศาสตร์ การฝึกซ้อมและทักษะด้านกีฬา จิตวิทยา เวชศาสตร์การกีฬา และเทคโนโลยีการกีฬา (วาสนา คุณาอภิสิทธิ์, 2558)

วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sport Science) เป็นศาสตร์ที่นำองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าวิจัยจากสาขาวิชาต่าง ๆ มาใช้ในการพัฒนา ส่งเสริม และสนับสนุนให้นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และบุคคลที่เกี่ยวข้องในวงการกีฬา สามารถแสดงศักยภาพในการแข่งขันกีฬา การออกกำลังกาย หรือกิจกรรมทางกายอื่น ๆ ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด ซึ่งองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา ค้นคว้าวิจัยจากสาขาต่าง ๆ ได้แก่ สรีรวิทยาการออกกำลังกายและกีฬามาพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ตามหลักของการฝึกสมรรถภาพทางกายและทางกลไกที่เหมาะสมและเกิดประสิทธิภาพสูงสุด ส่วนปัญหาของการฝึกสมรรถภาพทางกายและทางกลไกของเราที่พบ ได้แก่ การฝึกหนักเกินไป ในช่วงระยะเวลาไม่กี่เดือนแล้วไปแข่งขัน ซึ่งผิดหลักการจัดแผนการฝึกประจำปีทำให้นักกีฬาไม่สามารถปรับสภาพการฝึกที่หนักเกินไป ร่างกายปรับตัวไม่ทันทำให้สมรรถภาพไม่ได้พัฒนาให้มีประสิทธิภาพสูงสุดในช่วงการแข่งขัน (ไวพจน์ จันทร์เสม, 2558) วิทยาศาสตร์การกีฬา เป็นศาสตร์ที่ว่าด้วยความรู้ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าถึงผลของการมีส่วนร่วมในการเล่นกีฬาหรือการออกกำลัง

กายในกิจกรรมต่าง ๆ โดยประยุกต์ใช้หลักการทางวิทยาศาสตร์ร่วมกับเทคนิคเฉพาะทาง เพื่อพัฒนาศักยภาพร่างกายของนักกีฬาให้สามารถเล่นกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยหลักวิชาทางด้านสรีรวิทยา จิตวิทยา สังคมวิทยาหรืออื่น ๆ วิทยาศาสตร์การกีฬาจึงเป็นการรวมวิชาต่างๆ มากมายหรือที่เรียกว่า สหวิทยาการ ที่มีเนื้อหารสาระครอบคลุมในสาขาวิชาต่าง ๆ เช่น สรีรวิทยาการกีฬา จิตวิทยาการกีฬา สังคมวิทยาการกีฬา เวชศาสตร์การกีฬา โภชนาการการกีฬา เทคโนโลยีการกีฬา วิทยาวิธีทางกีฬา วิทยาการจัดการการกีฬา อื่น ๆ (Espinosa, Lee and James, 2015) วิทยาศาสตร์การกีฬา หมายถึง การเอาหลักการทางวิทยาศาสตร์สาขาต่าง ๆ โดยเฉพาะทางด้านเวชศาสตร์การกีฬาและวิทยาศาสตร์การแพทย์ มาใช้ในการปรับปรุง ท่าทาง ทักษะ ทัศนคติ และวิธีการของการเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกายให้ได้ประสิทธิผลและมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีความปลอดภัยมากที่สุด (Rein and Memmert, 2016)

วิทยาศาสตร์การกีฬา คือ กระบวนการในการพัฒนาศักยภาพและความสามารถของนักกีฬาให้ก้าวไปสู่ความพร้อมและความสมบูรณ์สูงสุด ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และเทคนิคทักษะกีฬาในช่วงการแข่งขันตลอดจนพัฒนาไปสู่ความสามารถสูงสุดแต่ละบุคคลอย่างเป็นระบบ ซึ่งประกอบด้วยองค์รวมของศาสตร์สาขาต่าง ๆ (Beck, Daly, Singh and Taaffe, 2017)

วิทยาศาสตร์การกีฬาเป็นวิทยาศาสตร์ประยุกต์ โดยนำหลักวิชาต่าง ๆ เช่น กายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยาการออกกำลังกาย การแพทย์ โภชนาการ จิตวิทยา วิทยาศาสตร์ การเทคโนโลยีต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกาย การฝึกซ้อมกีฬา การแข่งขันกีฬา ตลอดจนการดูแลสุขภาพร่างกายอย่างเป็นขั้นตอน (Casals and Finch, 2017)

วิทยาศาสตร์การกีฬาเป็นวิทยาศาสตร์ประยุกต์ โดยนำหลักวิชาต่าง ๆ เช่น กายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยาการออกกำลังกาย จิตวิทยาการกีฬา สังคมวิทยาการ กีฬาเวชศาสตร์ โภชนาการการกีฬา เทคโนโลยีการกีฬา การจัดการการกีฬา มาประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกายการฝึกซ้อมกีฬา การแข่งขันกีฬา ตลอดจนการดูแลสุขภาพร่างกายอย่างเป็นขั้นตอน (Perrey and Ferrari, 2018)

จึงกล่าวได้ว่า วิทยาศาสตร์การกีฬาเป็นศาสตร์ที่ว่าด้วยความรู้ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าหลักการทางวิทยาศาสตร์สาขาต่าง ๆ รวมกับเทคนิคเฉพาะทางเพื่อพัฒนาศักยภาพร่างกายของนักกีฬา ให้สามารถเล่นกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพและความสามารถของนักกีฬาให้ก้าวไปสู่ความพร้อมและความสมบูรณ์สูงสุด ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

ความสำคัญของวิทยาศาสตร์การกีฬา

การเล่นกีฬาและการออกกำลังกายเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน การศึกษาวิทยาศาสตร์การกีฬาทำให้เข้าใจและแสดงให้เห็นถึงความจำเป็นดังนี้ (ชาญชัย โพธิ์คลัง, 2557)

1. ความรู้ทางวิทยาศาสตร์การกีฬาจะช่วยจัดคนกับกีฬาให้เหมาะสมซึ่งกันและทำให้เกิดประโยชน์โดยไม่มีโทษเจือปน

2. วิทยาศาสตร์การกีฬาช่วยส่งเสริมสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาหลายแง่ อาทิเช่นการคัดเลือกนักกีฬา การฝึกซ้อมการบำรุง การรักษา และการประเมินผลจากการฝึกซ้อม

3. การบาดเจ็บจากกีฬาจะมีลักษณะจำเพาะ ซึ่งแตกต่างจากการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย การปฏิบัติอย่างถูกต้องตามหลักการทางวิทยาศาสตร์จะช่วยให้การออกกำลังกายเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

4. วิทยาศาสตร์การกีฬาเป็นทางลัดให้เกิดการปรับปรุงแก้ไขวิธีการฝึกหรือการแข่งขันให้ประสบความสำเร็จได้รวดเร็วมากยิ่งขึ้น โดยการปรับเปลี่ยนเทคโนโลยีเข้ากับการเล่นกีฬา

5. วิทยาศาสตร์การกีฬาก่อให้เกิดการเรียนรู้ถึงจิตใจของมนุษย์ภายใต้สภาวะการเล่นกีฬาหรือการแข่งขัน ผู้ที่ชนะเลิศคือบุคคลที่สามารถควบคุมจิตใจของตนเองได้เป็นอย่างดี

หากจะพัฒนาสมรรถภาพทางกายนักกีฬาเพื่อการเข้าร่วมการแข่งขันในระดับชาติและนานาชาติอย่างมีประสิทธิภาพ องค์กรกีฬาหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องมีการนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการพัฒนาในแต่ละด้านดังนี้ (ไพศาล จันทรพิทักษ์, 2557)

1. ด้านโภชนาการควรมีโรงอาหารเป็นระบบและกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับกีฬา

2. ด้านจิตวิทยาควรมีระยะเวลาดำเนินการต่อเนื่องและการฝึกอบรมให้เกิดทักษะด้านจิตวิทยา และการจัดสภาพแวดล้อมให้เกิดการผ่อนคลาย

3. ด้านชีวกลศาสตร์หากมีบุคลากรน้อยควรทำการศึกษาวิเคราะห์

4. ด้านสรีรวิทยาและการเสริมสร้าง ควรกำหนดโปรแกรมการฝึกซ้อมร่วมกันระหว่างผู้เชี่ยวชาญกับโค้ชหรือผู้ฝึกสอน

5. จัดหาอุปกรณ์การฝึกและเสริมสร้างให้เพียงพอและประเมินสมรรถภาพเป็นระยะ ๆ

6. ด้านแพทย์กีฬาควรจัดหาแพทย์ที่มีความรู้เกี่ยวกับกีฬา มีการประเมินสุขภาพ สภาพร่างกาย การรักษาฟื้นฟูการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย ทำประกันสุขภาพนักกีฬาครอบคลุมทุกกรณีและมีบุคลากรทางการแพทย์ประจำคลินิกกีฬาให้เพียงพอ

7. ด้านกายภาพบำบัดควรจัดโปรแกรมบำบัดรักษา โปรแกรมฝึกซ้อมให้สอดคล้องร่วมกันและจัดหาเครื่องมือกายภาพบำบัดให้เพียงพอประจำคลินิก และการออกปฏิบัติภาคสนาม อีกทั้ง

สุทัศน์ ยกส้าน (2560) กล่าวถึง บทบาทของวิทยาศาสตร์ในการเพิ่มความสามารถของนักกีฬา ซึ่งที่มาความสำเร็จตามความสามารถของ Bolt ซึ่งจะได้คำตอบจากวิทยาศาสตร์ที่มีหลายมิติ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องสรีรวิทยา อุปกรณ์ที่ใช้เทคโนโลยีในการฝึก โภชนาการ จิตวิทยา พันธุศาสตร์และแพทย์ศาสตร์ ซึ่งตลอดระยะเวลา 20 ปีที่ผ่านมา ของวงการกีฬาในประเทศต่าง ๆ ที่พัฒนาแล้ว ไม่ว่าจะเป็น สหรัฐอเมริกา อังกฤษ ญี่ปุ่น จีน เยอรมัน ฯลฯ ต่างให้

สถาบันวิจัยกีฬาในประเทศได้เข้ามามีบทบาทในการพัฒนานักกีฬาของตน ซึ่งในสถานการณ์ปัจจุบัน พัฒนาการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาได้ก้าวหน้าไปมากเพราะจุดมุ่งหมายสูงสุดของวิทยาศาสตร์การกีฬาคือการช่วยให้นักกีฬาพัฒนาศักยภาพด้วยหลักวิทยาศาสตร์จนถึงซึ่งจุดสูงสุด วิทยาศาสตร์การกีฬาจะช่วยวิเคราะห์หาจุดอ่อน เพิ่มความแข็งแกร่งและลดโอกาสการบาดเจ็บ รวมไปถึง

ไวพจน์ จันทร์เสน (2558) อธิบายว่า วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sports Science) เป็นศาสตร์ที่นำองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา ค้นคว้า วิจัยจากสาขาวิชาต่าง ๆ มาใช้พัฒนา ส่งเสริม สนับสนุน ให้นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และบุคคลที่เกี่ยวข้องในวงการกีฬา สามารถแสดงศักยภาพในการแข่งขันกีฬา การออกกำลังกายหรือกิจกรรมทางกายอื่น ๆ ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด (High Performance) ซึ่งองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้า วิจัยจากสาขาต่าง ๆ ได้แก่ สรีรวิทยาการออกกำลังกายและกีฬา (Physiology of Exercises and Sports) มาพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness) ตามหลักของการฝึกสมรรถภาพทางกาย สมรรถภาพทางกลไก (Motor Fitness) ที่เหมาะสมและเกิดประสิทธิภาพสูงสุด ส่วนปัญหาของการฝึกสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไกของเราที่พบ ได้แก่ การฝึกหนักเกินไปในช่วงระยะเวลาไม่กี่เดือนแล้วไปแข่งขันซึ่งผิดหลักการจัดแผนการฝึกประจำปี (Periodization) ทำให้นักกีฬาไม่สามารถปรับสภาพการฝึกที่หนักเกินไป ร่างกายปรับตัวไม่ทันทำให้สมรรถภาพไม่ได้พัฒนาให้มีประสิทธิภาพสูงสุดในช่วงการแข่งขัน (Peak Performance)

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2560) ได้ระบุว่า การกีฬานับได้ว่ามีส่วนสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาสังคม ดังนั้น องค์กรซึ่งมีภารกิจหลักในการส่งเสริม สนับสนุนและพัฒนาการกีฬา จึงได้ดำเนินการจัดทำวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อค้นคว้าวิจัยจากสาขาวิชาต่าง ๆ มาใช้พัฒนา ส่งเสริม สนับสนุน ให้นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และบุคคลที่เกี่ยวข้องในวงการกีฬา สามารถแสดงศักยภาพในการแข่งขันกีฬา การออกกำลังกายหรือกิจกรรมทางกายอื่น ๆ ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

ดังนั้น วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sports Science) ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งต่อการประสบความความสำเร็จของการแข่งขัน โดยอาศัยหลักการวิทยาศาสตร์มาประยุกต์กับหลักวิชาต่าง ๆ เพื่อมาใช้ในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ซึ่งมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ถือเป็นองค์กรหลักในการผลิตนักกีฬา หากจะพัฒนาสมรรถภาพทางกายนักกีฬาเพื่อการเข้าร่วมการแข่งขันในระดับชาติและนานาชาติอย่างมีประสิทธิภาพ และหากองค์กรสามารถนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาร่วมในการพัฒนานักกีฬาได้อย่างเป็นระบบและเป็นรูปธรรมก็จะส่งผลต่อประสิทธิภาพสูงสุดในการแข่งขันได้ ผู้วิจัยได้ทำการสังเคราะห์จากแนวคิดและองค์ประกอบจากวิทยาศาสตร์การกีฬา พบว่า การนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้กับการพัฒนานักกีฬาให้สู่ความเป็นเลิศของมหาวิทยาลัยนั้น ประกอบไปด้วย การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเวชศาสตร์การกีฬา จิตวิทยา

การกีฬา โภชนาการทางการกีฬา และเทคโนโลยีทางการกีฬา ซึ่งมีนักวิชาการได้ให้นิยามและความหมายของหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ดังนี้

2.2 การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา (Enhancing physical fitness)

การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย เป็นศาสตร์ที่ว่าด้วยการพัฒนาความสามารถด้านทักษะและสมรรถภาพทางกายในระดับต่าง ๆ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายให้แก่นักกีฬา ถือเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการฝึกเป็นอย่างมาก และเป็นการสร้างความสมบูรณ์ทางด้านร่างกายให้มีความพร้อมที่จะฝึกซ้อมหรือแข่งขัน มีนักวิชาการได้ให้นิยามและความหมายของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย ดังนี้

จรูญศักดิ์ พันธวิศิษฏ์ และคณะ (2557) กล่าวว่า สมรรถภาพทางกายเป็นองค์ประกอบสำคัญของสุขภาพ เป็นพื้นฐานในการประกอบภารกิจประจำวันและความสามารถในการทำงาน ได้อย่างมีประสิทธิภาพในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ โดยปราศจากความเหนื่อยล้าการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับการมีคุณภาพชีวิตที่ดีของคน และเป็นตัวบ่งชี้ให้ได้ทราบถึงพัฒนาการทางด้านร่างกาย การทดสอบและประเมินสมรรถภาพทางกายจะทำให้ทราบสภาวะสมรรถภาพทางกาย สามารถนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องและพัฒนาความสามารถทางด้านกีฬา อีกทั้ง

พงศกร ทองอุดม (2558) กล่าวว่า สมรรถภาพถือเป็นตัวบ่งชี้ถึงความสามารถของร่างกายในการที่จะประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยทั่วไปสมรรถภาพทางกายแบ่งออกเป็น 2 อย่าง คือ 1) สมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและความสมบูรณ์ของร่างกาย เป็นความสามารถของกลุ่มกล้ามเนื้อใหญ่ที่จะทำกิจกรรมได้เป็นเวลานานและถือเป็นความสามารถของบุคคลที่จะสามารถเคลื่อนไหวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย ความแข้งแรงของกล้ามเนื้อ ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความอดทนของการไหลเวียนโลหิต สัดส่วนของร่างกายและความอ่อนตัว และ 2) สมรรถภาพทางกายพิเศษ คือสมรรถภาพทางกายที่จำเพาะเจาะจงเพื่อเสริมสร้างและส่งเสริมการปฏิบัติทักษะทางการกีฬา ถือเป็นความต้องการพื้นฐานของนักกีฬาที่ต้องการสร้างสมรรถณะทางร่างกาย ประกอบไปด้วย ความแข้งแรงของกล้ามเนื้อ ความอดทนของกล้ามเนื้อ พลังกล้ามเนื้อ ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว ความอ่อนตัวและความอดทนของการไหลเวียนโลหิต อีกทั้งยังสอดคล้องกับ

กรมพลศึกษา (2558) ได้กล่าวถึงทักษะทางการกีฬาจะประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ และจำแนกความสมบูรณ์ทางร่างกายของนักกีฬา ออกเป็น 7 ประเภท ประกอบด้วย 1) ความเร็ว (Speed) คือ ความสามารถของร่างกายในการเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่งโดยใช้ระยะเวลาสั้นที่สุด 2) พลังกล้ามเนื้อ (Muscle Power) คือ ความสามารถของกล้ามเนื้อในการทำงานอย่าง

รวดเร็วและแรงในจังหวะของกล้ามเนื้อหดตัวหนึ่งครั้ง เช่น ยืนกระโดดไกล 3) ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscle Strength) คือ ความสามารถของกล้ามเนื้อที่หดตัวเพียงครั้งเดียวโดยไม่จำกัดเวลา 4) ความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscle endurance) คือ ความสามารถของกล้ามเนื้อที่ได้ประกอบกิจกรรมซ้ำซากได้เป็นระยะเวลานานอย่างมีประสิทธิภาพ 5) ความคล่องตัว (Agility) คือ ความสามารถของร่างกายที่จะบังคับควบคุมในการเปลี่ยนทิศทางของการเคลื่อนที่ได้ด้วยความรวดเร็วและแน่นอน 6) ความอ่อนตัว (Flexibility) คือ ความสามารถของข้อต่อต่าง ๆ ในการที่จะเคลื่อนไหวได้อย่างกว้างขวาง และ 7) ความอดทนทั่วไป (General endurance) คือ ความสามารถในการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายที่ทำงานได้นานและมีประสิทธิภาพ อีกทั้ง

Casals and Finch (2017) อธิบายว่า การฝึกสมรรถภาพทางกายถือเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการฝึกกีฬา ถือเป็นการสร้างความสมบูรณ์ทางด้านร่างกายให้กับนักกีฬาเพื่อให้นักกีฬามีความพร้อมทางด้านร่างกายที่จะทำการฝึกซ้อมหรือแข่งขัน การที่นักกีฬาแสดงความสามารถได้เท่ากับระดับความสามารถที่ตนเองมีอยู่นั้น ต้องอาศัยสมรรถภาพทางกายโดยเฉพาะกีฬาประเภทที่ไม่ต้องการเทคนิคทักษะมาก และผลการแข่งขันก็จะขึ้นอยู่กับสมรรถภาพทางกายเป็นส่วนใหญ่ สำหรับกีฬาที่ใช้เทคนิคทักษะมากการมีสมรรถภาพทางกายดีจะช่วยให้นักกีฬาสามารถปฏิบัติตามเทคนิคทักษะที่ได้รับการฝึกมาได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ รวมไปถึง

เจริญ กระบวนรัตน์ (2559) กล่าวว่า รูปแบบวิธีการฝึกซ้อมของแต่ละวิธีย่อมส่งผลให้ร่างกายเกิดการพัฒนาการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไป ผู้ฝึกสอนกีฬาจะกำหนดหรือพิจารณาเลือกรูปแบบวิธีการฝึกให้กับนักกีฬาของตน และจะต้องคำนึงถึงความเหมาะสมกับสภาพร่างกาย วัตถุประสงค์ และความต้องการของกีฬาประเภทนั้น ๆ เป็นสำคัญ และจำแนกรูปแบบของการฝึกออกเป็น 2 แบบ ประกอบด้วย 1) การฝึกสมรรถภาพร่างกายแบบอดทน เป็นวิธีการฝึกที่สำคัญที่จะช่วยพัฒนาสมรรถภาพการใช้ออกซิเจนของร่างกายได้ดี และ 2) การฝึกสลับช่วง เป็นรูปแบบการฝึกที่สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางด้านความอดทน โดยการฝึกสลับช่วงมีส่วนช่วยในการพัฒนาเสริมสร้างกำลังความอดทนและความเร็วให้คงสภาพและมีความต่อเนื่องได้นานกว่า อีกทั้ง

Espinosa, Lee and James (2015) กล่าวว่า การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา เป็นการทำงานของกล้ามเนื้อ กระดูก เอ็น และข้อต่อ เพื่อนำไปสู่การใช้แรงในการเคลื่อนไหวหรือปฏิบัติทักษะให้มีประสิทธิภาพสูงสุดในแต่ละชนิดหรือประเภทกีฬา เพื่อพัฒนาปรับปรุง แก้ไขข้อบกพร่องทางด้านเทคนิคทักษะกีฬา โดยเพิ่มความรู้ หลักการในการการฝึก รูปแบบวิธี ความหนักเบา โปรแกรมการฝึกซ้อมที่ถูกต้อง โดยคำนึงถึงอายุ เพศ วัย ประสบการณ์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เหมาะสมกับนักกีฬาแต่ละบุคคล ระบบพลังงาน

สมรรถภาพทางกายเฉพาะประเภทกีฬา ความสามารถในการเรียนรู้รับรู้ของนักกีฬาแต่ละบุคคล การวางแผนการฝึกซ้อมในแต่ละช่วงเวลาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม สอดคล้องกับ

Beck, Daly, Singh and Taaffe (2017) กล่าวว่า การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬาเป็นการพัฒนาทักษะและการฝึกซ้อมกีฬาให้แก่นักกีฬา เพื่อให้นักกีฬาเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตให้พร้อมและมีประสิทธิภาพมากที่สุดก่อนลงแข่งขันในเกมส์การแข่งขัน และ

Casals and Finch (2017) กล่าวถึง การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬาคือการพัฒนากล้ามเนื้อ กระดูก เอ็น และข้อต่อเพื่อนำไปสู่การใช้งานในการเคลื่อนไหวหรือปฏิบัติทักษะอย่างเต็มประสิทธิภาพของแต่ละประเภทกีฬา เพื่อพัฒนา ปรับปรุง แก้ไขข้อบกพร่องทางด้านเทคนิคทักษะกีฬา รวมไปถึง

Perrey and Ferrari (2018) ได้กล่าวว่า "การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา คือการออกแบบโปรแกรมการฝึกซ้อมที่ถูกต้องให้กับนักกีฬา โดยคำนึงถึง อายุ เพศ วัย ประสบการณ์ ความแตกต่างระหว่างบุคคล เหมาะสมกับนักกีฬาแต่ละประเภท และเหมาะสมกับบุคคลโดยเฉพาะประเภทกีฬาความสามารถในการเรียนรู้รับรู้ของนักกีฬาแต่ละบุคคลการวางแผนการฝึกซ้อมในแต่ละช่วงเวลาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม"

จากการศึกษาจึงกล่าวได้ว่า การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย (Enhancing physical fitness) คือ การพัฒนากล้ามเนื้อ กระดูก เอ็น และข้อต่อ เพื่อนำไปสู่การใช้งานในการเคลื่อนไหวหรือปฏิบัติทักษะอย่างเต็มประสิทธิภาพ โดยการออกแบบโปรแกรมการฝึกซ้อมที่ถูกต้องให้กับนักกีฬา โดยคำนึงถึงอายุ เพศ วัย ประสบการณ์ ความแตกต่างระหว่างบุคคลและความเหมาะสมกับนักกีฬาแต่ละประเภท หากมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ จะเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อให้นักกีฬาของมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์สำหรับการแข่งขันกีฬา นอกจากจะนำหลักพื้นฐานของการเสริมสร้างสมรถภาพทางกายแล้ว ยังต้องนำหลักการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายพิเศษ ซึ่งประกอบด้วย พลังกล้ามเนื้อ ความแข้งแรงของกล้ามเนื้อ ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว ความอ่อนตัว และความอดทนของการไหลเวียนโลหิต นำมาร่วมกับการฝึกซ้อมเพื่อเพิ่มศักยภาพทางกายให้แก่นักกีฬา

2.3 เวชศาสตร์การกีฬา (Sports medicine)

เวชศาสตร์การกีฬา (Sports Medicine) เป็นศาสตร์ในการป้องกันดูแลตัวนักกีฬาให้อยู่ในสภาพพร้อม เป็นการระวังและป้องกันไม่ให้เกิดการบาดเจ็บในระหว่างการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน และการรักษาพยาบาลเมื่อเกิดการบาดเจ็บด้วยวิธีต่าง ๆ เพื่อให้หายโดยเร็วและการบำบัดฟื้นฟูหลังจากบาดเจ็บให้สามารถกลับมาเล่นให้เหมือนเดิม ดังนั้น ทีมกีฬาในระดับชาติหรือกีฬาอาชีพ รวมไปถึงมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ จึงต้องมีแพทย์ติดตามทีมอยู่

ตลอดเวลา และควรมีนักวิทยาศาสตร์การกีฬาด้านดูแลสุขภาพนักกีฬา คอยบำบัด ฟื้นฟูสภาพนักกีฬาอยู่ตลอดเวลา จึงจะทำให้นักกีฬามีสมรรถภาพทางกายที่พร้อมที่จะเล่นและเพื่อการแข่งขัน (Ministry of Tourism and sport, 2011) การศึกษาเกี่ยวกับเวชศาสตร์การกีฬา พบว่ามีนักวิชาการได้ให้ความหมายและหลักการต่าง ๆ ดังนี้

Espinosa, Lee and James (2015) กล่าวว่า เวชศาสตร์การกีฬาเป็นการป้องกัน บำบัดรักษา และฟื้นฟูสภาพร่างกายให้กับนักกีฬา ทั้งในสภาวะปกติและในระหว่างการฝึกซ้อมเพื่อช่วยเสริมให้สมรรถภาพทางกายอยู่ในสภาวะที่สมบูรณ์และพร้อมที่จะใช้งานได้ดีที่สุดโดยอาการบาดเจ็บจากการกีฬา มักมีสาเหตุจาก 2 คือประการ 1) การใช้งานของอวัยวะส่วนนั้นมากเกินไป และ 2) การบาดเจ็บจากอุบัติเหตุของการเล่นกีฬา

Wagstaff, Gilmore and Thelwell (2015) อธิบายว่าเวชศาสตร์การกีฬา เป็นศาสตร์สาขาหนึ่งทางการแพทย์ที่นำความรู้และวิทยาการทางการแพทย์มาประยุกต์ใช้กับการเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย ซึ่งไม่ได้กำหนดว่าเกี่ยวข้องกับกีฬาเพื่อการแข่งขันโดยตรงเพื่อความเป็นเลิศเท่านั้น แต่ทุกคนที่เล่นกีฬาหรือออกกำลังกายเพื่อสุขภาพก็มีความเกี่ยวข้องกับเวชศาสตร์การกีฬาด้วยเช่นกัน กล่าวคือ เวชศาสตร์การกีฬาเป็นการดูแลและส่งเสริมสุขภาพของนักกีฬา ตลอดจนประชาชนทั่วไป โดยการคืนความสมบูรณ์ทางกายให้มากที่สุด ซึ่งขอบเขตของเวชศาสตร์การกีฬาคือการส่งเสริมให้นักกีฬาหรือประชาชนที่เล่นกีฬามีสุขภาพดี ป้องกันการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา อีกทั้ง ให้คำแนะนำที่เหมาะสมกับบุคลที่ต้องการคำแนะนำในการเล่นกีฬา นอกจากนี้เวชศาสตร์การกีฬายังมีหน้าเพื่อบำบัด รักษา และฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตให้กับผู้ที่บาดเจ็บจากการเล่นกีฬา การออกกำลังกาย ให้สามารถกลับไปเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายได้เหมือนเดิมโดยมีประสิทธิภาพสูงสุด สอดคล้องกับ

Kreider, Kalman, Antonio, Ziegenfuss, Wildman, Collins and Lopez (2017) อธิบายว่า เวชศาสตร์การกีฬาคือการนำความรู้ทางการแพทย์มาใช้ในการรักษาอาการบาดเจ็บของร่างกาย และการป้องกันเมื่อหลีกเลี่ยงไม่ได้ นอกจากนี้ ยังเป็นการรักษาพยาบาลอย่างเร่งด่วนที่ถูกต้องและเห็นผลการรักษาได้อย่างชัดเจน เพื่อต้องการให้ผู้ที่ได้รับการรักษากลับเข้าร่วมกิจกรรมทางการกีฬาให้ได้อีกครั้ง และต้องการได้รับผลการรักษาที่เกือบสมบูรณ์

Rein and Memmert (2016) กล่าวว่า เวชศาสตร์การกีฬาคือการป้องกันการบาดเจ็บนอกจากการป้องกันจากภายนอกได้ คือ จากอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการกีฬา และยังสามารถป้องกันด้วยสมรรถภาพทางกาย ป้องกันด้วยทักษะป้องกันด้วยโภชนาการ ป้องกันด้วยสภาพแวดล้อม ป้องกันด้วยการอบอุ่นร่างกาย และป้องกันด้วยวิธีการ

Beck, Daly, Singh and Taaffe (2017) กล่าวว่า เวชศาสตร์การกีฬาคือศาสตร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกัน บำบัด รักษา และฟื้นฟูสภาพร่างกายให้กับนักกีฬาทั้งในสภาวะปกติ

และในระหว่างการฝึกซ้อมเพื่อช่วยเสริมให้สมรรถภาพทางกายอยู่ในสภาวะที่สมบูรณ์และพร้อมที่จะใช้งานได้ดีที่สุด

Perrey and Ferrari (2018) อธิบายว่า เวชศาสตร์การกีฬาเป็นศาสตร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกัน บำบัด รักษา และฟื้นฟูสภาพร่างกายให้กับนักกีฬาในแต่ละประเภทเพื่อให้นักกีฬาพร้อมทั้งในสภาวะปกติและในระหว่างการฝึกซ้อม และช่วยเสริมให้สมรรถภาพทางกายอยู่ในสภาวะที่สมบูรณ์และพร้อมที่จะใช้งานได้ดีที่สุด

จากการศึกษาจึงกล่าวได้ว่า เวชศาสตร์การกีฬา (Sports Medicine) คือ ศาสตร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกัน บำบัดรักษา และฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตให้กับผู้ที่บาดเจ็บจากการเล่นกีฬาเพื่อให้สามารถกลับไปเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายได้เหมือนเดิม เพื่อให้นักกีฬาพร้อมต่อทั้งในสภาวะปกติและในระหว่างการฝึกซ้อม เพื่อช่วยเสริมให้สมรรถภาพทางกายอยู่ในสภาวะที่สมบูรณ์และพร้อมที่จะใช้งานได้ดีที่สุด

2.4 จิตวิทยาการกีฬา (Sports psychology)

จิตวิทยาการกีฬา เป็นการศึกษาถึงสภาวะของจิตใจถือเป็นศาสตร์ที่นำหลักการทฤษฎีต่าง ๆ ทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมนุษย์มาปรับใช้ในการเล่นกีฬา เพื่อพัฒนาขีดความสามารถของนักกีฬาทั้งร่างกายและจิตใจให้มีประสิทธิภาพสูงสุด การพัฒนาทักษะขีดความสามารถทั้งหมดของร่างกายและสมรรถภาพทางจิตใจ รวมไปถึง ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ฝึกสอนกับนักกีฬาที่ส่งผลต่อจิตใจ (Ministry of Tourism and sport, 2011) การศึกษาเกี่ยวกับจิตวิทยาการกีฬา พบว่า มีนักวิชาการได้ให้ความหมายและหลักการต่าง ๆ ดังนี้

ธิรตา ภาสะวณิช (2559) กล่าวว่า จิตวิทยาการกีฬา คือ ส่วนหนึ่งของการฝึกซ้อมและกระบวนการกีฬาที่เริ่มจากการเห็นความสำคัญและเข้าใจถึงความสัมพันธ์ระหว่างจิตใจการเล่นกีฬา ดังนั้น จิตวิทยาการกีฬาจึงสามารถนำมาใช้ได้ตั้งแต่ก่อนการเล่น ขณะเล่น หลังเล่นกีฬา และเลือกใช้ตามสถานการณ์และความเหมาะสมของตัวนักกีฬาแต่ละคน โดยมีทักษะและหลักการนำจิตวิทยาไปใช้กับการกีฬา ประกอบด้วย 1) ทักษะทางจิตวิทยาคือทักษะทางกายที่ต้องมีการลองทำซ้ำ ๆ ทำหลายครั้งหลายวิธีเพื่อให้เหมาะกับตนเอง 2) การฝึกทักษะทางจิตวิทยาเป็นกระบวนการจัดปรับความคิดและการควบคุมตนเองทั้งทางกายและใจที่มีผลต่ออารมณ์แรงจูงใจและความเชื่อมั่นในตนเอง 3) จิตวิทยากับการสร้างสมรรถภาพทางจิตให้มีความแข็งแกร่งเข้มแข็งขึ้นเป็นกระบวนการตลอดชีวิตของการเป็นนักกีฬาที่ต้องเรียนรู้ฝึกฝนตั้งแต่ฝึกซ้อมจนถึงแข่งขันและหลังการแข่งขัน เป็นการสร้างสานความสัมพันธ์ระหว่างจิตใจและการเล่นกีฬาจนเป็นอัตโนมัติ 4) จิตวิทยาสังคมเป็นพื้นฐานหนึ่งของจิตวิทยาการกีฬานอกจากจะเกี่ยวข้องโดยตรงกับนักกีฬาและโค้ชแล้ว ยังมีบุคคล กระบวนการและสังคมโดยรอบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสื่อมวลชนที่มีอิทธิพลต่อจิตใจ

ค่านิยม ความรู้สึก และแนวคิดในการเล่นกีฬาและการเป็นนักกีฬา ปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อพฤติกรรมการเล่นกีฬามีแรงจูงใจในการฝึกและมุ่งมั่นที่จะพัฒนาความสามารถ และ 5) ทักษะทางจิตวิทยาการกีฬากับการพัฒนาความสามารถทางการกีฬาจำเป็นต้องฝึกซ้อมต่อเนื่องเป็นสัดส่วนกัน การฝึกทางจิตวิทยาเป็นการจัดระบบความคิดการควบคุมตัวเอง จึงต้องมีการฝึกซ้อมพร้อมกระบวนการตรวจสอบผลการนำไปใช้ทั้งขณะฝึกซ้อมและการแข่งขัน อีกทั้ง

อภิชาติ อ่อนสร้อย (2558) อธิบายว่า จิตวิทยาการกีฬาเป็นศาสตร์สาขาวิชาที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับจิตวิทยาประยุกต์ (Applied Psychology) โดยเอาความรู้ทางจิตวิทยาหลาย ๆ ศาสตร์มาประยุกต์ ประกอบไปด้วย จิตวิทยาพัฒนาการ จิตวิทยาสังคม จิตวิทยา การศึกษา เป็นต้น ใช้เพื่อพัฒนากีฬา การพัฒนาจิตวิทยาการกีฬาเพื่อแสดงออกถึงความสามารถของนักกีฬาให้สูงสุดเท่าที่พึงจะกระทำได้ และ การนำทักษะกุศลโลบายทางจิตวิทยา สอดคล้องกับ

กรมพลศึกษา (2556) อธิบายว่า จิตวิทยาการกีฬาคือการศึกษาพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาหรือการออกกำลังกาย รวมทั้ง อิทธิพลของนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการเพิ่มขีดความสามารถของนักกีฬา และการใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข ซึ่งอธิบายได้ในรูปแบบของการสร้างความคิดในทางบวก การสร้างความมั่นใจ การฝึกสมาธิ การควบคุมความเครียด การสร้างจินตภาพ เป็นต้น จิตวิทยาการกีฬาสามารถที่จะเพิ่มทักษะความเป็นเลิศในทางการกีฬาได้ รวมไปถึงความจำเป็นอย่างยิ่งในกระบวนการพัฒนาศักยภาพนักกีฬาในการฝึกซ้อมและการแข่งขันเพื่อความเป็นเลิศ มีรายละเอียด ดังที่

กรมพลศึกษา (2557) กล่าวว่า จิตวิทยาการกีฬาคือการศึกษาพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาหรือการออกกำลังกาย รวมทั้ง อิทธิพลของนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการเพิ่มขีดความสามารถของนักกีฬาและการใช้ชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ซึ่งประโยชน์และความสำคัญของจิตวิทยาการกีฬาสามารถช่วยให้นักกีฬาควบคุมอารมณ์ตัวเองได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ สามารถเรียนรู้และรู้จักจิตใจของตนเองอย่างแท้จริง และยังทำให้นักกีฬาสามารถฝึกซ้อมและแข่งขันกีฬารวมถึงการอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข สอดคล้องกับ

ภูษณพาส สมนิล (2558) อธิบายว่า ความสำคัญและจำเป็นของจิตวิทยาการกีฬาในการเพิ่มทักษะความเป็นเลิศในทางการกีฬา ประกอบด้วย 1) จิตวิทยาการกีฬาช่วยในการเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจแก่นักกีฬาก่อนลงแข่งขัน 2) ช่วยให้ผู้ฝึกสอนกีฬามีความเข้าใจนักกีฬาของตนเองมากขึ้น รู้จักการบำรุงขวัญกำลังใจ และการสร้างแรงจูงใจแก่นักกีฬาอย่างมีประสิทธิภาพ 3) ช่วยพัฒนาทักษะและขีดความสามารถทางการกีฬาของนักกีฬาให้มีประสิทธิภาพสูงสุด 4) ช่วยให้นักกีฬาสามารถนำหลักการและเทคนิคทางด้านจิตวิทยาการกีฬาไปใช้อย่างถูกวิธี 5) ช่วยในการตัดสินใจของผู้ฝึกสอนกีฬาให้มีความมั่นคงและเชื่อถือได้ในการประเมินความสามารถการกีฬาและ

คัดเลือกนักกีฬา และ 6) ช่วยในการจัดระบบข้อมูลที่เป็นประโยชน์ทางทฤษฎีหลักการ และรายงานการวิจัยทางจิตวิทยาการกีฬาให้สะดวกแก่การนำไปใช้ในการฝึกสอนกีฬา อีกทั้ง

Swann, Moran and Piggott (2015) อธิบายว่า จิตวิทยาการกีฬามีความสำคัญต่อการพัฒนาการกีฬาเป็นอย่างมาก จะเห็นได้จากผลสำรวจของโกแวน เกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้ฝึกสอนชาวแคนาดา พบว่า ผู้ฝึกสอนเห็นคุณค่าและความสำคัญของสาขาวิชาจิตวิทยาการกีฬามากเป็นอันดับ 1 ใน 7 ได้แก่ จิตวิทยาการกีฬา สรีรวิทยาการกีฬา ชีวกลศาสตร์ กีฬาเวชศาสตร์ ทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้ทางกลไก ทฤษฎีพัฒนาการและการเจริญเติบโต และสังคมวิทยาการกีฬาตามลำดับ จิตวิทยาการกีฬาจึง มีบทบาทความสำคัญต่อนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และผู้เกี่ยวข้องกับการกีฬา รวมไปถึง

Espinosa, Lee and James (2015) กล่าวว่า จิตวิทยาการกีฬาเป็นกระบวนการคิดการควบคุมทักษะการเคลื่อนไหว ทักษะกีฬา การตัดสินใจในแต่ละสถานการณ์ได้อย่างถูกต้องและเป็นผลดีต่อเกมส์การแข่งขัน การแสดงออกซึ่งทักษะและความสามารถของนักกีฬาได้อย่างสอดคล้องสัมพันธ์กับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ช่วยในการสร้างแรงขับในทางบวกและลดความวิตกกังวลของนักกีฬาสอดคล้องกับ

Beck, Daly, Singh and Taaffe (2017) อธิบายว่า จิตวิทยาการกีฬาเป็นศาสตร์ที่นำหลักทางจิตวิทยามาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์การกีฬาเพื่อการพัฒนาความสามารถทางการกีฬาทั้งในการฝึกซ้อม การแข่งขันให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในสถานการณ์ต่าง ๆ กัน อีกทั้ง

Casals and Finch (2017) อธิบายว่า จิตวิทยาการกีฬาเป็นกระบวนการคิดการควบคุมทักษะการเคลื่อนไหวและทักษะกีฬาการตัดสินใจในแต่ละสถานการณ์ โดยแรงกระตุ้น แรงจูงใจความวิตกกังวล ความเครียด ซึ่งการตั้งจุดมุ่งหมาย การสร้างจินตภาพ ถือเป็นจิตวิทยาที่สามารถนำมาปรับประยุกต์ใช้ในการฝึกกีฬาได้ทั้งสิ้น รวมไปถึง

Perrey and Ferrari (2018) อธิบายว่า จิตวิทยาการกีฬาคือศาสตร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับกระบวนการคิด การควบคุมทักษะการเคลื่อนไหวและทักษะกีฬา รวมไปถึงการตัดสินใจของนักกีฬาโดยผู้ฝึกสอนกีฬามีหน้าที่ในการพัฒนาความสามารถของนักกีฬาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและด้านทักษะเทคนิคต่าง ๆ และสิ่งที่สำคัญคือการสร้างให้นักกีฬารู้จักแพ้รู้จักชนะ

จากการศึกษาจึงกล่าวได้ว่า จิตวิทยาการกีฬา (Sports Medicine) คือ ศาสตร์ที่นำเอาหลักและทฤษฎีทางจิตวิทยาเกี่ยวกับกระบวนการคิด การควบคุมและทักษะกีฬา รวมถึงอิทธิพลของสภาพแวดล้อมมาประยุกต์ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในการแสดงพฤติกรรมและการตัดสินใจ จิตวิทยาการกีฬาจึงมีบทบาทสำคัญช่วยในการสร้างแรงขับในทางบวกและลดความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา ดังนั้น ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ควรตระหนักและทำความเข้าใจถึงการเพิ่มพูน

ความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬา เพื่อช่วยให้เกิดการยอมรับซึ่งกันและกันระหว่างนักกีฬากับนักกีฬา นักกีฬากับผู้ฝึกสอน ผู้ฝึกสอนกับผู้จัดการทีม ฯลฯ และสามารถช่วยให้ผู้ฝึกสอนกำหนดแบบแผนการฝึกซ้อมได้อย่างเหมาะสม และน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น

2.5 โภชนาการทางการกีฬา (Sports nutrition)

การศึกษาเกี่ยวกับโภชนาการทางการกีฬา พบว่า มีนักวิชาการได้ให้ความหมายและหลักการต่าง ๆ ดังนี้

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2559) อธิบายว่า โภชนาการทางการกีฬาเป็นศาสตร์ที่เกี่ยวกับสารอาหารที่มีคุณค่าและประโยชน์ต่อร่างกายในการฝึกซ้อมและแข่งขัน และมีผลต่อประสิทธิภาพต่อการเล่นเป็นอย่างมาก เพราะร่างกายต้องการพลังงานในการทำงานเหมือนรถยนต์ เช่นเดียวกับนักกีฬาก็ต้องได้รับสารอาหารถึงจะเคลื่อนไหวได้ แต่ปัญหาที่พบคือนักกีฬาไม่สามารถเลือกอาหารได้หรือไม่สามารถรับประทานตามที่จัดไว้ได้ เพราะอาจจะไม่อร่อยไม่คุ้นเคยจึงทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารที่จำเป็นไม่เพียงพอต่อการฝึกซ้อมและแข่งขัน ผิดกับนักกีฬาในประเทศที่พัฒนาแล้วเขาจะดูแลในเรื่องโภชนาการกับนักกีฬาอย่างเต็มที่ ทำให้นักกีฬามีพลังงานมากที่สุดสามารถฝึกซ้อมและหรือแข่งขันได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ อีกทั้ง

กัลยา กิจบุญชู (2559) กล่าวว่า การที่จะพัฒนานักกีฬาให้ก้าวขึ้นไปสู่ความสามารถทางการกีฬาสูงสุด โค้ชต้องมีความรู้ทางด้านโภชนาการเพราะจะเป็นปัจจัยที่สำคัญที่จะช่วยสนับสนุนการฝึกซ้อมให้มีประสิทธิภาพและดำเนินการไปอย่างต่อเนื่อง ในช่วงของการฝึกซ้อมเป็นช่วงที่นักกีฬาควรมีพลังงานสำหรับการฝึกซ้อมอย่างเพียงพอ อาหารมีความจำเป็นต่อนักกีฬาในการช่วยให้นักกีฬามีการฟื้นสภาพเร็วขึ้น ดังนั้น อาหารที่นักกีฬาได้รับในแต่ละมื้อควรเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่จำเป็นต่อร่างกาย และได้รับในปริมาณที่เหมาะสมจึงจะช่วยให้นักกีฬามีภาวะโภชนาการที่ดี รวมไปถึง

สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา (2560) กล่าวถึง ปัจจัยสู่ความสำเร็จของนักกีฬาถ้าจะพิจารณาถึงปัจจัยที่จะนำมาสู่ความสำเร็จของนักกีฬานั้น ประกอบด้วย 1) ขนาดและรูปร่างของนักกีฬา ซึ่งขนาดและรูปร่างของนักกีฬานั้นขึ้นอยู่กับกรรมพันธุ์และการเลี้ยงดูตั้งแต่เด็ก ๆ ถ้าการเลี้ยงดูในวัยเด็กผู้ปกครองและโค้ชพยายามให้นักกีฬาได้รับอาหารที่มีคุณภาพและเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย ขณะเดียวกันก็เน้นอาหารที่จะช่วยเพิ่มความสูงใหญ่ให้แก่ร่างกาย โปรตีนเป็นอาหารที่ช่วยในการเสริมสร้างความเจริญเติบโตและความแข็งแรงของร่างกาย ในขณะที่แคลเซียมช่วยเสริมสร้างกระดูกทำให้มีร่างกายที่สูงใหญ่และมีกระดูกที่แข็งแรง 2) จิตใจ ถ้าไม่สามารถแก้ปัญหาของรูปร่างให้มีร่างกายสูงใหญ่ได้ การฝึกจิตใจให้เข้มแข็งเป็นผู้ที่มีวิญญาณในการต่อสู้ รู้แพ้ รู้ชนะ และรู้อภัย ยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น และหาทางแก้ไขเพื่อนำไปสู่สิ่งที่ดีกว่า จึงเป็นเรื่อง

สำคัญที่ควรระลึกถึงและกระทำเพื่อเป็นการช่วยปรับสภาวะจิตใจให้เข้มแข็งอดทนต่อสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป และจะเป็นผลดีต่อนักกีฬาแทนการฝึกซ้อมแต่เพียงอย่างเดียว 3) อาหารและการฝึกซ้อม การฝึกซ้อมก่อนการแข่งขันเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องกระทำควบคู่กันไปกับเรื่องของอาหาร เพื่อให้นักกีฬาได้พัฒนาความสามารถและเรียนรู้เทคนิคต่าง ๆ เพิ่มขึ้น การรับประทานอาหารที่ให้พลังงานและสารอาหารครบถ้วนตามสภาพความต้องการของร่างกายตลอดระยะเวลาการฝึกซ้อม นอกจากจะเป็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคแล้ว ยังช่วยให้เกิดความเคยชินกับอาหารและทำให้ร่างกายแข็งแรงตลอดเวลาของการฝึกซ้อมด้วย อีกทั้ง

Rein and Memmert (2016) อธิบายว่าโภชนาการทางกีฬา คือ ศาสตร์ที่ให้ความรู้รายละเอียดเกี่ยวกับคุณค่าของอาหารแต่ละชนิด และรู้จักเลือกรับประทานอาหารให้ถูกต้อง ได้สัดส่วนทั้งในด้านปริมาณและคุณภาพในแต่ละช่วงของการฝึกซ้อมและแข่งขัน ซึ่งจะมีผลต่อการใช้พลังงานในการเคลื่อนไหว การเก็บสำรองพลังงานไว้ในกล้ามเนื้อ การชดเชยพลังงานในระหว่างการฝึกซ้อมและแข่งขัน และภายหลังการฝึกซ้อมแข่งขันซึ่งจะช่วยเสริมโครงร่างและความสามารถของร่างกายให้คงสภาพแข่งแกร่งยิ่งขึ้น สอดคล้องกับ

Beck, Daly, Singh and Taaffe (2017) อธิบายว่า โภชนาการทางกีฬา คือ ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับคุณค่าของอาหารแต่ละชนิดและการรู้จักเลือกรับประทานอาหารให้ถูกต้อง ได้สัดส่วนทั้งในด้านปริมาณและคุณภาพในแต่ละช่วงของการฝึกซ้อมและแข่งขัน และ

Casals and Finch (2017) อธิบายว่า โภชนาการทางกีฬา คือ หลักการในการรับประทานอาหารซึ่งเป็นแหล่งพลังงานหลักที่นักกีฬาจำเป็นจะต้องนำไปสนับสนุนและพัฒนาสภาพร่างกาย ซึ่งส่งผลต่อการใช้พลังงานในการเคลื่อนไหว พลังงานกล้ามเนื้อ และการชดเชยพลังงานในระหว่างการฝึกซ้อมและแข่งขัน

Fink and Mikesky (2017) กล่าวว่า โภชนาการทางกีฬามีความสำคัญต่อร่างกาย จึงจำเป็นที่ร่างกายจะต้องได้อาหารในการดำรงชีวิต ประกอบไปด้วย สารอาหารหลัก ได้แก่ คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน วิตามิน และเกลือแร่ ถึงแม้ว่าน้ำจะไม่ใช่สารอาหารแต่ก็มีความจำเป็นต่อร่างกายและขาดไม่ได้ ความต้องการสารอาหารจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง เช่น อายุ เพศ น้ำหนักตัว หรือรูปร่าง ภาวะร่างกายของบุคคลนั้น รวมถึงกิจกรรมต่าง ๆ ความต้องการสารอาหารหลักเพื่อให้ภาวะโภชนาการดี รวมไปถึง

Perrey and Ferrari (2018) ได้อธิบายว่า โภชนาการทางการกีฬา คือ หลักในการเลือกรับประทานอาหารแต่ละประเภทให้ถูกต้อง เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย และเหมาะสมกับลักษณะกีฬา โดยโภชนาการทางการกีฬาจะช่วยให้นักกีฬารู้จักเลือกรับประทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการและเหมาะสมกับกิจกรรมกีฬานั้น ๆ หรือซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอสำหรับนักกีฬาทั้งในช่วงการฝึก การแข่งขัน และหลังการแข่งขันเพื่อประสิทธิภาพสูงสุด

จากการศึกษาจึงกล่าวได้ว่า โภชนาการทางการกีฬา (Sports nutrition) คือ หลักในการเลือกรับประทานอาหารในแต่ละประเภทให้ถูกต้อง เหมาะสมตามความต้องการของร่างกายและลักษณะของกีฬา ทั้งในช่วงของการฝึกซ้อม การแข่งขัน หลังการแข่งขัน เพื่อประสิทธิภาพสูงสุดในการแข่งขัน ซึ่งโภชนาการทางการกีฬาจะช่วยให้เพิ่มสมรรถภาพทางกายให้กับนักกีฬา ถือเป็นปัจจัยสู่ความสำเร็จของนักกีฬาได้ หากมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ สามารถนำหลักการด้านโภชนาการไปใช้ในการพัฒนานักกีฬาได้อย่างถูกต้อง ย่อมส่งผลดีทั้งด้านโครงร่างและความสามารถด้านร่างกายให้แข็งแกร่งยิ่งขึ้น ยิ่งส่งผลต่อประสิทธิภาพด้านการแข่งขันของนักกีฬาตามลำดับต่อไป

2.6 เทคโนโลยีทางการกีฬา (Sports technology)

การพัฒนากีฬาไปสู่ความเป็นเลิศในยุคปัจจุบัน จำเป็นต้องใช้เทคโนโลยีเข้ามาช่วยเหลือเพื่อให้ได้เปรียบในการแข่งขันกว่าคู่แข่ง เนื่องจากในหลายประเทศได้มีการนำองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเข้ามาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาวงการกีฬา ด้วยการผลิตอุปกรณ์เครื่องมือที่มีความทันสมัยที่ช่วยให้นักกีฬามีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น หรืออุปกรณ์ที่ใช้เพื่อการแข่งขันตลอดจนอุปกรณ์สนามซึ่งจะช่วยเพิ่มขีดความสามารถในแก่นักกีฬามากยิ่งขึ้น (Cooper, Cooper and Susmarski, 2018) ซึ่งการศึกษาเกี่ยวกับเทคโนโลยีทางการกีฬา มีนักวิชาการได้ให้ความหมายและหลักการต่าง ๆ ดังนี้

ทวีศักดิ์ เพียรแท้ (2557) กล่าวถึง การพัฒนากีฬาไปสู่ความเป็นเลิศในยุคปัจจุบัน การเตรียมความพร้อมทางร่างกายและการหมั่นฝึกซ้อมอาจไม่เพียงพอ เพราะขณะนี้ในหลายประเทศได้มีการนำองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเข้ามาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาวงการกีฬา ไม่ว่าจะด้วยการสร้างเครื่องมือและอุปกรณ์ที่มีความทันสมัย ทั้งที่เป็นอุปกรณ์ส่วนบุคคล ได้แก่ เสื้อผ้า รองเท้าหรืออุปกรณ์ที่ใช้เพื่อการแข่งขัน ตลอดจนอุปกรณ์สนาม พื้นลู่วิ่ง สระว่ายน้ำ ซึ่งช่วยเพิ่มขีดความสามารถให้แก่นักกีฬามากยิ่งขึ้น รวมทั้ง ยังมีการนำระบบคอมพิวเตอร์เข้ามาช่วยในการวิเคราะห์ข้อมูลการแข่งขันหรือตัวนักกีฬาเพื่อให้ข้อมูลในปัจจุบันเทคโนโลยีสารสนเทศเข้ามามีบทบาทต่อการพัฒนากีฬามากขึ้นจะเห็นได้จากการใช้คอมพิวเตอร์ในการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันจนเกิดเป็นผลิตภัณฑ์ทางเทคโนโลยีที่ต้องซื้อหามาใช้พัฒนาการกีฬาและกลายเป็นธุรกิจขนาดใหญ่ที่สร้างรายได้ให้กับผู้ผลิตเป็นอย่างมาก

Espinosa, Lee and James (2015) กล่าวว่า เทคโนโลยีทางการกีฬา คือการประดิษฐ์เครื่องมือและอุปกรณ์เพื่อช่วยสนับสนุน พัฒนาและส่งเสริม ตลอดจน การแก้ไขปัญหา ข้อบกพร่องให้กับนักกีฬาเพื่อเพิ่มศักยภาพและประสิทธิภาพให้กับผู้ฝึกสอนและนักกีฬา รวมทั้งการวิเคราะห์ข้อมูลการเคลื่อนไหวทางด้านทักษะ เทคนิค การประเมินผล และการรายงานผลการแข่งขันที่เป็น

ประโยชน์ ถูกต้องและรวดเร็วให้กับผู้ฝึกสอน นักกีฬา และผู้ชมโดยนำเอาข้อมูลที่ได้นำมาปรับปรุงแก้ไข และพัฒนาความสามารถของนักกีฬาให้ดีขึ้น สอดคล้องกับ

Beck, Daly, Singh and Taaffe (2017) อธิบายว่า เทคโนโลยีทางการกีฬาคือสิ่งประดิษฐ์ที่นำใช้ในการช่วยสนับสนุนในการพัฒนาส่งเสริม และแก้ไขปัญหาข้อบกพร่องให้กับนักกีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพและประสิทธิภาพของนักกีฬาที่สูงที่สุด อีกทั้ง

Casals and Finch (2017) กล่าวว่า เทคโนโลยีทางการกีฬา คือ ศาสตร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการประดิษฐ์ การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์เพื่อช่วยสนับสนุนและส่งเสริมให้กับนักกีฬาด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น การสร้างสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อช่วยลดการบาดเจ็บจากการแข่งขันหรือจากฝึกซ้อม เช่น การสร้างชุดว่ายน้ำเพื่อลดแรงเสียดทานที่ถูกผลิตขึ้นในปี ค.ศ. 2000 ซึ่งถือว่าเทคโนโลยีที่ทันสมัยและสามารถช่วยเหลือให้นักกีฬาให้มีประสิทธิในการแข่งขันได้อย่างดีเยี่ยม โดยผู้ผลิตชุดว่ายน้ำต่างพยายามพัฒนาชุดว่ายน้ำในกลุ่ม Fast Skin มากยิ่งขึ้นโดยมีเป้าหมาย คือต้องการค้นหาเนื้อผ้าที่มีความเบา กระชับ และลดแรงเสียดทาน รวมไปถึง

Perrey and Ferrari (2018) กล่าวว่า เทคโนโลยีทางการกีฬา คือ สิ่งที่ถูกประดิษฐ์ขึ้นเพื่อส่งเสริมและแก้ไขปัญหาให้กับนักกีฬา โดยหวังว่าจะช่วยให้นักกีฬาเพิ่มศักยภาพและประสิทธิภาพให้กับผู้ฝึกสอนและนักกีฬา รวมทั้ง การวิเคราะห์ข้อมูลการเคลื่อนไหวทางด้านเทคนิคทักษะ การประเมินผลและรายงานผลการแข่งขันที่เป็นประโยชน์ ถูกต้อง รวดเร็วให้กับผู้ฝึกสอนนักกีฬา และผู้ชม นอกจากนี้

Sinha (2019) ยังกล่าวถึง การออกแบบรองเท้ากีฬาซึ่งมีหลายรูปแบบขึ้นอยู่กับการใช้งานให้เหมาะสำหรับกีฬาแต่ละประเภท จึงต้องคำนึงถึงการรับแรงกระแทกและการรักษารูปร่างของเท้าในขณะเคลื่อนไหว วัสดุที่ใช้ทำรองเท้าจึงต้องมีความยืดหยุ่นที่ดี ซึ่งจะช่วยลดความเจ็บปวดหรืออันตรายที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการเล่นกีฬา หรือ สปอร์ตบรา ซึ่งปัจจุบันเป็นที่นิยมในกลุ่มผู้หญิงที่เล่นกีฬา ทั้งนี้ก็เพื่อความกระชับและความคล่องตัวในการออกกำลังกาย

จากการศึกษาจึงกล่าวได้ว่า เทคโนโลยีทางการกีฬา (Sports technology) คือองค์ความรู้เกี่ยวกับการประดิษฐ์เครื่องมือและอุปกรณ์เพื่อช่วยส่งเสริม สนับสนุน ตลอดจนการแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องให้กับนักกีฬา รวมทั้ง การวิเคราะห์ข้อมูลทางด้านทักษะและเทคนิคการประเมินผลและรายงานผลการแข่งขัน เพื่อเพิ่มศักยภาพและประสิทธิภาพให้กับผู้ฝึกสอนและนักกีฬา

ปัจจุบันวิทยาศาสตร์การกีฬา กลายเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาการกีฬาไปแล้ว และเป็นที่ยอมรับจากผู้บริหาร ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน บุคลากรทางกีฬาและนักกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬาสามารถช่วยให้การเล่นกีฬามีประสิทธิภาพขึ้นจริง ประเทศที่มีความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์การกีฬา ประเทศนั้นก็มีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จในการแข่งขัน

จึงกล่าวได้ว่า วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sports Science) ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาและเป็นศาสตร์ที่ทำให้การกีฬาเป็นประโยชน์ไม่เพียงเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคต่าง ๆ ยังรวมไปถึง การช่วยบำบัด รักษา และฟื้นฟูสภาพสำหรับประชาชนทั่วไปด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา ซึ่งการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือนั้น จากการศึกษาหลักการของหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ทั้ง 5 ด้าน ประกอบไปด้วย 1) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย 2) เวชศาสตร์การกีฬา 3) จิตวิทยาการกีฬา 4) โภชนาการทางการกีฬา และ 5) เทคโนโลยีทางการกีฬา จึงถือเป็นปัจจัยที่สำคัญและมีบทบาทสำหรับการพัฒนาการกีฬาให้สู่ความเป็นเลิศในทุกระดับและทุกภาคส่วน ดังนั้น หากผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องยอมรับและให้ความสำคัญกับการนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้ในการฝึกซ้อมและแข่งขัน ก็จะส่งผลต่อความสำเร็จ ซึ่งมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ก็มีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จตาม พันธกิจหลักด้านกีฬาเพื่อความเป็นเลิศได้

3. มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

ประวัติและความเป็นมาของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ มีกำเนิดจากการที่กรมพลศึกษาที่ได้ดำเนินการผลิตครูพลศึกษามาเป็นเวลานาน โดยมีความเป็นมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2435 พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำริให้จัดตั้งโรงเรียนฝึกหัดครูขึ้นเป็นแห่งแรกที่โรงเรียนเลี้ยงเด็กและตึกปั้นหยา ถนนบำรุงเมือง เรียกว่า “โรงเรียนฝึกหัดอาจารย์” เป็นโรงเรียนหลวงสังกัดกรมศึกษาธิการ ประเภทโรงเรียนสอนวิชาพิเศษ ดำรงอยู่ได้ด้วยเงินงบประมาณแผ่นดิน นักเรียนทุกคนได้รับทุนเล่าเรียนจากรัฐบาล และทำสัญญากับกรมศึกษาธิการเพื่อเป็นข้อผูกมัดไว้ว่า เมื่อเรียนสำเร็จแล้วจะต้องเข้ารับราชการครู และนอกจากจะต้องเซ็นสัญญากับกรมศึกษาธิการแล้ว ยังจำเป็นต้องมีผู้รับรองความประพฤติไว้เป็นหลักฐานด้วย และในปี พ.ศ. 2441 ได้มีประกาศใช้หลักสูตรตามโครงการการศึกษาของไทยฉบับแรกในรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ในหลักสูตรกำหนดให้ผู้เรียนต้องเรียนวิชาพลศึกษา (ในสมัยนั้นเรียกว่า “วิชากายกรรม” หรือ “วิชาดัดตน” หรือ “วิชาการฝึกหัดร่างกาย” หรือ “วิชากายบริหาร”) ซึ่งในขณะนั้นยังไม่มีผู้ใดมีความรู้ที่จะสามารถสอนวิชาพลศึกษาในหลักสูตรนี้ได้ ดังนั้น เจ้าพระยาธรรมศักดิ์มนตรี ซึ่งขณะนั้นมีบรรดาศักดิ์เป็นหลวงไพศาลศิลปศาสตร์ จึงได้แต่งตำรากายกรรมขึ้นมาซึ่งนับว่าเป็นตำราพลศึกษาเล่มแรกของไทยเพื่อช่วยให้ครูสามารถนำไปเรียน ด้วยตนเองแล้วนำมาสอนนักเรียน

วันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2447 เจ้าพระยาธรรมศักดิ์มนตรีเป็นผู้มีส่วนสำคัญในการก่อตั้งองค์กรที่มีบทบาทสำคัญต่อการฝึกหัดครูพลศึกษาของไทยที่มีชื่อเรียกว่า “สามัคยาจารย์สมาคม” โดยได้จัดตั้ง “สามัคยาจารย์สโมสรสถาน” ขึ้นบริเวณสวนกุหลาบวิทยาลัย ต่อมาในปี พ.ศ.2448 โรงเรียนฝึกหัดอาจารย์ได้มีการบรรจุวิชากายบริหารไว้ในหลักสูตรเพื่อให้ครูที่สำเร็จจากโรงเรียนฝึกหัดอาจารย์สามารถสอนวิชาพลศึกษาได้

ในปี พ.ศ. 2452 ได้มีการจัดตั้งสถานศึกษาวิชาพลศึกษาสำหรับครูขึ้นเป็นแห่งแรกในประเทศไทย ในสามัคยาจารย์สโมสรสถาน เรียกว่า “สโมสรกายบริหาร” ต่อมาในปี พ.ศ. 2456 จึงได้ปรับปรุงสโมสรกายบริหารขึ้นมาเป็น “ห้องพลศึกษากลาง” เพื่อทำหน้าที่ผลิตครูไปดำเนินการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา และต่อมาเมื่อวันที่ 19 มิถุนายน พ.ศ. 2459 จึงได้มีประกาศยกระดับห้องพลศึกษากลางที่มีอยู่เดิมเป็น “โรงเรียนพลศึกษากลาง” ในปี พ.ศ. 2466 กระทรวงศึกษาธิการ (เดิมกระทรวงธรรมการ) ได้แก้ไขระเบียบการฝึกหัดครูโดยกำหนดชั้นครูมูลพลศึกษาให้เรียกว่า “ผู้สอนพลศึกษาชั้นตรี” (พ.ต.) ครูประถมพลศึกษาให้เรียกว่า “ผู้สอนพลศึกษาชั้นโท” (พ.ท.) และ ครูมัธยมพลศึกษาให้เรียกว่า “ผู้สอนพลศึกษาชั้นเอก” (พ.อ.)

วันที่ 9 ธันวาคม พ.ศ. 2476 จึงได้จัดตั้งกรมพลศึกษาขึ้นโดยมีอำมาตย์เอกพระยาประมวญวิชาพลู (วงษ์ บุญ-หลง) รักษาการในตำแหน่งอธิบดีในระยะเริ่มแรก และในวันที่ 1 เมษายน พ.ศ. 2477 ได้แต่งตั้งนาวาโทหลวงศุภชลาศัย ร.น. (บุง ศุภชลาศัย) มาดำรงตำแหน่งอธิบดีกรมพลศึกษาเป็นคนแรก และได้ย้ายโรงเรียนพลศึกษากลางมาสังกัดกรมพลศึกษา และในวันที่ 14 ธันวาคม พ.ศ. 2478 นาวาโทหลวงศุภชลาศัย ได้ทำสัญญาเช่าที่ดินตำบลวังใหม่ อำเภอปทุมวัน ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อสร้างสนามกีฬาแห่งชาติและอาคารพลศึกษากลางเพื่อใช้เป็นที่ทำการของกรมพลศึกษาในปี พ.ศ.2480 การก่อสร้างได้เสร็จสิ้นในปี พ.ศ. 2481 กรมพลศึกษาจึงได้ย้ายที่ทำการกรมจากกระทรวงธรรมการมาที่ทำการใหม่บริเวณกรีฑาสถานแห่งชาติ (สนามศุภชลาศัย)

ในปี พ.ศ. 2593 โรงเรียนพลศึกษากลางที่มีแต่เดิมนั้นได้เปลี่ยนเป็น “โรงเรียนฝึกหัดครูพลศึกษา” จัดการเรียนการสอนแบบเต็มเวลาโดยรับนักเรียนชายที่จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 (หลักสูตรที่ใช้สมัยนั้น) เป็นนักเรียนประจำตลอดระยะเวลาเรียนตามหลักสูตร 5 ปี

ในปี พ.ศ. 2497 เมื่อกระทรวงศึกษาธิการได้ขยายโครงการด้านการฝึกหัดครูโดยตั้งเป็นกรมการฝึกหัดครูขึ้นมาเพื่อรวบรวมการฝึกหัดครูในสังกัดต่าง ๆ มาไว้ด้วยกัน โรงเรียนฝึกหัดครูพลศึกษาจึงโอนไปสังกัดแผนกฝึกหัดครูพลานามัย กองโรงเรียนฝึกหัดครู จากนั้นอีกหนึ่งปีกรมพลศึกษาจึงได้จัดตั้ง “วิทยาลัยพลศึกษา” แทนโรงเรียนฝึกหัดครูพลศึกษาโดยจัดหลักสูตรการเรียน 4 ปี และ 2 ปี เมื่อสำเร็จการศึกษาจะได้รับวุฒิประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง (พลศึกษา) หรือ ป.กศ.สูง (พลศึกษา) และให้อยู่ภายใต้การดูแลและการดำเนินการของ

กรมพลศึกษา เมื่อวันที่ 1 มกราคม 2498 โดยมีนายแพทย์บุญสม มาร์ติน ดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการคนแรก

ปี พ.ศ. 2501 กรมการฝึกหัดครูจึงได้ตั้งสถานศึกษาขึ้นมาใหม่ เรียกว่า “โรงเรียนฝึกหัดครูพลานามัย” ขึ้นมาอีกแห่งหนึ่งเพื่อดำเนินการสอนในระดับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา (พลานามัย) หรือ ป.กศ. (พลานามัย) ทั้งนี้ เพื่อมุ่งให้ผู้เรียนไปเป็นครูในระดับประถมศึกษา

ต่อมาในปี พ.ศ. 2512 จึงได้ยุบเลิกโรงเรียนฝึกหัดครูพลานามัยและได้ขยายหลักสูตรของวิทยาลัยพลศึกษาเป็นระดับปริญญาตรี โดยเป็นสาขาหนึ่งของวิทยาลัยวิชาการศึกษาแต่ยังคงดำเนินการโดยกรมพลศึกษาและใช้ชื่อว่า วิทยาลัยวิชาการศึกษา (วศ.พลศึกษา) ซึ่งในปี พ.ศ. 2514 ได้ยุติการดำเนินการวิทยาลัยพลศึกษาในส่วนกลาง และได้โอนวิทยาลัยวิชาการศึกษาพลศึกษาไปให้วิทยาลัยวิชาการศึกษาดำเนินการต่อไป

ในปี พ.ศ. 2514 กระทรวงศึกษาธิการ ได้มีนโยบายขยายการศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง (พลศึกษา) ไปยังส่วนภูมิภาค กรมพลศึกษาจึงได้เปิดดำเนินการผลิตครูพลศึกษาในส่วนภูมิภาค โดยเริ่มเปิด “วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่” ขึ้นเป็นแห่งแรก ต่อมาในปี พ.ศ. 2515 ได้เปิด “วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดมหาสารคาม” เป็นแห่งที่สอง และมีการเปิดเพิ่มขึ้นในจังหวัดต่าง ๆ เรื่อยมาจนกระทั่งมีวิทยาลัยพลศึกษารวม 17 แห่ง และในปี พ.ศ. 2534 ได้เปิดโรงเรียนกีฬาแห่งแรกของประเทศ โดยเริ่มเปิดที่ “โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี” และ ปัจจุบันมีโรงเรียนกีฬาในสังกัดรวม 11 โรง

เมื่อกระทรวงศึกษาธิการมีนโยบายบรรจุข้าราชการครู จากผู้ที่มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีเป็นอย่างต่ำ ทำให้กรมพลศึกษาเริ่มหาแนวทางยกฐานะวิทยาลัยพลศึกษาให้สามารถเปิดทำการสอนในระดับปริญญาตรี โดยในระยะแรกได้จัดทำโครงการร่วมมือทางวิชาการกับกรมการฝึกหัดครู ให้วิทยาลัยครูรับวิทยาลัยพลศึกษาเข้าสมทบทางวิชาการเพื่อเปิดสอนระดับปริญญาตรีหลักสูตรต่อเนื่อง ตั้งแต่ปีการศึกษา 2531 ในขณะเดียวกันก็พยายามหาแนวทางที่จะเปิดดำเนินการสอนระดับปริญญาตรีด้วยตนเอง

พ.ศ. 2545 ได้มีพระราชบัญญัติปรับปรุงกระทรวง ทบวง กรม พ.ศ. 2545 ซึ่งให้มีการจัดตั้งกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา และให้โอนกรมพลศึกษามาสังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา โดยเปลี่ยนชื่อจากกรมพลศึกษา เป็น “สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ” ทำให้วิทยาลัยพลศึกษา 17 แห่ง และ โรงเรียนกีฬา 11 โรง ย้ายมาสังกัดสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาด้วย

วันที่ 31 มกราคม พ.ศ. 2548 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ฯ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้า ฯ ลงพระปรมาภิไธยในร่างพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษาและออกประกาศในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2548 ให้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่

วันที่ 5 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2548 เป็นต้นไป ซึ่งส่งผลให้สถาบันการพลศึกษาสามารถจัดการศึกษาได้ถึงระดับปริญญาตรี จากการใช้พระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2548 มาระยะหนึ่งทางสภาสถาบันการพลศึกษาได้เล็งเห็นว่า ในบางมาตรายังไม่เอื้อต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาและกีฬาของสถาบันการพลศึกษา เพื่อรองรับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียนในปีพ.ศ. 2558 รวมทั้งในระดับนานาชาติ สถาบันจึงได้ตั้งคณะกรรมการขึ้นมาดำเนินการแก้ไข ในวันที่ 21 พฤศจิกายน พ.ศ. 2555 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ฯ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้า ฯ ลงพระปรมาภิไธยในร่างพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2555 และ ออกประกาศในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ 27 พฤศจิกายน พ.ศ. 2555 ให้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 28 พฤศจิกายน พ.ศ. 2555 เป็นต้นไป โดยมีสาระสำคัญ

ในปี พ.ศ. 2556 เพื่อให้การจัดการศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษาสนองต่อยุทธศาสตร์ของสถาบันการพลศึกษา สนองต่อนโยบายและแนวทางการบริหารราชการสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2556 - 2560 ที่ได้กำหนดเป็นนโยบายเร่งด่วนที่จะต้องดำเนินการในปีแรกคือ การจัดการศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา ดังนั้น สถาบันการพลศึกษา จึงได้พัฒนาหลักสูตรเพื่อจัดการศึกษาในระดับปริญญาโท ดังนี้

หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ (ศศ.ม. การจัดการกีฬาและนันทนาการ) ซึ่งสภาสถาบันการพลศึกษา อนุมัติหลักสูตรในการประชุมครั้งที่ 4/2557 เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน พ.ศ. 2557 และเริ่มจัดการเรียนการสอนในภาคต้นปีการศึกษา 2557

หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา (ศษ.ม. พลศึกษา) ซึ่งสภาสถาบันการพลศึกษา อนุมัติหลักสูตรในการประชุม ครั้งที่ 2/2557 เมื่อวันที่ 9 เมษายน พ.ศ. 2557 และเริ่มจัดการเรียนการสอนในภาคต้น ปีการศึกษา 2557

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา แต่งตั้งคณะกรรมการเตรียมความพร้อมการจัดตั้งมหาวิทยาลัย การกีฬาแห่งชาติ ตามคำสั่งที่ 908/2557 ลงวันที่ 10 พฤศจิกายน พ.ศ. 2557 ต่อมาสถาบันการพลศึกษา แต่งตั้งคณะทำงานเตรียมเปลี่ยนสถานะสถาบันการพลศึกษาเป็นมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ตามคำสั่งที่ 10/2558 ลงวันที่ 7 มกราคม พ.ศ. 2558 เมื่อวันที่ 19 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงพระกรุณาโปรดเกล้า ฯ ลงพระปรมาภิไธยในร่างพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ พ.ศ. 2562 และ ออกประกาศในราชกิจจานุเบกษาเมื่อวันที่ 22 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 ให้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 23 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 เป็นต้นไป (ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2560 น. 22)

สาระสำคัญของยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ พ.ศ. 2561 - 2565

ปรัชญา

"พลศึกษาและกีฬา พัฒนาคน พัฒนาชาติ"

วิสัยทัศน์

"เป็นสถาบันการศึกษาอันดับหนึ่งด้านศาสตร์การกีฬาในภูมิภาคอาเซียน"

พันธกิจ

1. ผลิตและพัฒนาบุคลากรด้านศาสตร์การกีฬา
2. วิจัยและพัฒนาองค์ความรู้ นวัตกรรม ด้านศาสตร์การกีฬา
3. บริการวิชาการแก่สังคม
4. ทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทย
5. ส่งเสริมและพัฒนานักเรียนและนักศึกษาให้มีศักยภาพด้านกีฬาสูงสุดของแต่ละบุคคล

อัตลักษณ์

"ทักษะดี มีน้ำใจนักกีฬา พัฒนาสังคม"

เอกลักษณ์

"สถาบันการศึกษาด้านศาสตร์การกีฬา"

ค่านิยมองค์กร

SPORTS-U

S = Spirit มีน้ำใจนักกีฬา

P = Professional มีความเป็นมืออาชีพ

O = Opportunity มีการให้โอกาส

R = Responsibility มีความรับผิดชอบ

T = Teamwork มีการทางานเป็นทีม

S = Smart มีบุคลิกภาพดี

U = Universality มีความเป็นสากล

3.2 ยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ พ.ศ. 2561 – 2565 (ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2560) ได้จัดทำขึ้นบนพื้นฐานของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2560 กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการกีฬา รวมทั้ง นโยบาย ยุทธศาสตร์ และแผนพัฒนาประเทศ

ระดับต่าง ๆ เพื่อให้การดำเนินงานของสถาบันการพลศึกษา เป็นไปในทิศทางที่สอดคล้องรองรับการพัฒนาประเทศ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ จึงกำหนดประเด็นยุทธศาสตร์ 6 ยุทธศาสตร์ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การพัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษา มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพการศึกษาทั้งระดับขั้นพื้นฐานและอุดมศึกษาเพื่อจัดการศึกษาให้มีคุณภาพตามมาตรฐานหลักสูตร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนานักเรียนและนักศึกษาให้มีทักษะความรู้ ความสามารถทั้งในด้านวิชาการและวิชาชีพ และคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของสังคม เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาด้านศาสตร์การกีฬา ประกอบด้วย 2 ระดับ คือ 1) ระดับขั้นพื้นฐานในโรงเรียนกีฬา มุ่งจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานสำหรับผู้เรียนที่มีความสามารถพิเศษด้านการกีฬาให้มีทักษะ ความรู้ ความสามารถตามมาตรฐานการศึกษาชาติ เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และ 2) ระดับอุดมศึกษาในวิทยาเขต มุ่งผลิตบัณฑิตให้มีความรู้ ความสามารถ ในการเป็นผู้สอน การเป็นผู้ฝึกสอนกีฬา การเป็นผู้ตัดสินกีฬา มีทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 และ สมรรถนะในการประกอบอาชีพระดับสูง โดยการจัดการศึกษา ที่มุ่งเน้นคุณภาพตามมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาและมาตรฐานวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง สอดคล้องกับ ความต้องการของสังคมและตลาดแรงงาน พัฒนาคุณภาพการจัดการเรียนการสอน การปรับปรุงพัฒนาหลักสูตร พัฒนาศักยภาพอาจารย์ผู้สอน และสร้างเครือข่ายความร่วมมือทั้งในประเทศและต่างประเทศ

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การพัฒนาด้านการวิจัยและนวัตกรรม มุ่งเน้นการสร้างและพัฒนาองค์ความรู้ การวิจัย นวัตกรรมด้านศาสตร์การกีฬาและอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเพิ่มปริมาณงานวิจัยและนวัตกรรมให้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ต่อการพัฒนาการจัดการศึกษาการกีฬา สร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน และมุ่งหวังที่จะผลักดันให้เกิดความเป็นเลิศในการวิจัยด้านศาสตร์ การกีฬา โดยส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านการวิจัยและนวัตกรรม สร้างระบบและกลไกที่เข้มแข็ง มีประสิทธิภาพ สร้างเครือข่ายความร่วมมือทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การบริการวิชาการแก่สังคม มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพการให้บริการวิชาการที่มีประสิทธิภาพ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนทุกกลุ่มมีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพ การออกกำลังกาย การเล่นกีฬาและกิจกรรมนันทนาการ นำไปสู่การมีสุขภาวะที่ดี ตลอดจนการให้บริการทางด้านอาคารสถานที่ สนามกีฬา ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา และวัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ โดยพัฒนาระบบและกลไกการให้บริการวิชาการแก่สังคม และส่งเสริมและสนับสนุนการบูรณาการ การบริการวิชาการกับการเรียนการสอนและการวิจัย

ยุทธศาสตร์ที่ 4 การทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทยมุ่งเน้นการทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทย เพื่อฟื้นฟู อนุรักษ์ มุ่งเน้นการทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทย เพื่อฟื้นฟู อนุรักษ์ และเผยแพร่ ทั้งในระดับท้องถิ่น ภูมิภาค ระดับชาติและนานาชาติ สร้างจิตสำนึก ส่งเสริมการเรียนรู้และเข้าใจในความแตกต่างทางวัฒนธรรม ซึ่งแต่ละท้องถิ่นล้วนมีเอกลักษณ์ที่บ่งบอกถึงการดำรงชีวิตของ แต่ละท้องถิ่นตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ที่กำลังจะเลือนหายไปให้คงอยู่คู่สังคมสืบต่อไป โดยมุ่งหวังให้มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติถือเป็นแหล่งเรียนรู้สำหรับเยาวชนและประชาชนเพื่อให้เยาวชนและประชาชนที่มีความสนใจได้ศึกษา เกิดความรู้สึกรักและหวงแหนศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทยที่เป็นของท้องถิ่นของตนเอง และมีความภาคภูมิใจในความเป็นไทย

ยุทธศาสตร์ที่ 5 การพัฒนานักเรียนและนักศึกษาให้มีศักยภาพด้านกีฬาสูงสุดของแต่ละบุคคล มุ่งเน้นการผลิตและพัฒนานักเรียนและนักศึกษาให้มีทักษะและประสบการณ์ สามารถประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาระดับต่าง ๆ รวมทั้งใช้กีฬาเป็นสื่อในการพัฒนาลักษณะนิสัยให้มีคุณธรรม จริยธรรม มีน้ำใจนักกีฬา เป็นพลเมืองที่ดีของสังคม เพื่อเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาการกีฬาของประเทศ โดยมุ่งพัฒนานักเรียนและนักศึกษาให้มีศักยภาพด้านกีฬาสูงสุดของแต่ละบุคคล มีผลงานด้านกีฬาที่โดดเด่นในระดับชาติและนานาชาติ ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรทางการกีฬาได้รับการพัฒนาศักยภาพ มีการพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมด้านศาสตร์การกีฬา สร้างความร่วมมือด้านการกีฬา บริหารจัดการกีฬาอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อการพัฒนาการกีฬาของประเทศ

ยุทธศาสตร์ที่ 6 การพัฒนาคุณภาพการบริหารจัดการ มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพและระบบการบริหารจัดการองค์กร เพื่อพัฒนาและยกระดับเป็นสถาบันการศึกษาเฉพาะทางด้านศาสตร์การกีฬาที่มีศักยภาพ เพื่อตอบสนองต่อทิศทางการพัฒนาประเทศ สู่ความยั่งยืน ยึดหลักธรรมาภิบาลในการบริหารจัดการเพื่อมุ่งสู่องค์กรคุณภาพและเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ ในระดับภูมิภาคอาเซียน โดยการพัฒนาระบบบริหารจัดการ พัฒนาศักยภาพบุคลากร พัฒนาระบบเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร และพัฒนาระบบการประกันคุณภาพการศึกษา

จะเห็นได้ว่า กระบวนการทำงานอย่างเป็นระบบและการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วนเพื่อดำเนินการตามแนวทางยุทธศาสตร์ที่กำหนดไว้ จึงตอบสนองการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ซึ่งเป็นองค์กรด้านการกีฬา จำเป็นต้องมุ่งเน้นการผลิตและพัฒนานักศึกษาให้มีทักษะและประสบการณ์ สามารถประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาระดับต่าง ๆ ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรทางการกีฬาได้รับการพัฒนาศักยภาพ พัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมด้านศาสตร์การกีฬา มีบริหารจัดการกีฬาอย่างมีประสิทธิภาพและเพื่อการพัฒนาองค์กรกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในทุกมิติ

3.3 แนวทางการพัฒนาของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ มีแนวทางการพัฒนา 2 มิติ คือ มิติด้านการจัดการศึกษาเฉพาะทางและมิติตามภารกิจของสถาบันอุดมศึกษา โดยมีการศึกษาองค์ประกอบ ที่เกี่ยวข้องในการวางแผนการพัฒนาให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของกระแสโลกและประเทศในปัจจุบัน (ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2561 น. 35)

มิติด้านการจัดการศึกษาเฉพาะทาง

1. ด้านการศึกษา

การจัดการศึกษา ถือเป็นภารกิจหลักของสถาบันการศึกษาทุกระดับเพราะวัตถุประสงค์ของการจัดตั้งสถาบันการศึกษาเพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้ผู้เรียนได้มีความรู้ในวิชาการและวิชาชีพตามศาสตร์และสาขาวิชาที่จัดขึ้นให้มีคุณลักษณะตามหลักสูตรที่กำหนด ซึ่งในการพัฒนาด้านการศึกษามีประเด็นที่ต้องพัฒนาที่สำคัญคือ หลักสูตรและการจัดการศึกษา

1.1 หลักสูตร เปรียบเสมือนเข็มทิศที่ใช้ในการจัดการศึกษาเพื่อให้ผู้เรียนบรรลุผลตามจุดมุ่งหมายของแผนการจัดการศึกษาที่ต้องการให้หลักสูตรเป็นตัวช่วยในการพัฒนาบุคคลต่าง ๆ ให้เป็นคนที่มีความรู้ความสามารถและพัฒนาการในทุก ๆ ด้าน นอกจากนี้ หลักสูตรยังช่วยทำให้แต่ละบุคคลสามารถกำหนดแนวทางในการประกอบอาชีพตามความสามารถความถนัดและความสนใจของตนเอง เพื่อบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์แก่สังคมและประเทศชาติ ตลอดจน ช่วยพัฒนาประเทศชาติไปสู่ความเจริญต่อไป

ในการพัฒนาด้านหลักสูตรเนื่องจากหลักสูตรมีความเป็นพลวัตหลักสูตรที่สร้างขึ้นในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งจะเหมาะสมสอดคล้องกับช่วงเวลานั้น ๆ ดังนั้น เมื่อสภาพสังคมเปลี่ยนย่อมส่งผลกระทบต่อหลักสูตรซึ่งการพัฒนาหลักสูตรของสถาบันการพลศึกษาเพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนสถานะเป็นมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ เน้นการพัฒนาหลักสูตร โดยมีกรอบการพัฒนา ดังนี้

1.1.1 หลักสูตรครอบคลุมทุกศาสตร์ด้านการกีฬา เช่น วิทยาศาสตร์การกีฬา การออกกำลังกาย การฝึกสอนกีฬา การส่งเสริมสุขภาพพลศึกษาและกีฬา การบริหารจัดการกีฬา การสื่อสารการกีฬา และเทคโนโลยีการกีฬา

1.1.2 หลักสูตรมีความโดดเด่นและมีจุดเน้นมุ่งพัฒนาหลักสูตรให้มีความโดดเด่น เช่น คณะพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษานั้น จะมีวิชาการเรียนการสอนที่ต่างจากพลศึกษาของมหาวิทยาลัยอื่นคือ นอกจากวิชาการศึกษา วิชาความเป็นครูวิชาทางพลศึกษาแล้ว สถาบันยังเพิ่มความเป็นการกีฬาเข้าไปอีก 3 กลุ่ม คือ กลุ่มทักษะและการสอน (เล่นเป็นสอนเป็น) กลุ่มวิชาการตัดสิน (ให้ตัดสินเป็น) และ กลุ่มกลวิธีการฝึก (ให้เป็นผู้ฝึกสอนได้) มีจุดเน้นในแต่ละสาขาของแต่ละคณะ เพื่อให้แต่ละวิทยาเขตสามารถนาไปเปิดการเรียนการสอนตามความถนัดและบริบทของตัวเอง เช่น คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและกีฬา แยก

จุดเน้นเป็นสรีรวิทยาการออกกำลังกายและกีฬา ชีวกลศาสตร์การออกกำลังกายและกีฬา จิตวิทยาการออกกำลังกายและกีฬา และโภชนาการการออกกาลังกายและกีฬา เป็นต้น

1. แนวคิดด้านการศึกษา

1.1 การจัดการเรียนการสอนขั้นพื้นฐานจัดการศึกษาสาหรับผู้เรียนที่มีความสามารถพิเศษด้านการกีฬาให้มีความรู้ตามมาตรฐานการศึกษาชาติและเป็นไปตามวัตถุประสงค์การจัดการกีฬาสู่ความเป็นเลิศ โดยจัดการศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานสำหรับโรงเรียนกีฬาและสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ โดยมุ่งพัฒนาคุณภาพครูและการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางที่ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อให้สนองต่อการพัฒนาทางด้านการศึกษาควบคู่กับการพัฒนากีฬาสู่ความเป็นเลิศ เน้นคุณธรรม จริยธรรม การมีน้าใจนักกีฬา การเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม และการพัฒนาการศึกษาเข้าสู่ประชาคมอาเซียน

2. แนวคิดด้านกีฬา

2.1 โรงเรียนกีฬา

มุ่งมั่นพัฒนานักเรียนโรงเรียนกีฬาของสถาบันการพลศึกษาให้มีมาตรฐาน และความเป็นเลิศด้านการกีฬาสู่ความเป็นเลิศ โดยการสร้างหลักสูตรสาหรับนักกีฬาใช้การบริหารจัดการวิทยาศาสตร์การกีฬาอย่างเป็นระบบและครบวงจร พร้อมทั้งส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้ฝึกสอนกีฬาได้รับการพัฒนาศักยภาพองค์ความรู้ใหม่ในเชิงกีฬาและวิทยาศาสตร์การกีฬา ร่วมกับสมาคมกีฬาต่าง ๆ กำหนดเป้าหมายชนิดกีฬาระดับนักกีฬาและระดับการแข่งขันอย่างเป็นรูปธรรมในการพัฒนากีฬาระดับชาติและระดับนานาชาติอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อก้าวเข้าสู่การเป็นศูนย์กลางแห่งความเป็นเลิศด้านกีฬาในระดับอาเซียน

2.2 วิทยาเขต

2.2.1 พัฒนาศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล โดย

1. จัดโครงสร้างการบริหารงานศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศให้มีความชัดเจนและเป็นรูปธรรมรับการสนับสนุนจากองค์กรและบุคคลภายนอกในการบริหารศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

2. จัดตั้งสานักงานศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศภายในวิทยาเขต 17 แห่ง พร้อมจัดสรรบุคลากรในการบริหารตามโครงสร้างและมีความพร้อมในด้านวัสดุครุภัณฑ์สำนักงาน พร้อมห้องประชุมสาหรับนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการค่าใช้จ่ายพัฒนากีฬาสถาบันการพลศึกษา

3. สนับสนุนระบบเทคโนโลยีสารสนเทศและระบบอินเตอร์เน็ตภายในสำนักงานศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

4. สรรหาผู้ฝึกสอนกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาชำนาญปฏิบัติหน้าที่ภายในศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

2.2.2 พัฒนานักกีฬาโดยใช้หลักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬาเพื่อมุ่งเน้น สู่ความเป็นเลิศทางด้านกีฬา โดย

1. พัฒนาศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาให้มีอุปกรณ์ที่พร้อมและเพียงพอสำหรับการฝึกซ้อมกีฬาและพัฒนานักกีฬา

2. จัดจ้างบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อพัฒนานักกีฬาสถาบันการพลศึกษา

3. สนับสนุนให้บุคลากรทำการวิจัยทางด้านการพัฒนากีฬา โดยใช้หลักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬาเพื่อพัฒนากีฬาสถาบันการพลศึกษาสู่ความเป็นเลิศ

2.2.3 พัฒนาสนามกีฬาและอุปกรณ์กีฬาให้มีความพร้อมและมีประสิทธิภาพ โดย

1. ปรับปรุงและพัฒนาสนามกีฬาภายในวิทยาเขตให้มีสภาพพร้อมใช้งานในการฝึกซ้อม

2. ปรับปรุงและพัฒนาสนามกีฬาภายในวิทยาเขตให้ได้มาตรฐาน และพร้อมสำหรับการรองรับการแข่งขันกีฬาท้องถิ่นระดับชาติและระดับนานาชาติ

3. สรรหาอุปกรณ์กีฬาที่ได้มาตรฐานสำหรับการเรียนการสอน การฝึกซ้อม และการแข่งขัน

4. สนับสนุนการใช้บริการอาคารกีฬาและสนามกีฬา พร้อมอุปกรณ์กีฬาแก่สมาคมกีฬาองค์กรด้านกีฬาชุมชนและหน่วยงานอื่น ๆ ในการเก็บตัวฝึกซ้อมกีฬา และเพื่อวัตถุประสงค์อื่น ๆ

2.2.4 พัฒนาระบบสวัสดิการสำหรับนักกีฬาเพื่อมุ่งเน้นสู่ความเป็นเลิศ โดย

1. จัดระบบหอพักที่อานวยสะดวกสำหรับการเก็บตัวฝึกซ้อมกีฬา

2. จัดสวัสดิการทางด้านอาหารสาหรับนักกีฬาโดยมีนักโภชนาการควบคุมดูแลการผลิตอาหารสำหรับนักกีฬา

3. จัดร้านค้าสวัสดิการสำหรับนักกีฬาภายในวิทยาเขต

4. จัดห้องพักผ่อนและห้องนันทนาการสำหรับนักกีฬา

5. จัดให้มีนักจิตวิทยาการกีฬาในการให้คาปรึกษาแนะนำสำหรับนักกีฬา

6. จัดให้มีสถานพยาบาลและอุปกรณ์ช่วยเหลือผู้ที่ได้รับการบาดเจ็บทางด้านการกีฬา

7. จัดให้มีสถานฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้ที่ได้รับการบาดเจ็บทางด้านกีฬา

8. มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติมีระบบการขนส่งนักกีฬาที่มีความปลอดภัยและได้มาตรฐาน โดยจัดให้มีรถปรับอากาศขนาดใหญ่รถปรับอากาศขนาดเล็กเพื่อใช้เป็นพาหนะในการเดินทางเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาในรายการต่าง ๆ

2.2.5 พัฒนาระบบการศึกษาให้มีประสิทธิภาพโดย

1. ส่งเสริมและสนับสนุนการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความสามารถพิเศษทางด้านกีฬานันทนาการวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

2. ส่งเสริมและสนับสนุนการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย

3. ส่งเสริมการทำวิจัยทางด้านกีฬา

4. ส่งเสริมการให้บริการวิชาการแก่ชุมชน

5. ส่งเสริมการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทย

2.2.6 สนับสนุนและส่งเสริมการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาในระดับชาติและนานาชาติ โดย

1. มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ โดยสำนักงานกีฬาทำหน้าที่เก็บตัวฝึกซ้อมนักกีฬาพร้อมดูแลเรื่องสวัสดิการพร้อมสนับสนุนนักกีฬาให้เป็นตัวแทนของจังหวัดเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติกีฬาแห่งชาติ เป็นต้น

2. มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ สนับสนุนและส่งเสริมนักกีฬาให้กับสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยเพื่อเก็บตัวฝึกซ้อมและเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาระดับนานนาชาติ เช่น กีฬามหาวิทยาลัยอาเซียนกีฬาซีเกมส์ กีฬาเอเชี่ยนเกมส์ กีฬาโอลิมปิคเกมส์ เป็นต้น

3. สนับสนุนและส่งเสริมนักกีฬาเพื่อเป็นตัวแทนสถาบันการพลศึกษาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

2.2.7 จัดการแข่งขันกีฬาเพื่อเพิ่มประสบการณ์ให้กับนักกีฬา โดย

1. จัดการแข่งขันกีฬาสถาบันการพลศึกษาแห่งประเทศไทยเป็นประจาทุกปี โดยกำหนด ให้แต่ละวิทยาเขตเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน เพื่อคัดเลือกนักกีฬาเป็นตัวแทนของสถาบัน การพลศึกษา เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

2. จัดการแข่งขันกีฬาสถาบันการพลศึกษาแห่งประเทศไทยให้ได้มาตรฐานสากลและเป็นที่ยอมรับของสมาคมกีฬาและองค์กรกีฬาต่าง ๆ ทั้งในและต่างประเทศ

3. สถาบันการพลศึกษา มีความพร้อมทางด้านอุปกรณ์สนามแข่งขันกีฬาบุคลากรในการจัดการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย และการแข่งขันกีฬาระดับชาติและนานาชาติ

4. สถาบันการพลศึกษาจัดการแข่งขันกีฬาที่เชื่อมโยงประเทศสมาชิกประชาคมอาเซียน

2.2.8 พัฒนาบุคลากรทางด้านกีฬาให้มีประสิทธิภาพ โดย

1. สนับสนุนและส่งเสริมให้บุคลากรเข้าร่วมการอบรมที่ทางสมาคมกีฬาหรือองค์กรด้านกีฬาแห่งประเทศไทย และองค์กรกีฬาระหว่างประเทศสมาพันธ์กีฬาให้การรับรอง

2. สนับสนุนให้บุคลากรทางด้านกีฬาของสถาบันการพลศึกษา จัดทำผลการวิจัยเพื่อพัฒนากีฬาของสถาบันการพลศึกษา

3. สนับสนุนให้บุคลากรทางด้านกีฬาของสถาบันการพลศึกษาจัดทำผลการวิจัยเพื่อพัฒนากีฬาร่วมกับสมาคมกีฬาหรือองค์กรกีฬาทั้งในประเทศและต่างประเทศ

3. แนวคิดด้านการบริหารจัดการ

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ มุ่งมั่นพัฒนาคุณภาพการบริหารจัดการให้มีประสิทธิภาพทางด้านโครงสร้าง ระบบบริหาร ระบบบริหารงานบุคคล ระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ และงบประมาณ ที่สอดคล้องกับพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ มีความทันสมัยคล่องตัว สามารถสนับสนุนส่งเสริมการประกันคุณภาพการศึกษา และรองรับภารกิจของสถาบันได้อย่างครบถ้วน โดยใช้หลักธรรมาภิบาลเพื่อมุ่งไปสู่องค์กรแห่งคุณภาพและองค์กรแห่งการเรียนรู้ในระดับสากล

4. แนวคิดด้านการพัฒนานักเรียนและนักศึกษา

4.1 มุ่งพัฒนานักเรียนที่สำเร็จการศึกษาให้มีความรู้ตามเกณฑ์การศึกษาด้วยการจัดการศึกษาในระบบการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย โดยให้โอกาสทางการศึกษาแก่ผู้ยากไร้และผู้ด้อยโอกาสทางการศึกษา ผลิตคนให้ตรงกับอุปสงค์ทั้งภายในและระดับสากล ปลูกฝังคุณธรรมและจิตสำนึกประชาธิปไตย ใช้เครื่องคอมพิวเตอร์พกพาอินเทอร์เน็ตไร้สายวิทยุโทรทัศน์เพื่อการศึกษาให้ผู้เรียนสามารถเข้าศึกษาต่อในประเทศและต่างประเทศ ในรูปแบบของการได้รับทุนการศึกษา ประเภทผู้ที่มีความสามารถพิเศษด้านการกีฬา ตลอดทั้ง พัฒนาผู้สำเร็จการศึกษาให้สามารถก้าวเข้าไปประชาคมในกลุ่มอาเซียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4.2 มุ่งพัฒนานักศึกษาให้มีความรู้ความสามารถในการสอนพลศึกษา การเป็นผู้ฝึกสอนและการเป็นผู้ตัดสินอย่างถูกต้องในทักษะกีฬาชนิดต่าง ๆ และส่งเสริมสนับสนุนให้นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจในการใช้วิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อพัฒนา และยกระดับศักยภาพของตัวตนพร้อมกับปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมตลอดจนเสริมสร้างภาวะผู้นำของวิชาชีพตนเอง มุ่งเน้นทักษะในด้านกีฬาไปสู่ความเป็นเลิศเพื่อให้เข้าแข่งขันกีฬาสู่ระดับประเทศและระดับนานาชาติได้

5. แนวคิดด้านการวิจัย

มุ่งปฏิบัติภารกิจตามความเข้มแข็งและเอกลักษณ์ในการเป็นสถาบันด้านพลศึกษา กีฬาและนันทนาการ ที่สนับสนุนส่งเสริมและพัฒนาบุคลากรให้มีการขับเคลื่อนด้านการวิจัย โดยการสร้างระบบและกลไกที่มีความเข้มแข็งมีประสิทธิภาพ ภายใต้การทำงานเชิงบูรณาการ โดยมุ่งหวังที่จะผลักดันให้เกิดศูนย์ความเป็นเลิศในการวิจัย ด้านพลศึกษา กีฬาและนันทนาการ มีการสร้างเครือข่ายความร่วมมือกับหน่วยงานทั้งภายในและภายนอกประเทศ รวมทั้ง การนำผลงานวิจัยไปใช้ในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ

6. แนวคิดด้านการบริการทางวิชาการและทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม

6.1 ด้านการบริการทางวิชาการ มุ่งการให้บริการทางวิชาการด้านพลศึกษา การบริการวัสดุอุปกรณ์กีฬาชนิดต่าง ๆ ที่มีประสิทธิภาพในการให้บริการแก่เยาวชนประชาชนในพื้นที่และพื้นที่ใกล้เคียง รวมทั้ง การให้บริการทางด้านอาคารสถานที่ สนามกีฬาในการจัดการแข่งขัน

กีฬาชนิดต่าง ๆ การออกกำลังกาย การจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อสุขภาพ ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้เยาวชนและประชาชนในชุมชนได้ตระหนักและใส่ใจดูแลสุขภาพร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรง พัฒนาและส่งเสริมการให้บริการนอกสถานที่ในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ให้ความรู้ความเข้าใจด้านสุขภาพด้านพลศึกษาในการให้คำปรึกษาแก่เยาวชนและประชาชนในพื้นที่และพื้นที่ใกล้เคียง ซึ่งมีบุคลากรที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญชำนาญในด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาให้คำแนะนำ โดยมีการพัฒนาและส่งเสริมบุคลากรทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาให้มีศักยภาพพร้อมรองรับการให้บริการ

6.2 ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม มุ่งมั่นให้สถานศึกษาทุกวิทยาเขตและโรงเรียนกีฬา รวม 28 แห่ง เป็นแหล่งศูนย์กลางความรู้ สำหรับค้นคว้าและศึกษาของเยาวชนและประชาชนทั่วไปในเรื่องของศิลปวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทยประจำท้องถิ่นที่มีเอกลักษณ์ ซึ่งแต่ละท้องถิ่นล้วนมีเอกลักษณ์บ่งบอกถึงการดำรงชีวิตของแต่ละท้องถิ่นตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันเพราะศิลปะและวัฒนธรรมในแต่ละท้องที่กำลังเลือนหายไปด้วยการดำเนินชีวิตในปัจจุบันการรักษาสิ่งเหล่านี้ไว้เพื่อให้เยาวชนและประชาชนที่มีความสนใจหรือให้ความรู้แก่ผู้ที่เข้าชมได้ศึกษานอกจากความรู้ที่ได้รับยังส่งผลให้ความรู้สึกรักและหวงแหนศิลปวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทยที่เป็นของท้องถิ่นของตนเอง ต่อยอดความคิดต่าง ๆ จากศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทย

3.4 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสำนักงานกีฬา

ตามที่พระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2548 และแก้ไขเพิ่มเติม ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2549 ได้มีประกาศสถาบันการพลศึกษา เรื่อง การแบ่งส่วนราชการภายในสถาบันฯ อาศัยอำนาจตามความมาตรา 9 แห่งพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษาให้จัดตั้งศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศภายในสถาบันการพลศึกษา 17 แห่ง และ ปรับเปลี่ยนชื่อเป็นสำนักงานกีฬาเพื่อเป็นแหล่งและผลิตนักกีฬาที่มีความสามารถพิเศษอย่างเป็นระบบ ถือเป็นหน่วยงานในการบริหาร วางแผนการฝึกนักกีฬาชนิดต่าง ๆ เพื่อพัฒนาสมรรถนะนักกีฬาสู่ความเป็นเลิศสำหรับเข้าร่วมแข่งขันในรายการต่าง ๆ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ และกำหนดหน้าที่เพื่อเป็นกรอบแนวทางในการดำเนินงานด้านการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ (ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 2560 น. 38) ดังนี้

1. กำหนดชนิดกีฬาที่เปิดสอนในวิทยาเขตและโรงเรียนกีฬาให้สอดคล้องกับรายการแข่งขันกีฬาในระดับชาติและนานาชาติ โดยกระจายชนิดกีฬาให้ครอบคลุมทุกภูมิภาคทั่วประเทศ และมีความเชื่อมโยง เพื่อส่งต่อการพัฒนากีฬาสู่ความเป็นเลิศจากโรงเรียนกีฬาไปวิทยาเขตอย่างต่อเนื่อง

2. จัดหาผู้ฝึกสอนและผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาทั้งในประเทศและต่างประเทศ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถและเชี่ยวชาญในชนิดกีฬาต่าง ๆ เพื่อพัฒนานักกีฬาทั้งในวิทยาเขตและโรงเรียนกีฬา

3. วางแผนด้านอาคารสถานที่และครุภัณฑ์ รองรับการจัดการเรียนการสอนและการฝึกกีฬาชนิดต่าง ๆ

4. วางแผนด้านสวัสดิการ เพื่อสร้างขวัญและกาลังใจ เช่น สนับสนุนค่าตอบแทนในการฝึกซ้อมกีฬา สนับสนุนเครื่องแต่งกายอุปกรณ์ในการฝึกซ้อมกีฬา เช่น เสื้อผ้ากีฬา และรองเท้ากีฬา ฯลฯ พร้อมสนับสนุนทุนการศึกษา เงินรางวัลจากการสร้างผลงานและเชิดชูเกียรติ

5. จัดทำแผนการฝึกกีฬา พัฒนารูปแบบการฝึกซ้อม และพัฒนาศักยภาพนักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ

6. ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันในรายการแข่งขันต่าง ๆ ทั้งระดับชาติและนานาชาติ

7. ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ทั้งในรอบคัดเลือก/มหกรรม

8. จัดการแข่งขันกีฬาโรงเรียนกีฬาและกีฬาสถาบันการพลศึกษาแห่งประเทศไทย

แนวทางการพัฒนาของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวงจรการควบคุมคุณภาพ PDCA

การทำงานอย่างเป็นระบบและการมีส่วนร่วมจากทุกส่วน จะช่วยให้การพัฒนาคุณภาพอย่างต่อเนื่อง มีประสิทธิภาพและเห็นผลที่เป็นรูปธรรมได้ และเพื่อตอบสนองตามวัตถุประสงค์ของการพัฒนาการกีฬาสู่ความเป็นเลิศ ของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ กระบวนการทำงานอย่างเป็นระบบขั้นตอน ถือเป็นหัวใจสำคัญของการจัดองค์กรที่ดีจะช่วยให้การบริหารการจัดการมีประสิทธิภาพได้ การศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวงจรการควบคุมคุณภาพ PDCA พบว่า มีนักคิด นักวิชาการ ได้อธิบายไว้ดังนี้

ศิริชัย เปรมกาญจนา (2555) กล่าวว่า PDCA ที่สมบูรณ์จะเกิดขึ้นเมื่อเรานำผลที่ได้จากขั้นตอนการดำเนินการที่เหมาะสมมาดำเนินการให้เหมาะสมในกระบวนการวางแผนอีกครั้ง และเป็นวงจรอย่างนี้เรื่อย ๆ ไม่มีที่สิ้นสุด จนกระทั่งเราสามารถใช้วงจรนี้กับทุกกิจกรรมที่คล้ายกันได้อย่างเป็นปกติ จะเห็นว่าวงจร PDCA จะไม่ได้หยุดหรือจบลงเมื่อหมุนครบรอบแต่วงล้อ PDCA จะหมุนไปข้างหน้าเรื่อย ๆ โดยจะทำงานในการแก้ไขปัญหาในระดับที่สูงขึ้น ซับซ้อนขึ้นและยากขึ้น หรือเป็นการเรียนรู้ที่ไม่สิ้นสุด สอดคล้องกับ

ชนินทร์ บัวพิณ (2559) กล่าวว่า การนำ PDCA มาใช้ในกระบวนการปฏิบัติงานจะทำเพื่อให้ได้ผลและมีประสิทธิภาพ ดังรายละเอียด คือ 1) P (Plan) คือการวางแผนการทำงาน

ซึ่งเราต้องรู้ว่าเราจะให้ใครทำอะไร ทำที่ไหน ทำเมื่อไหร่ มีเวลาเท่าไหร่ และทำอย่างไร ภายใต้งบประมาณเท่าไหร่ เพื่อให้ได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งคนที่เป็นหัวหน้าทีมจำเป็นต้องลำดับความสำคัญงาน ต้องกำหนดเป้าหมายของแต่ละงานไว้ชัดเจน แล้วจึงทำการวางแผนงาน ในขณะเดียวกันหัวหน้าทีมต้องปรับแผนงานเร็วเพื่อที่จะได้นำพาทีมงานทำงานให้สามารถบรรลุเป้าหมายขององค์กรได้ 2) D คือ การลงมือทำหรือการปฏิบัติ (Do) การจูงใจให้ทีมงานอยากทำงานและหัวหน้าทีมยังต้องทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาให้กับทีมงาน รวมถึง ต้องมีการจัดกำลังคนและจัดเตรียมทรัพยากรให้เพียงพอต่อการดำเนินงานให้ดีก่อนที่จะดำเนินการลงมือทำ 3) C คือ การตรวจสอบงาน (Check) หัวหน้าทีมจะต้องเป็นผู้รับรู้ผลของการตรวจสอบงานของส่วนงานในสังกัดทั้งหมด เพื่อจะได้ทำการเป็นผู้ประสานงานนำข้อมูลไปใช้ในการควบคุมให้ผลงานเป็นตามแผน และหัวหน้างานยังจำเป็นต้องดำเนินการติดตาม ตรวจสอบงาน และควบคุมผลงานอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอเพื่อทำให้ทีมงานเห็นถึงความสำคัญของงาน และ 4) A คือ การปรับปรุงแก้ไขงานให้ดีขึ้น (Act) กรณีที่ทำงานไม่ได้เป้าหมายหัวหน้าทีมจะต้องทำการปรับแผนงาน โดยเน้นในประเด็นวิธีการและในกรณีที่ทำได้ตามแผนที่กำหนดไว้ หัวหน้าทีมจำเป็นที่จะต้องทำการสั่งการให้ทุกฝ่ายตั้งเป้าหมายให้สูงขึ้นเพื่อที่องค์กรจะได้พัฒนาต่อไปไม่สิ้นสุด

พิชายุต วงศ์สุกฤต (2560) กล่าวถึง ประโยชน์ของกระบวนการทำงานด้วยระบบ PDCA จะสามารถช่วยกำหนดมาตรฐานในการทำงานร่วมกันในองค์กร ทำให้พนักงานทราบถึงขั้นตอนการปฏิบัติงานที่ชัดเจน ลดความสับสน และสามารถเตรียมความพร้อมล่วงหน้าได้ จึงส่งผลให้การทำงานเกิดความราบรื่นเป็นไปในทิศทางเดียวกันและนำไปสู่การบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ร่วมกันได้ ทำให้องค์กรมีวิธีการวางแผนและการทำงานที่มีความรัดกุมมากขึ้น รวมไปถึงช่วยให้ทราบลำดับความสำคัญของงานต่าง ๆ และช่วยลดโอกาสที่เกิดปัญหาเดิมซ้ำ ๆ ในระยะยาว เมื่อเกิดปัญหาหรือข้อบกพร่องจากการทำงานจะสามารถรับมือและพัฒนาแผนได้ทันที รวมไปถึงช่วยให้เราค้นหาวิธีการที่ดีกว่าเดิมมาพัฒนาการทำงานของตนเองอยู่เสมอ อีกทั้ง

Peter Ferdinand Drucker (2005) กล่าวถึง หน้าที่ในการจัดการคืองานที่ผู้จัดการหรือผู้นำองค์กรจะต้องทำเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กร 4 ประการคือ 1) การวางแผน (Planning) เป็นการกำหนดหน้าที่การงานที่ต้องปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายขององค์กรโดยกำหนดว่าจะดำเนินการอย่างไรและดำเนินการเมื่อไรเพื่อให้สำเร็จตามแผนที่วางไว้ 2) การจัดองค์กร (Organizing) เป็นการมอบหมายงานให้บุคลากรในแผนกหรือฝ่ายได้ปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามแผนที่วางไว้ เมื่อแผนกหรือฝ่ายประสบความสำเร็จก็จะทำให้องค์กรประสบความสำเร็จไปด้วย 3) การอำนวยการหรือการนำไปปฏิบัติ (Implementing) เป็นการจูงใจการชักนำหรือการกระตุ้นและชี้ทิศทางให้ดำเนินไปสู่การบรรลุเป้าหมาย โดยการเพิ่มผลผลิตและเน้นมนุษย์สัมพันธ์ทำเกิดระดับผลผลิตในระยะยาวที่สูงกว่าภาวะงาน และ 4) การควบคุม (Controlling) เป็นภาระหน้าที่

ของผู้นำทีมที่จะต้องรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินผลการดำเนินงานเปรียบเทียบผลงานปัจจุบันกับเกณฑ์มาตรฐานที่วางไว้ แล้วทำการตัดสินใจว่าเป็นไปตามเกณฑ์หรือไม่ อย่างไร รวมไปถึง

Ishikawa Diagram (2009) กล่าวว่า หัวใจสำคัญของวงจร Deming ไม่ได้ขึ้นอยู่กับวงจร PDCA เท่านั้น แต่อยู่ที่คนที่มีคุณภาพและเข้าใจคุณภาพอย่างแท้จริง หรือที่เรียกว่าคุณภาพอยู่ที่ใจ ที่พร้อมจะเปิดใจเรียนรู้และพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลาอย่างมุ่งมั่นและไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค นอกจากนี้ยังได้ขยาย 4 ขั้นตอนของวงจร Deming ออกไปเป็น 6 ขั้นตอน คือ 1) การกำหนดเป้าหมายและจุดประสงค์ 2) การกำหนดวิธีการที่จะไปสู่เป้าหมาย 3) การศึกษาและฝึกอบรม 4) การลงมือปฏิบัติ 5) การตรวจสอบผลของการปฏิบัติ และ 6) การดำเนินงานตามความเหมาะสม อีกทั้ง

Johnson (2016) ให้ความหมายของวงจร Deming หมายถึง การดำเนินการโดยเริ่มจากกำหนดเป้าหมายหรือมาตรฐานขององค์กร แล้ววางแผนเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนด จากนั้นจึงดำเนินการตามแผน ในขณะที่ดำเนินการก็ทำการตรวจสอบว่าดำเนินการไปแล้วนำไปสู่เป้าหมายหรือไม่ เพียงใด แล้วนำผลการตรวจสอบมาใช้แก้ไข ปรับปรุง แล้ววางแผนให้การดำเนินงานในข้อต่อไปดีขึ้น ซึ่งการดำเนินการดังกล่าวจะต้องทำให้เป็นวงจรตลอดเวลา

Arian, Mortazavi, TabatabaiChehr, Navipour and Vanaki (2016) อธิบายว่าวงจรเดมมิ่ง คือ กิจกรรมพื้นฐานในการบริหารคุณภาพ ไม่ใช่เพียงแค่การปรับแก้ผลลัพธ์ที่เบี่ยงเบนจากเกณฑ์มาตรฐานให้กลับมาอยู่ในเกณฑ์ที่ต้องการเท่านั้น แต่เพื่อให้เกิดการปรับปรุงด้วยการป้องกันมิให้เกิดของเสียซ้ำซ้อน เรื้อรัง พร้อมกับการยกระดับมาตรฐานให้สูงขึ้นในแต่ละรอบอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ

Jagusiak Kocik (2017) กล่าวถึง วงจรคุณภาพ (PDCA) เป็นชื่อที่ใช้แทนกับการจัดการคุณภาพ ซึ่งเขาเป็นคนผลักดันให้ผู้บริหารของประเทศญี่ปุ่นยอมรับแนวคิดในการจัดการคุณภาพ และเป็นคนแรกที่มองว่าการจัดการคุณภาพเป็นกิจกรรมขององค์กรทั้งหมดไม่ใช่แค่งานตรวจคุณภาพตามที่กำหนดหรือเป็นงานของกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง และเป็นคนแรกที่ระบุว่าคุณภาพเป็นความรับผิดชอบทางการบริหารของผู้บริหาร โดยวงล้อเดมมิ่งถูกพัฒนาขึ้นโดย ดร.ชิวฮาร์ท นักวิทยาศาสตร์ชาวอเมริกัน ซึ่งต่อมา ดร. เดมมิ่ง ได้นำไปเผยแพร่ที่ประเทศญี่ปุ่นจนประสบความสำเร็จและเป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลาย โดยมีกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง 4 ขั้นตอน คือ PDCA (Plan, Do, Check and Act) ที่เป็นกิจกรรมพื้นฐานในการพัฒนาประสิทธิภาพและคุณภาพในการดำเนินงานขององค์กร

Silva, Medeiros and Vieira (2017) กล่าวว่า วงล้อ PDCA คือ วิธีการที่เป็นขั้นตอนในการทำงานให้งานเสร็จสมบูรณ์อย่างมีประสิทธิภาพ เชื่อถือได้ และเป็นที่ยอมรับ ซึ่งประกอบไปด้วยการวางแผน (Plan) การนำแผนไปสู่การปฏิบัติ (Do) การตรวจสอบผลการปฏิบัติงาน (Check) และการแก้ไขปัญหาที่ทำให้งานไม่บรรลุตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ (Act)

ดังนั้น การหมุนวงล้อเดมมิ่ง (PDCA) อย่างต่อเนื่องจึงถือเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้การบริหารงานบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้อย่างมีประสิทธิภาพ

Guidotti (2018) กล่าวว่า วงจรเดมมิ่งเป็นกระบวนการบริหารงานหรือการจัดระบบการทำงานให้มีประสิทธิภาพเพื่อให้ผลผลิตที่ออกมามีคุณภาพได้มาตรฐานตรงตามเป้าหมายกำหนด อีกทั้ง Deming, W. Edwards (1986) ได้คิดค้นวงจรเด็มมิ่ง (อังกฤษ: Deming Cycle) คือ วงจรการควบคุมคุณภาพ ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ

1. Plan (วางแผน) หมายถึง การวางแผนการดำเนินงานอย่างรอบคอบและครอบคลุมถึงการกำหนดหัวข้อที่ต้องการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง ซึ่งรวมถึงการพัฒนาสิ่งใหม่ ๆ การแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติงาน ประกอบด้วย การกำหนดเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ของการดำเนินงาน การจัดอันดับความสำคัญของเป้าหมาย กำหนดการดำเนินงาน กำหนดระยะเวลา กำหนดผู้รับผิดชอบหรือผู้ดำเนินการ และกำหนดงบประมาณที่จะใช้ การเขียนแผนดังกล่าวอาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสมของลักษณะของการดำเนินงาน

2. Do (ปฏิบัติตามแผน) หมายถึง การดำเนินการตามแผน ประกอบด้วย การมีโครงสร้างรองรับการดำเนินการ มีวิธีการดำเนินการ และมีผลของการดำเนินการ

3. Check (ตรวจสอบการปฏิบัติตามแผน) หมายถึง การประเมินแผน ประกอบด้วย การประเมินโครงสร้างที่รองรับการดำเนินการ การประเมินขั้นตอนการดำเนินงาน และการประเมินผลของการดำเนินงานตามแผนที่ได้ตั้งไว้ โดยในการประเมินดังกล่าวสามารถทำได้เอง โดยคณะกรรมการที่รับผิดชอบแผนการดำเนินงานนั้น ๆ

4. Act (ปรับปรุงแก้ไข) หมายถึง การนำผลการประเมินมาพัฒนาแผน ประกอบด้วย การนำผลการประเมินมาวิเคราะห์ว่าการปฏิบัติงานใดที่ควรปรับปรุงหรือพัฒนา สิ่งที่ดีอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้นไปอีก และสังเคราะห์รูปแบบการดำเนินการใหม่ที่เหมาะสมสำหรับการดำเนินการในปีต่อไป

Kang, Zhou and Shi (2018) นำเสนอว่า PDCA กล่าวคือ วงจรที่พัฒนามาจากวงจรที่คิดค้นโดยวอล์ทเตอร์ ชิวฮาร์ท ต่อมา เอดวาร์ด เดมมิ่ง ผู้เชียวชาญด้านการบริหารคุณภาพเผยแพร่ให้เป็นเครื่องมือสำหรับการปรับปรุงกระบวนการทำงานของพนักงานภายในโรงงานให้ดียิ่งขึ้น และช่วยค้นหาปัญหาอุปสรรคในแต่ละขั้นตอนการผลิตโดยพนักงานเองจนวงจรนี้เป็นที่รู้จักกันในอีกชื่อว่า “วงจรเด็มมิ่ง” ต่อมาพบว่า แนวคิดในการใช้วงจร PDCA นั้นสามารถนำมาใช้ได้กับทุกกิจกรรม จึงทำให้เป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลายมากขึ้นทั่วโลก PDCA เป็นอักษรนำของศัพท์ภาษาอังกฤษ ประกอบด้วย

P : Plan = วางแผน

D : Do = ปฏิบัติตามแผน

C : Check = ตรวจสอบ / ประเมินผลและนำผลประเมินมาวิเคราะห์

A : Action = ปรับปรุงแก้ไขดำเนินการให้เหมาะสมตามผลการประเมิน

อีกทั้ง ยังมีนักคิด นักวิชาการ ยังได้อธิบายถึงความสำคัญของวงจรควบคุมคุณภาพ PDCA ไว้ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

Dudin, Frolova, Gryzunova and Shuvalova (2015) อธิบายถึงความสำคัญของกระบวนการบริหารตามวงจรควบคุมคุณภาพ PDCA ว่าเป็นกระบวนการจัดการเป็นสิ่งหนึ่งที่ยากที่สุดสำหรับผู้บริหาร ทั้งนี้เพราะผู้บริหารไม่มุ่งเน้นกระบวนการ ทุกคนมุ่งไปที่งาน กิจกรรม คน โครงสร้าง แต่ไม่มุ่งที่กระบวนการ กระบวนการจัดการที่สถานศึกษาควรจะนำมาใช้ในการบริหารคุณภาพ คือ การควบคุมคุณภาพโดยใช้วัฏจักรบริหารคุณภาพของ PDCA ในกิจกรรมต่าง ๆ ทุกระดับการบริหารและการปฏิบัติ PDCA ย่อมาจาก Plan-Do-Check-Action-แปลว่า วางแผน–ปฏิบัติ–ตรวจสอบ –ปรับปรุง ซึ่งต้องดำเนินการอย่างมีวินัย ให้ครบวงจรหมุนเวียนพัฒนาไปไม่มีหยุด สอดคล้องกับ

Arian, Mortazavi, TabatabaiChehr, Navipour and Vanaki (2016) ได้กล่าวถึงความสำคัญของกระบวนการบริหารตามวงจรเดมมิ่งว่า การทำงานในแบบครบวงจรที่ครอบคลุมตั้งแต่กำหนดการทำงาน และจัดทำเค้าโครงของการทำงาน ควบคุม ไปถึงการปฏิบัติงานตามแผนงาน หรือนำเอาแผนที่ได้กำหนดไว้ไปปฏิบัติและครอบคลุมถึงการวบคุม กำกับ ตรวจสอบ และติดตามประเมินผลในที่สุด จะช่วยให้การบริหารของหน่วยงานนั้นมีการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ มีขั้นตอน อีกทั้ง ยังอธิบายถึงองค์ประกอบการดำเนินงานตามวงจรควบคุมคุณภาพ มี 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย 1) การวางแผน (Plan) จะช่วยพัฒนาความคิดต่าง ๆ เพื่อนำไปสู่รูปและแบบที่เป็นจริงขึ้นมาในรายละเอียดเพื่อให้พร้อมในการเริ่มต้นลงมือปฏิบัติ (do) 2) การปฏิบัติ (Do) ประกอบด้วย การทำงาน 3 ระยะ คือ การวางแผนกำหนดการโดยการแยกแยะกิจกรรมต่าง ๆ กำหนดเวลาที่คาดว่าต้องใช้ในกิจกรรมแต่ละอย่างการจัดสรรทรัพยากรต่าง ๆ การจัดการแบบเมทริกซ์ ซึ่งสามารถดึงเอาผู้เชี่ยวชาญหลายแขนงจากแหล่งต่าง ๆ มาได้ และ การพัฒนาขีดความสามารถในการทำงานของผู้ร่วมงาน 3) การตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) ทำให้รับรู้สภาพการณ์ของงานที่เป็นอยู่เปรียบเทียบกับสิ่งที่วางไว้ และ 4) การแก้ไขปัญหา (Act) ผลของการตรวจสอบหากพบว่าเกิดข้อบกพร่องขึ้นทำให้งานที่ได้ไม่ตรงตามเป้าหมายหรือผลงานไม่ได้มาตรฐานให้ปฏิบัติการแก้ไขปัญหาตามลักษณะปัญหาที่คนพบได้เสนอขั้นตอนของวงจรควบคุมคุณภาพ รวมไปถึง

Silva, Medeiros and Vieira (2017) กล่าวถึง ความสำคัญของกระบวนการบริหารตามวงจรเดมมิ่งว่า การทำงานในแบบครบวงจรที่ครอบคลุมตั้งแต่กำหนดการทำงาน และจัดทำเค้าโครงของการทำงาน ควบคุม ไปถึงการปฏิบัติงานตามแผนงาน หรือนำเอาแผนที่ได้กำหนดไว้ไปปฏิบัติและครอบคลุมถึงการควบคุม กำกับ ตรวจสอบ และติดตามประเมินผลในที่สุดจะช่วยให้การ

บริหารของหน่วยงานนั้นมีการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ มีขั้นตอน และรายละเอียดในการดำเนินงานที่ชัดเจน และยังพบว่า มีนักคิด นักวิชาการ ได้นำเสนอขั้นตอนการบริหารงานตามวงจรควบคุมคุณภาพ PDCA ดังที่

Guidotti (2018) ได้เสนอขั้นตอนการบริหารตามวงจรเดมมิ่ง 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย 1) การวางแผนที่จะคลอบคลุมในเรื่องการกำหนดวัตถุประสงค์ เป้าหมาย วิธีการแก้ไขปัญหา และจัดทำแผนการดำเนินงานในกิจกรรมที่ประกอบกัน ทั้ง 4 ขั้นตอนของวงจร PDCA นั้น ขั้นตอนการวางแผนเป็นเรื่องสำคัญที่สุด เนื่องจากทุกสิ่งที่ลงมือปฏิบัติต้องอาศัยแผน ซึ่งหากมีการวางแผนที่ดีปัญหาต่าง ๆ ที่ตามมาก็จะมีน้อยหรือมีโอกาสที่จะไม่เกิดขึ้นเลย 2) การลงมือปฏิบัติคือดำเนินงานตามขั้นตอนต่าง ๆ ที่วางไว้ และควรนำไปปฏิบัติเพื่อให้มันใจว่ามีการปฏิบัติตามแผนที่วางเอาไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสิ่งที่ควรคำนึงในขั้นตอนดังกล่าวคือ การสร้างความมั่นใจว่าผู้รับผิดชอบดำเนินการโดยเล็งเห็นถึงวัตถุประสงค์และความสำคัญของงานที่ได้รับมอบหมาย 3) การตรวจสอบผลการปฏิบัติงาน เพื่อให้สามารถเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นและรีบดำเนินการแก้ไขจนได้รับกระบวนการหรือวิธีการปฏิบัติงานที่สามารถกำหนดเป็นมาตรฐาน และ 4) การปฏิบัติตามผลการตรวจสอบหรือแก้ไขปัญหา การปฏิบัติการใด ๆ ที่เหมาะสมตามผลลัพธ์ที่ได้จากขั้นตอนการตรวจสอบ หากผลลัพธ์ไม่เป็นไปตามเป้าหมายจะต้องทำการปรับปรุงแก้ไข แต่หากในกรณีที่ผลลัพธ์เป็นไปตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ให้จัดทำเป็นมาตรฐาน ซึ่งเรียกขั้นตอนนี้ว่าการนำไปปฏิบัติและกำหนดเป็นมาตรฐาน (Action)

ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าการบริหารงานตามวงจรควบคุมคุณภาพนั้น มี 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย การจัดทำและการวางแผน (Plan) ที่ต้องทำความเข้าใจวัตถุประสงค์ให้ชัดเจน หลังจากนั้นเป้าหมายที่ต้องการบรรลุและกำหนดวิธีดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ต่อมาการปฏิบัติตามแผน (Do) ต้องหาความรู้เกี่ยวกับวิธีดำเนินการเพื่อดำเนินการตามวิธีการที่กำหนด และเก็บรวบรวมบันทึกข้อมูล ถัดจากการปฏิบัติตามแผน คือ การตรวจสอบ ติดตาม และประเมินผล (Check) ซึ่งมีความจำเป็นอย่างมาก โดยจะต้องตรวจสอบว่าการปฏิบัติงานเตรงตามมาตรฐานที่วางแผนไว้หรือไม่ ตรวจสอบว่าค่าการทำงานที่วัดได้ และตรวจสอบว่าได้ตามเป้าหมายที่วางไว้หรือไม่ สุดท้ายคือกำหนดมาตรฐานแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะที่ทำให้ไม่เป็นไปตามแผน (Act) โดยการปรับปรุงระบบการทำงานเมื่องานมีปัญหาหรือไม่ตรงตามความต้องการหรือเป้าหมายที่วางไว้

การศึกษาข้อมูลข้างต้น พบว่า ตามที่มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือจะพัฒนากีฬาไปสู่ความเป็นเลิศตามพันธกิจหลักด้านกีฬาขององค์กร และตามภาระหน้าที่ของสำนักงานกีฬาแล้ว ซึ่งการดำเนินงานตามตามวงจรควบคุมคุณภาพ PDCA โดยอาศัยหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ สามารถเป็นกรอบทิศทางเพื่อการดำเนินงานได้ ผู้วิจัยจึงนำ

ข้อมูลจากการศึกษาจากแนวคิดและหลักการดังกล่าว มาสร้างเป็นแผนภาพกระบวนการทำงานตามวงจรควบคุมคุณภาพ PDCA ได้ดังภาพ

ภาพ 4 การวิเคราะห์กระบวนการทำงานตามวงจรควบคุมคุณภาพ PDCA

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.1 งานวิจัยในประเทศ

สุรินทร์ รอดเมือง และ อธิพัชร์ ดาดี (2552) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับนโยบายและโครงการพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์เพื่อความเป็นเลิศ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษานโยบายและโครงการพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์เพื่อความเป็นเลิศ เปรียบเทียบความคิดเห็นของบุคลากรมหาวิทยาลัย ผู้ฝึกสอน และนักกีฬา เกี่ยวกับนโยบายและโครงการพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์เพื่อความเป็นเลิศ และเพื่อหาแนวทางในการวางแผนส่งเสริมพัฒนากีฬาสู่ความเป็นเลิศของมหาวิทยาลัย ฯ ประชากร จำนวน 456 คน ผลการศึกษาพบว่า 1) นโยบายและโครงการพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ เพื่อความเป็นเลิศของบุคลากรมหาวิทยาลัย ผู้ฝึกสอน และนักกีฬา ประกอบด้วย 3 ด้าน คือความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายและโครงการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศของบุคลากรมหาวิทยาลัย ความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายและโครงการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศของผู้ฝึกสอน และ ความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายและโครงการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศของนักกีฬา และ 2) การเปรียบเทียบความคิดเห็นของบุคลากรมหาวิทยาลัย ผู้ฝึกสอน และนักกีฬา เกี่ยวกับนโยบายและโครงการพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์เพื่อความเป็นเลิศ จำนวน 3 ด้าน พบว่า การวิเคราะห์ความแปรปรวน

เมื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของบุคลากรมหาวิทยาลัย ผู้ฝึกสอน และนักกีฬา ด้านนโยบายของการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศไม่แตกต่างกัน การวิเคราะห์ความแปรปรวนเมื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของบุคลากรมหาวิทยาลัย ผู้ฝึกสอน และนักกีฬา ด้านบทบาทหน้าที่การดำเนินงานด้านการกีฬา เพื่อความเป็นเลิศไม่แตกต่างกัน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนเมื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของบุคลากร ด้านการบริหารและพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศไม่แตกต่างกัน รวมไปถึง

สุพิช จันทะสิทธิ์ (2555) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนกีฬาที่มีประสิทธิผลสังกัดสถาบันการพลศึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อค้นหารูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนกีฬาที่มีประสิทธิผลสังกัดสถาบันการพลศึกษา มีวิธีดำเนินการ 3 ระยะ ประกอบด้วย 1) การวิเคราะห์เอกสารสัมภาษณ์ กลุ่มตัวอย่างจากตัวแทน 4 โรงเรียน 4 ภาค ภาคเหนือโรงเรียนกีฬาจังหวัดนครสวรรค์ ภาคใต้โรงเรียนกีฬาจังหวัดนครศรีธรรมราช ภาคกลางโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี และ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือโรงเรียนกีฬาจังหวัดขอนแก่น กลุ่มผู้ให้ข้อมูล จำนวน 48 คน ใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) และสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Sampling) ตามลำดับ กำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างเครื่องมือที่จะใช้ในการวิจัย 8 ด้าน คือ ด้านโครงสร้างการบริหารงาน ด้านสายบังคับบัญชา ด้านพันธกิจ ด้านการพัฒนาคุณภาพการศึกษาและการกีฬา ด้านการเสริมแรงและให้กำลังใจด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา ด้านพัฒนาบุคลิกภาพและวินัยนักเรียน ด้านการประเมินคุณภาพ 2) การสร้างรูปแบบด้วยวิธีสนทนากลุ่ม (Focus Group) ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 13 คน ระดมความคิดเห็นต่อประเด็นที่ได้จากผลการสำรวจระยะแรก และแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสม และความเป็นไปได้จากระยะแรก และ 3) การประเมินผลตรวจสอบรูปแบบเกี่ยวความเหมาะสมและความเป็นไปได้จากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 25 คน ใช้วิธีสนทนากลุ่ม (Focus Group) และวิธีประเมินจากแบบสอบถาม ผลจากการศึกษาวิจัย พบว่า รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนกีฬาที่มีประสิทธิผลสังกัดสถาบันการพลศึกษา คือ รูปแบบบูรณาการจัดการเชิงระบบ ซึ่งมีส่วนประกอบหลักดังนี้ คือ 1) หลักการ ได้แก่ หลักธรรมาภิบาล หลักการมีส่วนร่วม หลักการใช้โรงเรียนเป็นฐานในการพัฒนา และหลักการยุทธศาสตร์พัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ 2) วัตถุประสงค์ ได้แก่ เพื่อพัฒนาผู้บริหาร ครู ในการจัดการศึกษาและการกีฬา เพื่อพัฒนาและส่งเสริมนักเรียนที่มีความสามารถทางการกีฬาให้ถึงขั้นสูงสุด เพื่อเตรียมและผลิตนักกีฬาของชาติ 3) กลไกการดำเนินงาน ได้แก่ ปฏิรูประบบการบริหารจัดการให้มีคุณภาพ กระจายโอกาสความเสมอภาคและความเท่าเทียมกันทางการศึกษา สร้างคุณภาพและมาตรฐานการศึกษาและการกีฬานำไปสู่ความเป็นเลิศ สร้างความแข็งแกร่งทางวิชาการและการกีฬา เสริมสร้างความมั่นคงเข็มแข็งแก่ชุมชนและท้องถิ่น 4) วิธีดำเนินการ ได้แก่ วางแผนโครงสร้างการบริหาร การสร้างวิสัยทัศน์และพันธกิจร่วมกัน การพัฒนาคุณภาพ การพัฒนาวิทยาศาสตร์การกีฬา การสร้างขวัญและกำลังใจ การพัฒนาบุคลิกภาพ

และวินัยนักเรียน 5) การประเมินผล ได้แก่ ด้านผู้เรียน ด้านบุคลากรผู้สอน และด้านผู้บริหาร และ 6) เงื่อนไขความสำเร็จ ได้แก่ ผู้บริหาร ครูและบุคลากรโรงเรียนกีฬาเสียสละให้กับโรงเรียนอย่างมาก ระบบการบริหารจัดการจะต้องส่งเสริมสนับสนุนการพัฒนากีฬา เพิ่มอัตราตำแหน่งให้ครูผู้ฝึกสอนกีฬาที่มีความสามารถ ผู้บริหารมีภาวะผู้นำสูง พัฒนาระบบการคัดเลือกนักกีฬา และมีงบประมาณสำหรับนักกีฬาในการเข้าร่วมการแข่งขันเพียงพอ อีกทั้ง

ภานุพงษ์ จำปา และ ชนินทร์ชัย อินทิราภรณ์ (2556) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา ดำเนินการวิจัยใช้เทคนิควิธีวิจัยแบบเดลฟาย ทำการรวบรวมความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความสามารถและมีประสบการณ์ในการเป็นผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลในประเทศไทย จำนวน 20 คน ผลการศึกษาพบว่าการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาประกอบด้วยมาตรฐาน 3 ด้าน คือ

1. มาตรฐานด้านความรู้ ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด โดยข้อที่มีมัธยฐานสูงที่สุด 4 อันดับแรก คือ รู้เรื่องกีฬาฟุตบอลเป็นอย่างดีรู้เรื่องกติกาฟุตบอลเป็นอย่างดี รู้เรื่องวิทยาศาสตร์การกีฬาเบื้องต้น รู้เรื่องหลักการฝึกกีฬาหลักการสอนกีฬา

2. มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่มีมัธยฐานสูงที่สุด 3 อันดับแรก คือ ดำเนินการฝึกเทคนิคขั้นพื้นฐานกีฬาฟุตบอลผ่านการอบรมฟุตบอล ที-ไลเซนส์ (T-Licence) ดำเนินการฝึกแท็คติคแบบกลุ่มได้

3. มาตรฐานด้านการปฏิบัติตน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด โดยข้อที่มีมัธยฐานสูงที่สุด 3 อันดับแรก คือ เป็นแบบอย่างที่ดี ควรมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ และ รู้อภัย

จึงสรุปผลการศึกษาได้ว่า การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ มาตรฐานด้านความรู้ มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน และมาตรฐานด้านการปฏิบัติตน ในการนำผลการวิจัยไปใช้มาตรฐานวิชาชีพนั้นจำเป็นต้องผ่านกระบวนการประชาพิจารณ์จากสมาชิกในวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาเพื่อให้เกิดการยอมรับ และสามารถนำ ไปใช้กับนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาในอนาคตต่อไป รวมไปถึง

อาพัทธ์ เตียวตระกูล (2556) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ การศึกษาสภาพปัญหาแนวทางแก้ไข และแนวทางพัฒนาการจัดการชมรมกีฬาเพื่อพัฒนานิสิตของมหาวิทยาลัยนเรศวร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) วิเคราะห์สภาพและสาเหตุของปัญหาการจัดการชมรมกีฬาด้านบุคลากร ด้านงบประมาณ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านการจัดการ 2) เพื่อนำเสนอแนวทางการแก้ปัญหาการจัดการชมรมกีฬาแต่ละด้าน และ 3) เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาการจัดการชมรมกีฬา โดยมีขั้นตอนการวิจัย 2 ขั้นตอน คือ 1) การสำรวจสภาพ

ปัญหาการจัดการชมรมกีฬาภายในมหาวิทยาลัยนเรศวร 2) การสัมภาษณ์สภาพปัญหาการจัดการชมรมกีฬา ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไข และแนวทางการพัฒนาชมรมกีฬาของมหาวิทยาลัยนเรศวร ใน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านบุคลากร ด้านงบประมาณ ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านการจัดการ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์กลุ่มผู้ให้ข้อมูลในการวิจัย ประกอบด้วย เจ้าหน้าที่ อาจารย์ที่ปรึกษาชมรมกีฬา และกรรมการบริหารงานชมรมกีฬา จำนวน 14 ชมรมกีฬา จำนวนแบบสอบถามที่ส่งให้ผู้ตอบทั้งหมด 143 ฉบับ ได้รับคืน 127 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 88.81 และสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ อาจารย์ที่ปรึกษาชมรมกีฬาและกรรมการบริหารงานชมรมกีฬา จำนวน 13 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า 1) สภาพปัญหาในการจัดการชมรมกีฬา โดยรวมอยู่ในระดับมากและเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือด้านบุคลากร กรรมการบริหารชมรม สมาชิกชมรมและนักกีฬาชมรม สาเหตุของปัญหาเนื่องจากขาดนิสิตที่มีภาวะผู้นำ ขาดสมาชิกชมรมและไม่มีโควตานักกีฬา 2) แนวทางการแก้ปัญหาด้านบุคลากร ควรเสริมสร้างความสัมพันธ์ในชมรม ควรมีมาตรการเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมกีฬาของนิสิต ควรมีบุคลากรทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพิ่มเติม ด้านงบประมาณ ควรสนับสนุนอย่างเพียงพอหรือหาจากภายนอกเพิ่มเติม ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ควรมีจำนวนเพียงพอกับความต้องการและอยู่ในสภาพที่สามารถใช้การได้ด้านการจัดการ ควรมีความชัดเจนเกี่ยวกับทิศทางการพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัย และ 3) แนวทางการพัฒนาการจัดการชมรมกีฬา ควรมีการประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ถ่ายทอดประสบการณ์จากรุ่นพี่สู่รุ่นน้องอย่างต่อเนื่อง สนับสนุนทั้งกีฬาเพื่อสุขภาพและกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ โดยกระตุ้นให้นิสิตสนใจกีฬาและการออกกำลังกายมากยิ่งขึ้นด้วยกิจกรรมที่น่าสนใจ อีกทั้งยังสอดคล้องกับ

พฤกษศาสตร์ ลาพุทธา (2557) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ แนวทางการพัฒนาการบริหารจัดการกีฬาจักรยานเพื่อความเป็นเลิศของสมาคมกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาสภาพปัญหาในการดำเนินงาน และสร้างแนวทางในการพัฒนาการบริหารจัดการกีฬาจักรยานเพื่อความเป็นเลิศของสมาคมกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาตามรูปแบบการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศศึกษา และวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยใช้ PESTLE/ SWOT ผลการศึกษาพบว่า 1) ข้อมูลพื้นฐานการดำเนินงานด้านกีฬาจักรยานเพื่อความเป็นเลิศจุดแข็งคือ นักกีฬามีความสามารถและประสบการณ์สูงในระดับชาติ และมีนักกีฬาต้นแบบที่เป็นแรงจูงใจ 2) สภาพปัญหาในการดำเนินงานด้านกีฬาจักรยานเพื่อความเป็นเลิศของสมาคมกีฬา พบว่า ความต้องการจำเป็นที่ต้องการแก้ไขปัญหามากที่สุดคือ ด้านการจัดสวัสดิการ การพัฒนาบุคลากรและนักกีฬา และ การสรรหาและการคัดเลือกนักกีฬา และ 3) แนวทางการพัฒนาการบริหารจัดการควรมีการวางแผนงานของชมรมให้สอดคล้อง

กับแผนงานของสมาคมกีฬา กำหนดขอบเขตการทำงานของแต่ละฝ่ายให้ชัดเจน จัดหาประสานงานด้านสถานกีฬาอุปกรณ์กีฬาและสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อการฝึกซ้อม และ ควบคุมการดำเนินงานให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการดำเนินงานอย่างต่อเนื่องและการพัฒนาบุคลากรและนักกีฬาโดยให้มีการส่งเสริมบุคลากรไปอบรมการพัฒนาฝึกทักษะความสามารถที่จำเป็น และนำองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ ในการพัฒนาการกีฬา และสอดคล้องกับ

อัษ แสนภักดี (2558) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบของปัจจัยด้านการบริหารที่ส่งผลต่อประสิทธิผลของกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยด้านการบริหาร ที่ส่งผลต่อประสิทธิผลของกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ ดำเนินการวิจัย 3 ระยะ คือ 1) สร้างและตรวจสอบโมเดล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือ ผู้บริหาร ปฏิบัติงาน และผู้ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารกีฬาสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ จำนวน 340 คน 2) การศึกษารายกรณีเพื่อยืนยันข้อมูลตามสภาพจริง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นผู้ให้สัมภาษณ์ จำนวน 14 คน และ 3) การตรวจสอบรูปแบบที่ค้นพบด้วยการสนทนากลุ่มผู้ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้อง จำนวน 7 คน ผลการศึกษาพบว่า

1. หน้าที่ทางด้านการบริหารและทรัพยากรทางด้านการบริหาร สามารถร่วมกันทำนายประสิทธิผลของกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ร้อยละ 83.7 โดยตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรง คือ หน้าที่ทางด้านการบริหาร และตัวแปรที่มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อม คือ ทรัพยากรทางด้านการบริหาร

2. ผลการศึกษารายกรณี พบว่า สถาบันอุดมศึกษาของรัฐที่ประสบผลสำเร็จต้องมีปัจจัยสนับสนุน ประกอบด้วย ความเพียงพอของเจ้าหน้าที่และบุคลากร มีงบประมาณสนับสนุนชมรมกีฬาต่าง ๆ และควรมีระบบการควบคุม ตรวจสอบการใช้งบประมาณ มีระบบในการช่วยเหลือสนับสนุนการเรียนนักกีฬา มีสนามและอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอ ด้านหน้าที่ทางด้านการบริหาร ต้องมีปัจจัยสนับสนุน ประกอบด้วย การกำหนดเป้าหมายในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย การสร้างเครือข่ายความร่วมมือกับสมาคม สโมสรกีฬาหรือหน่วยงานอื่น ๆ และยังพบว่าสถาบันต่าง ๆ ยังไม่บรรลุเป้าหมายในความสม่ำเสมอของการได้รับเหรียญรางวัลจากการแข่งขันกีฬา แสดงว่ายังมีข้อจากัดในการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ และ

3. รูปแบบที่ค้นพบมีความเหมาะสมและเป็นไปได้ในการดำเนินการให้บรรลุเป้าหมายด้านการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ อีกทั้ง

เพ็ญนิภา พูลสวัสดิ์ (2558) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการบริหารจัดการสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยด้านการพัฒนานักกีฬากับระดับความสำเร็จของสมาคมกีฬา สมาคมกีฬาได้มีการส่งเสริมให้นักกีฬาเข้ารับการอบรมเพื่อพัฒนาความรู้ความสามารถและประสบการณ์การบริหารองค์กรกีฬาหรือเพิ่มพูนความรู้ที่เกี่ยวกับกีฬา

นอกจากนี้ สมาคมกีฬายังได้ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันในรายการต่าง ๆ เพื่อพัฒนาทักษะความสามารถและประสบการณ์การแข่งขัน ตลอดจน มีแผนพัฒนากีฬาอย่างต่อเนื่องเป็นระบบตามที่สมาคมกีฬากำหนด รวมไปถึงการเสนอกรอบในการพัฒนานักกีฬาของ

อภิวัฒน์ ปานทอง และคณะ (2560) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ การวางแผนระยะยาวสำหรับการพัฒนานักกีฬา ผลการศึกษาพบว่า กรอบในการพัฒนานักกีฬาต้องพัฒนาตามขั้นตอนตั้งแต่การเรียนรู้จนถึงขั้นพัฒนานักกีฬาไปสู่การแข่งขันระดับชาติและนานาชาติ ซึ่งหากนักกีฬาพัฒนาไปจนถึงขีดจำกัดแล้วยังสามารถพัฒนาต่อไปในรูปแบบการเป็นผู้ฝึกสอนผู้บริหารการกีฬาและที่สำคัญคือการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายเพื่อการดำเนินชีวิต และการเข้าสู่วัยสูงอายุที่ ไม่เป็นที่พึ่งพิงของผู้อื่น ดังนั้น ครู ผู้ฝึกสอน และผู้ปกครองต้องให้ความสำคัญและใส่ใจ ไม่ว่าจะเป็นการจัดการเรียนการสอน การฝึกซ้อม รวมไปถึง การวางแผนเข้าร่วมการแข่งขันและจะต้องไม่มุ่งหวังเพื่อชัยชนะเพียงอย่างเดียว แต่ทุกคนควรจะต้องทำความเข้าใจและมีส่วนร่วมในการพัฒนาให้มากขึ้น และภาครัฐที่มีส่วนเกี่ยวข้องจะต้องสนับสนุนให้เกิดเป็นนโยบายการพัฒนานักกีฬาอย่างเป็นรูปธรรม

5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Cheng (1993) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ การประเมินสมรรถนะในการจัดการองค์กรการกีฬาให้ได้ผลดี และถ่ายทอดลักษณะและความรู้ที่จำเป็นผู้นำและการจัดการกีฬาสำหรับประเทศสาธารณรัฐจีน (ไต้หวัน) ผลการศึกษาพบว่า สมรรถนะทางวิชาชีพสำหรับผู้จัดการกีฬาที่เหมาะสมต่อการพัฒนานักกีฬา ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับกีฬาการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อทีมและสมรรถภาพส่วนบุคคลที่ดี ส่วนสมรรถนะด้านการจัดการที่สำคัญ ประกอบไปด้วย การบริหารกีฬา การวางแผน การจัดการด้านสิ่งอำนวยความสะดวก การใช้ประโยชน์จากคอมพิวเตอร์ การนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้กับกีฬา การจัดการด้านบุคคล การจัดการ การตัดสินกีฬา การจัดการโปรแกรมสำหรับนันทนาการและกีฬาเยาวชน การสื่อสารระหว่างบุคคล และ การสอนกิจกรรมกีฬา ซึ่งสอดคล้องกับ

Jason Gulbin (2013) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ รูปแบบของการพัฒนาสมรรถนะของนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จ โดยนักกีฬาที่ทำการศึกษาจะต้องทำแบบทดสอบการพัฒนานักกีฬาแห่งชาติ (National Athlete Development Survey) โดยใช้รูปแบบของการพัฒนานักกีฬาตามโมเดลสามเหลี่ยม (Athlete Development Triangle) และ ทำการเปรียบเทียบตามประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมทดสอบ จากการทดสอบนักกีฬาเกิดการพัฒนา 3 ด้านคือ 1) การพัฒนาตนเองแบบเส้นตรง 2) การพัฒนาตนเองแบบก้าวกระโดด และ 3) พัฒนาแบบหยุดนิ่ง โดยมีปัจจัยมาจากอายุแรกเริ่มของการเล่นกีฬา รูปแบบของการได้รับเพื่อที่จะพัฒนา และประสิทธิภาพของผลจากการที่ได้รับการพัฒนา การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาตนเองให้เกิด

ความเชี่ยวชาญนั้นหายาก สิ่งที่นักกีฬาจำเป็นต้องมีในการพัฒนาคือ นักกีฬาจะต้องมีความเชี่ยวชาญเพื่อเพิ่มความเข้าใจในกีฬาแต่ละชนิด รวมไปถึงผลการศึกษาของ

Larissa และ คณะ (2016) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ การส่งเสริมพัฒนานักกีฬาที่ประสบความสำเร็จและดึงดูดความสนใจด้วยกิจกรรมนันทนาการ กรณีศึกษา สภาพแวดล้อมของสโมสรบาสเกตบอลที่ประสบความสำเร็จในประเทศสเปน ทำการศึกษาโดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกกับเจ้าหน้าที่สนาม สังเกตการณ์ และวิเคราะห์เอกสารต่าง ๆ ผลการศึกษา พบว่า สโมสรมีโครงสร้างการบริหารงานและดำเนินงานตามหลักการที่ชัดเจนอย่างเคร่งครัด จึงส่งผลให้สโมสรประสบความสำเร็จ นักกีฬาได้รับการพัฒนาตั้งแต่ระดับเยาวชนไปจนถึงระดับที่พัฒนาแล้ว และมีการเพิ่มประสิทธิภาพของเยาวชนด้วยการส่งเสริมให้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการให้มากขึ้น ส่งเสริมการพัฒนาโค้ชเพื่อให้โค้ชมีความเชี่ยวชาญตามชนิดกีฬาของนักกีฬาเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการดำเนินงาน อีกทั้ง

Mesianna Simbolon (2020) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ระหว่างความกดดันในองค์กรการสนับสนุนทางสังคมและการเล่นกีฬาต่อความสำเร็จของนักกีฬา ผลการศึกษาพบว่า แรงกดดันจากองค์กรทำให้เกิดความเครียดซึ่งเป็นผลเสียสำหรับนักกีฬา แรงกดดันจากองค์กรและสิ่งแวดล้อมทางสังคมต่าง ๆ เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้นักกีฬาเกิดความเครียด ซึ่งนักกีฬาจะต้องได้รับการสนับสนุนทางสังคมและจากผู้คนรอบข้างและเป็นส่วนสำคัญเพื่อเกิดเป็นแรงผลักดันเมื่อประสบปัญหาต่าง ๆ นอกจากนี้ การสนับสนุนทางสังคมสามารถลดและขจัดผลกระทบของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ เช่น สุขภาพและความเป็นอยู่ การสนับสนุนทางสังคมอิทธิพลต่อประสิทธิภาพการเล่นกีฬาของนักกีฬา โดยโค้ชต้องให้คำแนะนำกับนักกีฬาทั้งก่อนและระหว่างการแข่งขัน อย่างไรก็ตาม ในสถานการณ์การความเครียดเมื่อทำการแข่งขันโค้ชและนักกีฬาควรรู้วิธีการปรับปรุงประสิทธิภาพการเล่นกีฬาในสถานการณ์ที่ตึงเครียดและท้าทาย

จากข้อมูลข้างต้นชี้ให้เห็นว่า การจะพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาให้พร้อมสู่การแข่งขันและมีผลงานในระดับชาติปัจจัยที่สำคัญ คือ ผู้ฝึกสอน โค้ช หรือผู้บริหาร ถือเป็นส่วนในการขับเคลื่อนให้งานสำเร็จตามวัตถุประสงค์การจะพัฒนานักกีฬา นักกีฬาที่ต้องได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องทั้งสมรรถภาพทางกายและจิตใจ รวมไปถึง การดำเนินการตามระบบการบริหารจัดการ ที่เป็นระบบขั้นตอนถือเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนานักกีฬาได้ หากมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือต้องการได้ผลงานด้านกีฬาทั้งในระดับชาติและนานาชาติตามพันธกิจหลักขององค์กรจะต้องมีการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาเพื่อให้มีประสิทธิภาพก็สามารถบรรลุเป้าหมายได้

บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่องสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ เป็นการวิจัยเชิงผสม (Mixed Method) ในการศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ใช้วิธีการวิจัยเชิงปริมาณ ด้วยวิธีการสำรวจความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญกีฬาและนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ และการศึกษาแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพด้วยการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมายที่มีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับการกีฬา ผู้วิจัยเสนอวิธีดำเนินการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬา
ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ใช้วิธีการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative) ด้วยวิธีการสำรวจ (Survey) ความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญกีฬาและนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ผู้วิจัยนำเสนอขั้นตอนการวิจัย ดังนี้

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย ทั้งหมดจำนวน 132 คน จำแนกเป็น ผู้เชี่ยวชาญกีฬา จำนวน 12 คน และนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ จำนวน 120 คน (อ้างอิงตามประกาศรายชื่อนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ปีงบประมาณ 2562 ของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ) จำแนกรายละเอียด ดังตาราง 1

ตาราง 1 แสดงกลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย

ลำดับ	สังกัดวิทยาเขต	ผู้เชี่ยวชาญกีฬา (คน)	นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ (คน)
1	สุโขทัย	3	30
2	เชียงใหม่	3	30
3	เพชรบูรณ์	3	30
4	ลำปาง	3	30
	รวม	**12**	**120**
รวมทั้งหมด		**132 คน**	

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เป็นสอบถามเกี่ยวกับสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ โดยการศึกษาจากแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบบสอบถามประกอบด้วย 6 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน สถานะ แบบเลือกตอบ จำนวน 5 ข้อ

ส่วนที่ 2 กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ 5 ด้าน จำนวน 28 ข้อ

ส่วนที่ 3 กระบวนการปฏิบัติ (Do) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ 5 ด้าน จำนวน 28 ข้อ

ส่วนที่ 4 กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ 5 ด้าน จำนวน 28 ข้อ

ส่วนที่ 5 กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ 5 ด้าน จำนวน 28 ข้อ

ส่วนที่ 6 ข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ แบบอธิบายคำตอบ

ลักษณะของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามที่ใช้จะประเมินคำตอบเป็น 5 ระดับ (Rating scale) ของลิเคิร์ท (Likert's scale) (พิชิต ฤทธิ์จรูญ, 2547, น. 224) ดังนี้

เห็นด้วยมากที่สุด	ให้ค่าน้ำหนัก 5 คะแนน
เห็นด้วยมาก	ให้ค่าน้ำหนัก 4 คะแนน
เห็นด้วยปานกลาง	ให้ค่าน้ำหนัก 3 คะแนน
เห็นด้วยน้อย	ให้ค่าน้ำหนัก 2 คะแนน
เห็นด้วยน้อยที่สุด	ให้ค่าน้ำหนัก 1 คะแนน

การแปลผลค่าคะแนนของตัวแปร ขึ้นอยู่กับความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม แปลผลโดยถือตามเกณฑ์คะแนนเฉลี่ย โดยประยุกต์ใช้เกณฑ์ของเบสท์ (Best, 1978; อ้างถึงใน บุญชม ศรีสะอาด, 2532, น. 100) ในการกำหนดระดับความคิดเห็นจากค่าเฉลี่ย ดังนี้

เห็นด้วยมากที่สุด	ให้ค่าเฉลี่ย 4.21 – 5.00 คะแนน
เห็นด้วยมาก	ให้ค่าเฉลี่ย 3.41 – 4.20 คะแนน
เห็นด้วยปานกลาง	ให้ค่าเฉลี่ย 2.61 – 3.40 คะแนน
เห็นด้วยน้อย	ให้ค่าเฉลี่ย 1.81 – 2.60 คะแนน
เห็นด้วยน้อยที่สุด	ให้ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.80 คะแนน

การสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยเรื่องสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัยและใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2. สร้างแบบสอบถามและตรวจสอบเนื้อหาของแบบสอบถามว่าครอบคลุมวัตถุประสงค์และนำแบบสอบถามไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ จำนวน 2 ท่าน และนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

3. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยรายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจคุณภาพของเครื่องมือด้านความตรงเชิงเนื้อหา ดังนี้

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โกศล รอดมา
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระวัฒน์ สุขีสาร
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณวิสา บุญมาก

4. รองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชย

5. รองศาสตราจารย์ ดร.เทียมจันทร์ พานิชย์ผลินไชย

โดยใช้วิธีการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of Item – Objective Congruence : IOC) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม เท่ากับ 0.60 – 0.90 ซึ่งแสดงว่าเชื่อถือได้ จากนั้น ผู้วิจัยทำการปรับปรุงและแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

4. นำแบบสอบถามที่ได้ไปทดลองใช้ (try–out) กับผู้เชี่ยวชาญกีฬาและนักกีฬาที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มเป้าหมายเพื่อหาคุณภาพเครื่องมือ จำนวน 30 คน การหาค่าความเที่ยงของแบบสอบถาม (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach’s Alpha) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ ซึ่งได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถาม เท่ากับ 0.97

5. ดำเนินการจัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับจริงเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการจัดทำหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลจากมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ และส่งแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปยังวิทยาเขตเพื่อเก็บข้อมูลกับกลุ่มเป้าหมาย เมื่อผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามครบตามจำนวนพร้อมตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วนแล้ว ก็ดำเนินการรวบรวมแบบสอบถามมาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามกับจุดประสงค์ (Index of Item – Objective Congruence : IOC) (พิชิต ฤทธิ์จรูญ, 2547, น. 242)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

IOC แทน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์

$\sum R$ แทน ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ

N แทน จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ

สถิติที่ใช้ในการการวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) และ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยประยุกต์ใช้เกณฑ์ของเบสท์ (Best, 1978; อ้างถึงใน บุญชม ศรีสะอาด, 2532, หน้า 100) ในการกำหนดระดับความคิดเห็นจากค่าเฉลี่ย

ระยะที่ 2 แนวทางการพัฒนานักกีฬา

ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

การรับรองและข้อเสนอแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง โดยนำเอาข้อมูลจากกรอบแนวคิดของการวิจัยมาเป็นแนวคำถามเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ และดำเนินขั้นตอนการวิจัยดังนี้

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับการพัฒนานักกีฬา ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) จำนวน 14 คน จำแนกรายละเอียด ดังตาราง 2

ตาราง 2 แสดงการจำแนกคุณสมบัติของกลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย

สังกัดวิทยาเขต/ สถาบันการศึกษา	ผู้บริหาร (คน)	หัวหน้า สำนักงาน (คน)	บุคลากร ทางการศึกษา (คน)	นักกีฬา เพื่อความเป็นเลิศ (คน)
สุโขทัย	1	1		1
เชียงใหม่	1	1		1
เพชรบูรณ์	1	1		1
ลำปาง	1	1		1
มหาวิทยาลัยราชภัฏ	-	-	2	-
รวม	**4**	**4**	**2**	**4**
รวมทั้งหมด		**14 (คน)**		

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง โดยนำเอาข้อมูลจากกรอบแนวคิดของการวิจัยมาเป็นแนวคำถามเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ โดยใช้กระบวนการทำงานตามวงจรการควบคุมคุณภาพ PDCA ซึ่งประกอบด้วย การวางแผน (Plan) การปฏิบัติตามแผน (Do) การตรวจสอบการปฏิบัติตามแผน (Check) และการปรับปรุงแก้ไข (Act) โดยอาศัยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ครอบคลุมเรื่องดังต่อไปนี้ คือ 1) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา 2) เวชศาสตร์การกีฬา 3) จิตวิทยาการกีฬา 4) โภชนาการทางการกีฬา และ 5) เทคโนโลยีทางการกีฬา แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

ส่วนที่ 2 แนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ด้วยตนเอง วิธีการสัมภาษณ์มีลักษณะเป็นการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi - Structured or Guided Interview) เพื่อเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบต่างๆ ซึ่งสามารถนำมาใช้เพื่อเชื่อมโยงและก่อเกิดประโยชน์จนบรรลุวัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยเน้นการบรรยายเป็นหลัก เก็บข้อมูลจากบุคคลที่ได้เลือกสรรมาอย่างดีแล้ว และนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์เพื่อช่วยเสริมและเป็นคำตอบที่ชัดเจนและหนักแน่นของงานวิจัย ผู้วิจัยทำการสังเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) มีขั้นตอนดังนี้

1. การแยกแยะและจัดหมวดหมู่ข้อมูลจากการสัมภาษณ์
2. นำข้อมูลที่ได้จากการถอดเทปและการบันทึกภาคสนามมาอ่านหลายๆ ครั้ง เพื่อให้เกิดความเข้าใจในภาพรวมของข้อมูลที่ได้และพิจารณาประเด็นที่สำคัญ
3. นำข้อมูลกลับมาอ่านอีกครั้งโดยละเอียดทุกบรรทัดและจึงตีความ พร้อมทำการดึงข้อความหรือประโยคที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือที่มีหลักการสำคัญที่ต้องพิจารณา
4. นำข้อความหรือประโยคที่มีความหมายเหมือนกันหรือใกล้เคียงกันมาไว้กลุ่มเดียวกันแล้วจึงตั้งชื่อคำสำคัญ ซึ่งจะจัดเป็นทั้งกลุ่มใหญ่ (Themes) และกลุ่มย่อย (Sub - Theme) ที่อยู่

ภายใต้ความหมายของกลุ่มใหญ่ ซึ่งกระบวนการดังกล่าวคือการสร้างหัวข้อสรุปและกลุ่มหัวข้อสรุปแนวคิดในตัวข้อมูล ดังที่ องอาจ นัยพัฒน์ (2551) อธิบายว่า กระทำโดยอ่านทบทวนข้อมูลปฐมภูมิที่อยู่ในรูปข้อความทางภาษา (Textual Primary Data) ซึ่งเก็บรวบรวมได้จากแหล่งต่าง ๆ ในภาคสนามเสร็จแล้ว จึงแบ่งแยกข้อมูลดังกล่าวออกเป็นส่วนย่อย (Breaking Down) ตามหน่วยความหมาย (Meaing Unit) หรือหน่วยวิเคราะห์ (Analusis Unit) ในระดับเบื้องต้น จากนั้นทำการกำหนดข้อความสั้น ๆ เพื่อใช้เป็นมโนทัศน์หรือหัวข้อสรุปแนวคิดที่สะท้อนความหมายสำคัญ ทั้งที่ปรากฏชัดแจ้งและแฝงอยู่ในข้อมูลส่วนย่อยนั้น แล้วจึงนำหัวข้อมาสรุปแนวคิดที่มีความหมายคล้ายคลึงหรือแตกต่างกันมาจัดเป็นกลุ่มหัวข้อสรุปแนวคิด (Conceptual Categories) ต่าง ๆ ซึ่งกลายเป็นหน่วยความหมายของข้อมูลที่มีขนาดใหญ่และมีระดับความเป็นธรรมมากขึ้น

5. ใช้การเขียนบรรยายสิ่งที่ค้นพบอย่างละเอียดและชัดเจน โดยจะไม่มีการนำทฤษฎีไปควบคุมปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งยกตัวอย่างคำพูดประกอบคำหลักสำคัญที่ได้เพื่อแสดงความชัดเจนของปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาเรื่องสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ เป็นการวิจัยเชิงผสม (Mixed Method) โดยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ และ 2) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้มีความเข้าใจตรงกันและเพื่อความสะดวกในการนำเสนอข้อมูล ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ระยะที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการพัฒนานักกีฬา
ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ นำเสนอข้อมูลแบ่งออกเป็น 6 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตาราง 3 แสดงค่าจำนวน ร้อยละ จำแนกตามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	81	61.40
หญิง	51	38.60
รวม	**132**	**100.00**

ตาราง 3 แสดงค่าจำนวนและร้อยละ จำแนกตามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
2. อายุ		
ต่ำกว่า 20 ปี	33	25.00
20 – 29 ปี	86	65.20
30 – 39 ปี	7	5.30
40 – 49 ปี	5	3.80
50 ปีขึ้นไป	1	0.80
รวม	**132**	**100.00**
3. ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	2	1.50
ปริญญาตรี	122	92.40
ปริญญาโท	7	5.30
ปริญญาเอก	1	0.80
รวม	**132**	**100.00**
4. รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่า 10,000 บาท	105	79.50
10,001 – 20,000 บาท	20	15.20
20,001 – 30,000 บาท	4	3.00
30,001 – 40,000 บาท	3	2.30
รวม	**132**	**100.00**
5. สถานะ		
ผู้เชี่ยวชาญกีฬา	12	9.10
นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ	120	90.90
รวม	**132**	**100.00**

จากตาราง 3 พบว่า ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ จำนวน 132 คน จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน และสถานะ ได้ดังนี้

เพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศ ชาย จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 61.40 และ เพศหญิง จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 38.60

อายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีอายุระหว่าง 20 – 29 ปี จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 65.20 รองลงมาคือ ต่ำกว่า 20 ปี จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00 และ มีอายุระหว่าง 30 – 39 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 5.30

ระดับการศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ระดับการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 92.40 รองลงมาคือระดับการศึกษาปริญญาโท จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 5.30 และระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.50

รายได้ต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 10,000บาท จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 79.50 รองลงมาคือรายได้ต่อเดือน 10,001 – 20,000 บาท จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 15.20 และ 20,001 – 30,000 บาท จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 3.00

สถานะ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีสถานะเป็นนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 90.90 และ มีสถานะเป็นผู้เชี่ยวชาญกีฬา จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 9.10

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการศึกษาการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

ตาราง 4 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน กระบวนการวางแผน

แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามดังนี้

กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ	**ผู้เชี่ยวชาญกีฬา (N = 12)**			**นักกีฬา (N = 120)**		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย	3.96	0.92	มาก	4.06	0.74	มาก
ด้านเวชศาสตร์การกีฬา	3.93	0.80	มาก	4.05	0.75	มาก
ด้านจิตวิทยาการกีฬา	3.95	0.88	มาก	4.03	0.77	มาก
ด้านโภชนาการทางการกีฬา	3.75	0.84	มาก	3.99	0.81	มาก
ด้านเทคโนโลยีทางการกีฬา	3.85	1.07	มาก	3.99	0.83	มาก
รวม	**3.89**	**0.90**	**มาก**	**4.02**	**0.78**	**มาก**

จากตาราง 4 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญกีฬา มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.89, S.D. = 0.90) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาต่ำสุดดังนี้ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ($\bar{X}$ = 3.96, S.D. = 0.92) จิตวิทยาการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.88) เวชศาสตร์การกีฬา ($\bar{X}$ = 3.93, S.D. = 0.80) เทคโนโลยีทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.85, S.D. = 1.07) และ โภชนาการทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.75, S.D. = 0.84) และนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 4.02, S.D. = 0.78) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาต่ำสุดดังนี้ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ($\bar{X}$ = 4.06, S.D. = 0.74) เวชศาสตร์การกีฬา ($\bar{X}$ = 4.05, S.D. = 0.75) จิตวิทยาการกีฬา ($\bar{X}$ = 4.03, S.D. = 0.77) เทคโนโลยีทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.99, S.D. = 0.83) และ โภชนาการทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.99, S.D. = 0.81) ตามลำดับ

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน กระบวนการปฏิบัติ

แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) กระบวนการปฏิบัติ (Do) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามดังนี้

กระบวนการปฏิบัติ (Do) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ	ผู้เชี่ยวชาญกีฬา (N = 12)			นักกีฬา (N = 120)		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย	3.68	0.84	มาก	4.08	0.77	มาก
ด้านเวชศาสตร์การกีฬา	3.68	0.87	มาก	3.91	0.77	มาก
ด้านจิตวิทยาการกีฬา	3.95	0.80	มาก	4.03	0.77	มาก
ด้านโภชนาการทางการกีฬา	3.68	0.79	มาก	3.97	0.76	มาก
ด้านเทคโนโลยีทางการกีฬา	3.87	1.10	มาก	3.93	0.88	มาก
รวม	**3.77**	**0.88**	**มาก**	**3.98**	**0.79**	**มาก**

จากตาราง 5 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญกีฬา มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.77, S.D. = 0.88) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาต่ำสุดดังนี้ จิตวิทยาการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.80) เทคโนโลยีทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.87, S.D. = 1.10) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ($\bar{X}$ = 3.68, S.D. = 0.84) เวชศาสตร์การกีฬา ($\bar{X}$ = 3.68, S.D. = 0.87) และ โภชนาการทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.68, S.D. = 0.79) และ นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.98, S.D. = 0.79) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาต่ำสุด ดังนี้ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ($\bar{X}$ = 4.08, S.D. = 0.77) จิตวิทยาการกีฬา ($\bar{X}$ = 4.03, S.D. = 0.77) โภชนาการทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.97, S.D. = 0.76) เทคโนโลยีทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.93, S.D. = 0.88) และ เวชศาสตร์การกีฬา ($\bar{X}$ = 3.91, S.D. = 0.77) ตามลำดับ

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ

แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) กระบวนการตรวจสอบ การปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามดังนี้

กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ	**ผู้เชี่ยวชาญกีฬา (N = 12)**			**นักกีฬา (N = 120)**		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย	3.71	0.87	มาก	3.95	0.75	มาก
ด้านเวชศาสตร์การกีฬา	3.67	0.76	มาก	3.93	0.78	มาก
ด้านจิตวิทยาการกีฬา	3.73	0.82	มาก	4.01	0.74	มาก
ด้านโภชนาการทางการกีฬา	3.67	0.67	มาก	3.93	0.75	มาก
ด้านเทคโนโลยีทางการกีฬา	3.82	0.81	มาก	3.95	0.77	มาก
รวม	**3.72**	**0.79**	**มาก**	**3.95**	**0.76**	**มาก**

จากตาราง 6 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญกีฬา มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.72, S.D. = 0.79) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาต่ำสุดดังนี้ เทคโนโลยีทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.82, S.D. = 0.81) จิตวิทยาการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.73, S.D. = 0.74) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ($\bar{X}$ = 3.71, S.D. = 0.75) เวชศาสตร์การกีฬา ($\bar{X}$ = 3.67, S.D. = 0.76) และโภชนาการทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.67, S.D. = 0.67) และนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.76) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาต่ำสุดดังนี้ จิตวิทยาการกีฬา ($\bar{X}$ = 4.01, S.D. = 0.74) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.75) เทคโนโลยีทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.77) เวชศาสตร์การกีฬา ($\bar{X}$ = 3.93, S.D. = 0.78) และ โภชนาการทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.93, S.D. = 0.75) ตามลำดับ

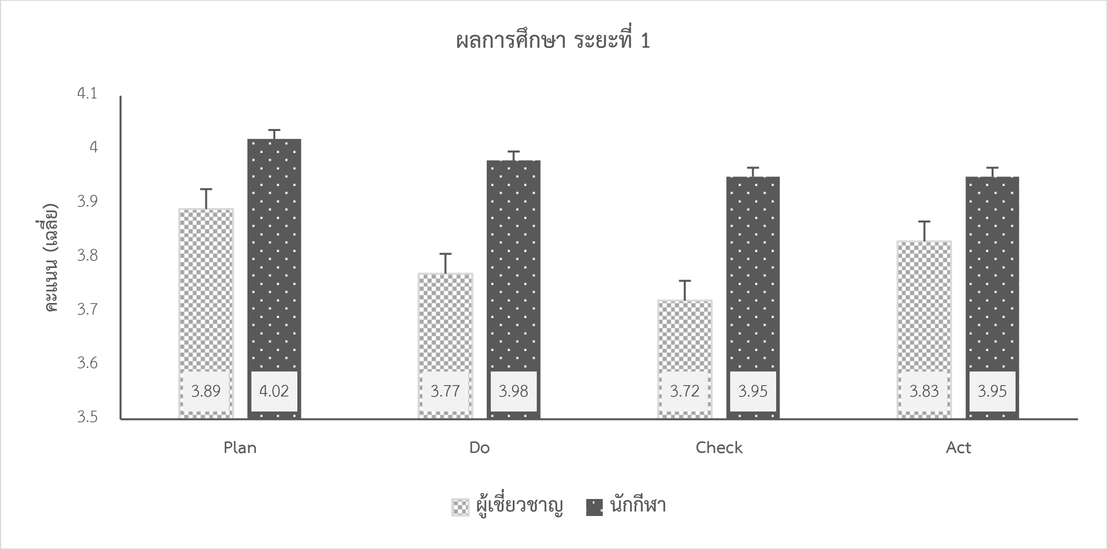
ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน กระบวนการปรับปรุงแก้ไข

แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามดังนี้

กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ	ผู้เชี่ยวชาญ (N = 12)			นักกีฬา (N = 120)		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย	3.79	0.74	มาก	3.96	0.74	มาก
ด้านเวชศาสตร์การกีฬา	3.75	0.79	มาก	3.93	0.77	มาก
ด้านจิตวิทยาการกีฬา	3.78	0.82	มาก	3.98	0.80	มาก
ด้านโภชนาการทางการกีฬา	3.83	0.70	มาก	3.95	0.78	มาก
ด้านเทคโนโลยีทางการกีฬา	4.00	0.75	มาก	3.95	0.88	มาก
รวม	**3.83**	**0.76**	**มาก**	**3.95**	**0.79**	**มาก**

จากตาราง 7 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญกีฬา มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.83, S.D. = 0.76) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาต่ำสุดดังนี้ เทคโนโลยีทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 4.00, S.D. = 0.75) โภชนาการทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.83, S.D. = 0.70) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ($\bar{X}$ = 3.79, S.D. = 0.74) จิตวิทยาการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.78, S.D. = 0.82) และ เวชศาสตร์การกีฬา ($\bar{X}$ = 3.75, S.D. = 0.79) และนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.79) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาต่ำสุดดังนี้ จิตวิทยาการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.98, S.D. = 0.80) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ($\bar{X}$ = 3.96, S.D. = 0.74) โภชนาการทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.78) เทคโนโลยีทางการกีฬา ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.88) และ เวชศาสตร์การกีฬา ($\bar{X}$ = 3.93, S.D. = 0.77) ตามลำดับ

จากการศึกษาระยะที่ 1 สภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ผู้วิจัยนำผลการศึกษามาสร้างเป็นแผนภูมิแท่งเพื่อความสอดคล้องและเชื่อมโยงของข้อมูลจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูล ดังภาพ



ภาพ 5 สภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

จากแผนภาพเป็นการแสดงผลจากการศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ที่จะนำไปสู่การพัฒนาการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ซึ่งกระบวนการจะพัฒนาไปสู่การบริหารงานคุณภาพที่ดีขึ้นด้วย 4 องค์ประกอบสำคัญ และสามารถนำไปใช้ในการดำเนินงานด้านการพัฒนานักกีฬาให้ประสบความสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิผลและประสิทธิภาพซึ่งเป็นการเชื่อมโยงองค์ความรู้ทางด้านการดำเนินงานและองค์ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาผ่านกระบวนการทางการบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย การวางแผน (Plan) การปฏิบัติตามแผน (Do) การตรวจสอบการปฏิบัติตามแผน (Check) และ การปรับปรุงแก้ไข (Act)

ระยะที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแนวทางการพัฒนานักกีฬา
ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

ผลการศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ พบว่า กลุ่มผู้ให้ข้อมูลมีความเห็นเกี่ยวกับสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ โดยรวมอยู่ในระดับมากทั้งโดยรวมและรายด้าน ผู้วิจัยจึงได้มีการสัมภาษณ์เพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนานักกีฬาตาม

หลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลจึงได้เสนอแนวทางเพื่อเป็นการเพิ่มเติมประเด็นรายละเอียดในประเด็นที่มีความสำคัญและจำเป็น ซึ่งจะนำไปใช้ในการพัฒนานักกีฬาที่มุ่งไปสู่ความเป็นเลิศให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลยิ่งขึ้น และการรับรองข้อเสนอแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์ โดยนำเอาข้อมูลจากกรอบแนวคิดของการวิจัย มาเป็นแนวคำถาเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ นำเสนอข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

ตาราง 8 แสดงค่าจำนวน ค่าร้อยละ จำแนกตามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	12	85.71
หญิง	2	14.29
รวม	**14**	**100.00**
2. อายุ		
ต่ำกว่า 20 ปี	2	14.29
20 - 29 ปี	2	14.29
30 - 39 ปี	5	35.71
40 - 49 ปี	3	21.42
50 ปีขึ้นไป	2	14.29
รวม	**14**	**100.00**

ตาราง 8 แสดงค่าจำนวน ค่าร้อยละ จำแนกตามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์	จำนวน (คน)	ร้อยละ
3. ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	-	-
ปริญญาตรี	6	42.86
ปริญญาโท	4	28.57
ปริญญาเอก	4	28.57
รวม	**14**	**100.00**
4. สังกัดวิทยาเขต/สถาบัน		
วิทยาเขตสุโขทัย	4	28.57
วิทยาเขตเชียงใหม่	4	28.57
วิทยาเขตเพชรบูรณ์	4	28.57
วิทยาเขตลำปาง	4	28.57
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์	2	14.29
รวม	**14**	**100.00**
5. สถานะ		
นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ	4	28.57
อาจารย์/บุคลากรสถาบันการศึกษา	2	14.29
หัวหน้าสำนักกีฬา	4	28.57
ผู้บริหาร	4	28.57
รวม	**14**	**100.00**

จากตาราง 8 พบว่า ข้อมูลทั่วไปผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 58.71 มีอายุระหว่าง 30 – 39 ปี จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 35.71 ระดับการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 42.86 สังกัดวิทยาเขตสุโขทัย จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 สังกัดวิทยาเขตวิทยาเชียงใหม่ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 สังกัดวิทยาเขตวิทยาเขตเพชรบูรณ์ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 สังกัดวิทยาเขตลำปาง จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 และ สังกัดมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์

จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 14.29 และ มีสถานะเป็นนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 หัวหน้าสำนักกีฬา จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 ผู้บริหาร จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 และ มีสถานะเป็นอาจารย์/บุคลากรสถาบันการศึกษา จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 14.29

ตอนที่ 2 แนวทางการพัฒนานักกีฬา

ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

กลุ่มผู้ให้ข้อมูล จำนวน 14 คน ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 กระบวนการวางแผน (Plan)

การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ พบว่า

1. ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาควรมีการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายที่ดีให้กับนักกีฬา ทำได้โดยการวางแผนท่าออกกำลังกายที่ก่อประโยชน์ต่อร่างกาย และเป็นผลดีสำหรับการฝึกซ้อมกีฬาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพและทนทานต่อความเมื่อยล้าที่เกิดจากการซ้อมกีฬา โดยเฉพาะนักกีฬาที่ฝึกซ้อมประจำหรือที่เตรียมแข่งขัน ซึ่งจะเป็นส่วนสำคัญอีกอย่างในการนำมาซึ่งชัยชนะ

2. ด้านเวชศาสตร์การกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาควรมีการวางแผนการฝึกซ้อมที่ดีเพื่อป้องกันการบาดเจ็บที่จะเกิดขึ้นกับนักกีฬาระหว่างฝึกซ้อมและการแข่งขัน อาจทำได้โดยการนำนักวิทยาศาสตร์การกีฬามาทำการวิเคราะห์ร่างกาย เพื่อให้นักกีฬามีความพร้อมที่จะทำการฝึกซ้อมหรือแข่งขันตามเทคนิคทักษะต่าง ๆ อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ หรือทำได้โดยการวางแผนวิธีการฝึกเพื่อเสริมสร้างความอดทนของกล้ามเนื้อเพื่อลดสาเหตุของการบาดเจ็บ นอกจากนี้ ยังรวมไปถึงการบำบัด ฟื้นฟู และรักษาอาการบาดเจ็บต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้หายโดยเร็วเพื่อให้พร้อมสำหรับการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ตามลำดับ

3. ด้านจิตวิทยาการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องยึดหลักวางแผนให้นักกีฬารายบุคคล เพราะแต่ละคนมีวิธีการปรับตัวในการฝึกในการเผชิญความเครียดที่ต่างกันและควรกระทำอย่างถูกต้อง โดยเลือกใช้วิธีการฝึกให้เหมาะสม ฝึกซ้อมให้เกิดความเคยชิน ฝึกการผ่อนคลายตนเอง ฝึกประสาทอัตโนมัติ สร้างความสามัคคีในทีม และสร้างแรงจูงใจจากภายใน อีกทั้ง ยังต้องสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้กับนักกีฬา อาจทำได้โดยการนำผู้ฝึกสอนที่ประสบความสำเร็จเข้ามาแนะนำเสนอแนะ และให้ความรู้ในการพัฒนาความสามารถของนักกีฬา อีกทั้ง ยังต้องฝึกให้นักกีฬามีการตั้งเป้าหมายที่ท้าทายเพื่อกระตุ้นให้มีความเชื่อมั่นในตนเอง รวมไปถึง บุคคลรอบข้างถือมี

ความสำคัญกับนักกีฬาเป็นอย่างมาก เนื่องจากบุคคลเป็นองค์ประกอบหลักหนึ่งที่ทำให้นักกีฬามีความเชื่อมั่นในตนเอง เช่น การให้กำลังใจกับนักกีฬา หรือผู้ฝึกสอนบอกข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการเล่น เป็นต้น

4. ด้านโภชนาการทางการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องวางแผนเรื่องปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของนักกีฬา ต้องกำหนดว่านักกีฬาควรได้รับอาหารในทุก ๆ 2 ชั่วโมง โดยสารอาหารที่นักกีฬานาควรได้รับเข้าสู่ร่างกาย คือ สารอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตสูง เนื่องจากนักกีฬาต้องการชดเชยพลังงานที่สูญเสียไป นอกจากนั้น สิ่งจำเป็นที่ควรต้องใส่ใจหลังการเล่นกีฬาคือการฟื้นคืนพละกำลัง และการฟื้นฟูหรือพัฒนาเนื้อเยื่อกล้ามเนื้อ การเสริมด้วยโภชนาการที่สมบูรณ์จะให้พละกำลัง สารอาหาร วิตามิน และเกลือแร่ที่ร่างกายต้องการในช่วงหลังการออกกำลังกายได้เป็นอย่างดี และดื่มน้ำหรือเครื่องดื่มที่เหมาะสมเพื่อชดเชยน้ำและเกลือแร่ที่สูญเสียไป ซึ่งควรได้รับสารอาหารเหล่านี้ทันทีหลังการออกกำลังกาย ทั้งนี้ การทานโปรตีนหลังการออกกำลังก็จะช่วยให้ร่างกายสร้างเนื้อเยื่อกล้ามเนื้อใหม่ ๆ รวมไปถึงช่วยฟื้นฟูซ่อมแซมกล้ามเนื้อที่ถูกใช้งานอีกด้วย

5. ด้านเทคโนโลยีทางการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องการวางแผนพัฒนากีฬาไปสู่ความเป็นเลิศในยุคปัจจุบัน โดยการนำองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเข้ามาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาวงการกีฬา ไม่ว่าจะด้วยการสร้างเครื่องมือและอุปกรณ์ที่มีความทันสมัย ทั้งที่เป็นอุปกรณ์ส่วนบุคคล เช่น เสื้อผ้า รองเท้า หรือ อุปกรณ์ที่ใช้เพื่อการแข่งขัน ตลอดจนอุปกรณ์สนามพื้นลู่วิ่ง สระว่ายน้ำ ซึ่งจะช่วยเพิ่มขีดความสามารถให้แก่นักกีฬามากยิ่งขึ้น รวมทั้งการนำระบบคอมพิวเตอร์เข้ามาช่วยในการให้ข้อมูลหรือวิเคราะห์การแข่งขันหรือตัวนักกีฬา ทั้งนี้เทคโนโลยีทางการกีฬาจะแก้ไขปัญหาข้อบกพร่องให้กับนักกีฬาเพื่อเพิ่มศักยภาพและประสิทธิภาพให้กับผู้ฝึกสอนกีฬาและนักกีฬา รวมถึง การวิเคราะห์ข้อมูลการเคลื่อนไหวทางด้านเทคนิคทักษะ การประเมินผล และรายงานผลการแข่งขันที่เป็นประโยชน์ ถูกต้อง รวดเร็ว

ส่วนที่ 2 กระบวนการปฏิบัติ (Do)

การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ พบว่า

1. ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องมีกระบวนการฝึกเพื่อพัฒนาความคล่องแคล่วของนักกีฬา โดยให้ผู้ฝึกสอนพยายามพัฒนาทักษะกีฬาและเทคนิคควบคู่ไปด้วยกัน ซึ่งจะต้องเริ่มจากการปฏิบัติด้วยรูปแบบที่ง่าย ๆ ไม่ซับซ้อน และใช้ปฏิบัติด้วยความเร็วจากช้าไปสู่ความเร็วสูงสุด และจะต้องเน้นความถูกต้องและสมบูรณ์ อีกทั้ง ยังจะต้องพัฒนาให้นักกีฬาพยายามใช้ความเร็วสูงสุดในการวิ่งหรือการเคลื่อนที่ในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีความใกล้เคียงกับการเคลื่อนไหวในกีฬานั้น ๆ เป็นต้น

2. ด้านเวชศาสตร์การกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาจะต้องทำการตรวจร่างกายที่จำเป็นสำหรับการเล่นกีฬาก่อนการเข้าร่วมการเล่นกีฬา ซึ่งจะสามารถช่วยตรวจสอบได้ว่านักกีฬาจะสามารถเข้าร่วมในกีฬาเฉพาะอย่างใดอย่างหนึ่งได้อย่างปลอดภัยหรือไม่ เพื่อเป็นการลดสาเหตุของการบาดเจ็บทางกีฬา หรืออาจทำได้โดยการหาซึ่งประวัติทางการแพทย์ของนักกีฬาถือเป็นส่วนสำคัญที่สุดของการตรวจร่างกายที่จำเป็นสำหรับการเล่นกีฬา ดังนั้น การตรวจร่างกายที่จำเป็นที่สุดสำหรับการเล่นกีฬา เพื่อจะช่วยให้ผู้ฝึกซ้อมได้ข้อมูลและช่วยด้านการจัดการเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพของนักกีฬาที่อาจรบกวนการมีส่วนร่วมในการเล่นกีฬาด้วย นอกจากนี้ ยังต้องให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกัน บำบัดรักษา และฟื้นฟู สภาพร่างกายให้กับนักกีฬาทั้งในสภาวะปกติและในระหว่างการฝึกซ้อมเพื่อช่วยเสริมให้สมรรถภาพทางกายอยู่ในสภาวะที่สมบูรณ์และพร้อมที่จะใช้งานได้ดีที่สุด

3. ด้านจิตวิทยาการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องฝึกให้นักกีฬาทำการควบคุมอารมณ์ ฝึกการจินตภาพ และการจัดระดับความคิด อาจทำได้โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับกระบวนการคิด การควบคุม การเคลื่อนไหวและทักษะกีฬา รวมไปถึงฝึกวิธีการที่จะตัดสินใจในแต่ละสถานการณ์ของการฝึกซ้อมและแข่งขันได้อย่างถูกต้อง ซึ่งจะเป็นผลดีต่อเกมการแข่งขันและการแสดงออก

4. ด้านโภชนาการทางการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาจะต้องมีการให้ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าของอาหารและการเลือกรับประทานอาหารในแต่ละประเภทให้ถูกต้อง ได้สัดส่วน และคุณภาพ ในแต่ละช่วงของการฝึกซ้อมและแข่งขัน ซึ่งจะมีผลต่อการใช้พลังงานของนักกีฬาแค่ละคน อาจทำได้โดยให้ผู้ที่มีความรู้ทางด้านโภชนาการมาให้ความรู้ เพราะอาหารก็เป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยสนับสนุนการฝึกซ้อมให้มีประสิทธิภาพและดำเนินการไปอย่างต่อเนื่อง ช่วงการฝึกซ้อมเป็นช่วงที่นักกีฬาควรมีพลังงานสำหรับการฝึกซ้อมอย่างเพียงพอ ดังนั้น อาหารที่นักกีฬาได้รับในแต่ละมื้อควรเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่จำเป็นต่อร่างกาย และได้รับในปริมาณที่เหมาะสมด้วย

5. ด้านเทคโนโลยีทางการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องมีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาหรือการนำประโยชน์จากคอมพิวเตอร์มาใช้ควบคู่กับการฝึกซ้อมและแข่งขันให้กับนักกีฬา เพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬาแต่ละบุคคลได้อย่างกลมกลืนกับระดับความสามารถที่เป็นจริงของนักกีฬา โดยพิจารณาจาก อายุ เพศ วัย ประสบการณ์ รวมทั้งระบบพลังงานสมรรถภาพทางกาย และ ประเภทกีฬา ดังนั้น เทคโนโลยีทางการกีฬาคือความรู้เกี่ยวกับการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ช่วยสนับสนุนในการพัฒนาส่งเสริมตลอดจนการแก้ไขปัญหาข้อบกพร่องให้กับนักกีฬาเพื่อเพิ่มศักยภาพและประสิทธิภาพให้กับผู้ฝึกสอนกีฬาและนักกีฬา

ส่วนที่ 3 กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check)

การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ พบว่า

1. ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องดำเนินการตรวจสอบการปฏิบัติการเสริมสร้างความอ่อนตัวของร่างกายนักกีฬา เพื่อเพิ่มพิกัดของความเคลื่อนไหวให้มีความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อและเอ็น ซึ่งการฝึกความอ่อนตัวด้วยวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ สามารถทำได้คือการยืดแบบอยู่กับที่ แบบโยกหรือแบบเคลื่อนที่ แบบออกแรงเอง แบบอาศัยผู้ช่วย แบบกระตุ้นผ่านข้อต่อและประสาทกล้ามเนื้อ นอกจากนี้ ประโยชน์ของการยืดเหยียดกล้ามเนื้อยังสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายของนักกีฬา และเพิ่มขีดความสามารถในการเรียนรู้ได้อีกด้วย

2. ด้านเวชศาสตร์การกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องดำเนินการตรวจสอบการปฏิบัติการเพื่อการป้องกันการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมกีฬาเพื่อป้องกันปัจจัยที่เสี่ยงต่อการบาดเจ็บด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนั้น นักกีฬาควรมีทักษะที่ดีในการเล่นกีฬาในการปฏิบัติทักษะต่าง ๆ เพื่อลดโอกาสที่จะเกิดการบาดเจ็บให้ลดลง นอกจากนี้ การป้องกันด้วยสมรรถภาพทางกายที่ดีก็จะเป็นสิ่งที่สามารถป้องกันการบาดเจ็บได้อีกทางหนึ่ง ซึ่งมีวิธีการป้องกันการบาดเจ็บบริเวณนั้นไม่ให้รุนแรงมากขึ้นได้

3. ด้านจิตวิทยาการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาจะต้องดำเนินการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม กล่าวคือ นักกีฬามีการเล่นกีฬาด้วยความบริสุทธิ์ยุติธรรม เที่ยงธรรม มีศักดิ์ศรี ให้เกียรติซึ่งกันและกัน เล่นอย่างมีมิตรภาพมีน้ำใจนักกีฬา และการพัฒนาในด้านจิตใจหรือไม่ อาจตรวจสอบได้โดยการสังเกต การสร้างสถานการณ์ หรือโดยการปฏิบัติให้เห็นเป็นตัวอย่าง ซึ่งการที่นักกีฬาเห็นสิ่งใดแล้วพยายามทำตาม โดยการทำเป็นตัวอย่างที่ดีนั้นจำเป็นจะต้องอยู่ในกรอบของคำว่า “จริยธรรม”

4. ด้านโภชนาการทางการกีฬา ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาการกีฬาจะต้องดำเนินการแบบมีส่วนร่วมเพื่อดำเนินการตรวจสอบการปฏิบัติงาน โดยการสังเกตพฤติกรรมนักกีฬาเรื่องการรับประทานอาหารว่า นักกีฬาได้รับสารอาหารได้สัดส่วนทั้งในด้านปริมาณและคุณภาพในแต่ละช่วงของการฝึกซ้อมและแข่งขันหรือไม่ซึ่งสารอาหารที่ได้รับจะส่งผลต่อการใช้พลังงานและการสำรองพลังงานไว้ในกล้ามเนื้อ การชดเชยพลังงานในระหว่างการฝึกซ้อมและระหว่างแข่งขัน ซึ่งจะช่วยเสริมความสามารถของร่างกายให้คงสภาพแข่งแกร่งยิ่งขึ้น นอกจากนี้บางกรณี เช่น ออกกำลังกายนานกว่า 4 ชั่วโมง หรือออกกำลังกายในสภาพอากาศร้อนจัด นักกีฬาได้รับการชดเชยด้วยเครื่องดื่มเกลือแร่หรืออย่างอื่นทดแทน

5. ด้านเทคโนโลยีทางการกีฬา ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาการกีฬาจะต้องมีกระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ โดยการนำเทคโนโลยีมาใช้แก้ไขปัญหาข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นให้กับนักกีฬาเพื่อเพิ่มศักยภาพและประสิทธิภาพให้กับผู้ฝึกสอนกีฬาและนักกีฬา ทั้งนี้อาจรวมถึงการวิเคราะห์ข้อมูลการเคลื่อนไหวทางด้านเทคนิค ทักษะ การประเมินผล และรายงานผลการแข่งขันที่

เป็นประโยชน์ ถูกต้อง รวดเร็ว ให้กับผู้ฝึกสอนกีฬาและนักกีฬาได้อีกด้วย ซึ่งตรวจสอบว่านักกีฬามีนำเทคโนโลยีเข้ามาใช้ในการแก้สถานการณ์ที่อาจจะเกิดขึ้นระหว่างการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันอย่างไร ซึ่งจะทำให้นักกีฬาพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายของนักกีฬาได้ค่อนข้างตรงประเด็น

ส่วนที่ 4 กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act)

การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ พบว่า

1. ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย ผู้บริหารและหัวหน้างาน จะต้องดำเนินการปรับปรุงแก้ไข อุปสรรคปัญหาที่ได้รับรายงานมาจากระดับสายปฏิบัติงาน เช่น การเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายนักกีฬาให้มีความคล่องแคล่วซึ่งการฝึกควรอยู่ในสภาวะที่ร่างกายไม่มีอาการเหน็ดเหนื่อย นอกจากนี้สภาวะในร่างกายควรเป็นปกติมีความพร้อม ส่วนในเรื่องของอาหารก็มีส่วนสำคัญ โดยช่วงการฝึกซ้อมและระหว่างฝึกซ้อม นักกีฬาควรสะสมปริมาณไกลโคลเจนในร่างกายให้มากพอเพื่อเพิ่มความสามารถในการฝึกซ้อม โดยเฉพาะอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต จะช่วยให้นักกีฬาสามารถออกกำลังกายได้นานกว่าการกินอาหารธรรมดา อีกทั้ง อาหารหลังแข่งขันมีความสำคัญมากเพราะช่วยให้นักกีฬาสามารถฟื้นสภาพได้เร็วขึ้นและมีพลังงานสำรอง สำหรับการฝึกซ้อมและการแข่งขันครั้งต่อไป

2. ด้านเวชศาสตร์การกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาต้องมีกระบวนการปรับปรุงแก้ไขหลักการรักษาการบาดเจ็บของนักกีฬาเมื่อเกิดการบาดเจ็บขึ้น ซึ่งทำได้โดยการให้นักกีฬาพักการทำกิจกรรมที่จะก่อให้เกิดการบาดเจ็บซ้ำอีก หรือหากเกิดบาดแผลถ้ามีการเคลื่อนไหวส่วนที่ได้รับบาดเจ็บจะก่อให้เกิดเลือดออกบริเวณนั้นมากขึ้นอีกเพราะบาดแผลจะเกิดขึ้นกับนักกีฬาเกือบทุกประเภท หรือการประคบเย็นโดยการใช้น้ำแข็งประคบบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ หรืออาจใช้ผ้าขนหนูเปียกห่อน้ำแข็งหรือถุงพลาสติกเพื่อลดปวดและบวมก็ได้เช่นกัน และหมั่นตรวจสอบสภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวม เช่น สนาม วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้แข่งขัน สภาพภูมิอากาศ ซึ่งบางกรณีอาจเกิดขึ้นโดยที่ไม่ได้คาดคิด และอาจนำมาซึ่งการบาดเจ็บของนักกีฬา

3. ด้านจิตวิทยาการกีฬา สายงานระดับผู้บริหารงานจะต้องมีกระบวนการปรับปรุงแก้ไขด้านจิตวิทยาการกีฬาให้กับโค้ชหรือผู้ฝึกสอนและนำไปสู่นักกีฬา โดยมีการเสริมสร้างและพัฒนาความมีน้ำใจนักกีฬาเข้าไปด้วย ซึ่งสิ่งนี้จะเป็นจุดมุ่งหมายหลักของการกีฬาในการสร้างคนให้เป็นคนดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทั้งนี้ ควรมีการเสริมแนวคิดภายในตัวนักกีฬาเองต้องทำด้วยเช่นกัน โดยการชี้แนวทางการเล่นหรืออธิบายถึงความเป็นไปในชีวิตประจำวันและในสนามให้สอดคล้องกัน ซึ่งจะเป็นการเปิดโอกาสให้มีการพูดคุยถึงข้อขัดแย้งต่าง ๆ ของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเป็นอย่างไร ความมีน้ำใจเป็นนักกีฬาหรือจริยธรรมการกีฬา และการกระทำในการเข้าร่วมเพื่อความเป็นเลิศจะนำมาสู่การพัฒนาคนโดยสมบูรณ์ โดยเน้นการสร้างความสามัคคีเป็นสำคัญ

4. ด้านโภชนาการทางการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญต้องนำปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นมาสู่การปรับปรุงแก้ไขในการพัฒนาศักยภาพให้นักกีฬา อาจทำได้โดยการเสนอข้อมูลให้กับสายงานระดับผู้บริหารรับรู้ทางด้านการนำโภชนาการ และสำหรับนักกีฬาต้องมีกระบวนการปรับปรุงแก้ไขให้มีการรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ในทุกวัน และไม่ควรรับประทานอาหารที่ซ้ำกันในทุกวันเพื่อให้ได้สารอาหารครบตามที่ต้องการ อีกทั้ง นักกีฬายังต้องรับประทานอาหารที่สะอาดและปลอดภัยเพื่อป้องกันการปนเปื้อนของสิ่งที่เป็นพิษได้ และนักกีฬายังต้องพฤติกรรมบริโภคที่ถูกสุขลักษณะ คือ ล้างมือก่อนบริโภค ใช้ช้อนกลาง การเลือกซื้ออาหารปรุงสำเร็จ อาหารถุง ควรเลือกซื้อจากร้านจำหน่ายอาหารที่ถูกสุขลักษณะ ส่วนในช่วงการฝึกซ้อมนักกีฬาควรมีพลังงานสำหรับการฝึกซ้อมอย่างเพียงพอ โดยเฉพาะช่วงก่อนแข่งขันและหลังแข่งขันอาหารจะมีความจำเป็นต่อนักกีฬา ในการช่วยให้นักกีฬามีการฟื้นสภาพร่างกายได้เร็วขึ้นสำหรับการแข่งขันครั้งต่อไป ดังนั้น อาหารที่นักกีฬาได้รับในแต่ละมื้อควรเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่จำเป็นต่อร่างกายและได้รับในปริมาณที่เหมาะสมจะช่วยให้นักกีฬามีภาวะโภชนาการที่ดี

5. ด้านเทคโนโลยีทางการกีฬา ยุคปัจจุบันเทคโนโลยีทางกีฬาถือเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาศักยภาพนักกีฬา ผู้เชี่ยวชาญกีฬาจะต้องนำเสนอปัญหาและอุปสรรคที่ส่งผลต่อการพัฒนา กับสายงานระดับผู้บริหาร นำเสนอข้อมูลที่เกิดขึ้น เพื่อจะได้ดำเนินการนำไปวางแผนปรับปรุงแก้ไขสำหรับนักกีฬาผู้เชี่ยวชาญกีฬา อาจทำได้โดยการเตรียมความพร้อมทางร่างกายของนักกีฬาให้พร้อมในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน นำองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเข้ามาประยุกต์ใช้ เช่น รองเท้า และอุปกรณ์ที่ใช้เพื่อการแข่งขัน ตลอดจนอุปกรณ์สนาม ซึ่งช่วยเพิ่มขีดความสามารถให้แก่นักกีฬา และนักกีฬาเองก็ควรนำสิ่งเหล่านี้มาปรับใช้ให้ทันยุคสมัยด้วยเช่นกัน นอกจากนี้ การออกแบบและการเลือกประเภทวัสดุที่เหมาะสมถือเป็นการป้องกันผู้เล่นกีฬาจากความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บได้อีกด้วย

บทที่ 5
บทสรุป

การวิจัยเรื่องสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสานักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ผู้วิจัยนำเสนอบทสรุป รายละเอียดดังนี้

สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการสรุปผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ โดยแสดงรายละเอียด 2 ระยะดังนี้

ผลการศึกษาระยะที่ 1 พบว่า กลุ่มผู้ให้ข้อมูลมีความเห็นเกี่ยวกับสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

1. สภาพการดำเนินงานตามกระบวนการวางแผน (Plan) พบว่า ผู้เชี่ยวชาญกีฬามีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$= 3.89, S.D. = 0.90) และ นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศมีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 4.02, S.D. = 0.78)

2. สภาพการดำเนินงานตามกระบวนการปฏิบัติ (Do) พบว่า ผู้เชี่ยวชาญกีฬามีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.77, S.D. = 0.88) และ นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศมีความเห็น โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$= 3.98, S.D. = 0.79)

3. สภาพการดำเนินงานตามกระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) พบว่า ผู้เชี่ยวชาญกีฬา มีความเห็น โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.720, S.D. = 0.79) และ นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ มีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$= 3.95, S.D. = 0.76)

4. สภาพการดำเนินงานตามกระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) พบว่า ผู้เชี่ยวชาญกีฬามีความเห็น โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$= 3.72, S.D. = 0.76) และ นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศมีความเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.95, S.D. = 0.79

ผลการศึกษาระยะที่ 2 พบว่า กลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั้ง 14 คน ได้เสนอแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ดังนี้

1. กระบวนการวางแผน (Plan) พบว่า ต้องมีการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายที่ดีให้กับนักกีฬา ต้องมีการวางแผนท่าออกกำลังกายที่ก่อประโยชน์และเป็นผลดีสำหรับการฝึกซ้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะนักกีฬาที่ฝึกซ้อมประจำหรือที่เตรียมแข่งขันซึ่งจะเป็นส่วนสำคัญอีกอย่างในการนำมาซึ่งชัยชนะ นอกจากนั้น ยังต้องมีการวางแผนให้นักกีฬาฝึกการผ่อนคลายตนเองด้วยวีการให้ผู้ฝึกสอนที่ประสบความสำเร็จมาแนะนำและให้ความรู้อย่างเหมาะสมในการพัฒนาความสามารถของตนเอง การให้นักกีฬาตั้งเป้าหมายที่ท้าทายเพื่อกระตุ้นให้นักกีฬามีความเชื่อมั่นในตนเอง การให้กำลังใจกับนักกีฬาหรือบอกข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการเล่น รวมทั้ง การวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ การประเมินผลและรายงานผลที่เป็นประโยชน์ ถูกต้อง รวดเร็ว

2. กระบวนการปฏิบัติ (Do) พบว่า ต้องควบคุมการฝึกซ้อมของผู้ฝึกสอนให้มีปฏิบัติตามแผนงานที่วางไว้อย่างเป็นระบบ ครบถ้วนทุกขั้นตอนของกระบวนการฝึกซ้อม เพื่อการพัฒนานักกีฬาในการฝึกซ้อมและส่งผลต่อการแข่งขัน ซึ่งในการพัฒนาความคล่องแคล่วอาจทำได้ โดยพัฒนาทักษะกีฬาและเทคนิคควบคู่ไปด้วยกัน หรือนำเทคโนโลยีเข้ามาช่วยเพื่อเน้นความถูกต้องและสมบูรณ์ของการฝึกซ้อม นอกจากนั้น ผู้ฝึกสอนต้องให้ความรู้เกี่ยวกับกระบวนการคิดและการควบคุมตัวเองควบคู่ไปกับทักษะกีฬา หรือการตัดสินใจในแต่ละสถานการณ์ได้อย่างถูกต้องให้กับนักกีฬาซึ่งจะเป็นผลดีต่อเกมการแข่งขันและการแสดงออก อีกทั้ง การให้ความรู้ด้านการรับประทานอาหารให้ถูกต้องได้สัดส่วนและได้คุณภาพ ในแต่ละช่วงของการฝึกซ้อมและแข่งขัน ซึ่งจะมีผลต่อการใช้พลังงานของนักกีฬาแต่ละคน และผู้ฝึกสอนจะต้องมีความรู้ทางด้านโภชนาการเพราะถือเป็นปัจจัยที่สำคัญที่จะช่วยสนับสนุนการฝึกซ้อมให้มีประสิทธิภาพ

3. กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) พบว่า ต้องมีการตรวจสอบการปฏิบัติครบถ้วนทุกองค์ประกอบตามแผนงานเพราะจะทำให้ทราบถึงกระบวนการ ขั้นตอน อุปสรรคและปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นและส่งผลต่อการพัฒนานักกีฬา ไม่ว่าจะเป็นปัจจัยที่ส่งผลให้นักกีฬาเกิดการบาดเจ็บเพื่อป้องกันปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ การให้ความรู้ในการเลือกรับประทานอาหารให้ถูกต้อง การทดสอบคุณธรรมจริยธรรมของนักกีฬาซึ่งทำได้โดยการปฏิบัติให้เห็นเป็นตัวอย่างหรือทดสอบจากเหตุการณ์จริง และพัฒนาศักยภาพของผู้ฝึกสอนและนักกีฬาโดยการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการแก้สถานการณ์ที่อาจจะเกิดขึ้นระหว่างการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันได้ ซึ่งเป็นการพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬาได้โดยตรง เป็นต้น

4. กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) พบว่า ต้องนำผลจากการดำเนินงานไม่ว่าจะเป็นปัญหา อุปสรรค หรือสิ่งที่ดำเนินการดีอยู่แล้ว มาปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาการดำเนินงานเพื่อเป้าหมายของการพัฒนานักกีฬา เช่น การเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายนักกีฬาเพื่อให้เกิดความคล่องแคล่วเพื่อเพิ่มความสามารถในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน การเพิ่มอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตให้มาก รวมไปถึง ซึ่งบางกรณีที่อาจจะเกิดขึ้นโดยที่ไม่ได้คาดคิดและนำมาซึ่ง

การบาดเจ็บ วิธีการป้องกันการคือการตรวจสอบสภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวมทั้งสนามและวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้สภาพภูมิอากาศ การเสริมสร้างและพัฒนา โดยสอดแทรกจิตวิทยาการกีฬาเพราะสิ่งนี้จะเป็นจุดมุ่งหมายหลักของการกีฬาในการสร้างคนให้เป็นคนดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ และต้องนำองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเข้ามาประยุกต์ใช้ในการพัฒนานักกีฬา ซึ่งอาจจะทำได้ด้วยการสร้างเครื่องมือและอุปกรณ์สนาม ตลอดจน อุปกรณ์ที่ใช้เพื่อการแข่งขันเพื่อช่วยเพิ่มขีดความสามารถให้กับนักกีฬา

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยเรื่องนี้ และได้การรับรองข้อมูลว่าใช้ได้จากผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยนำประเด็นที่สำคัญมาอภิปรายผลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนา ดังนี้

ผลจากการศึกษาสภาพการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ พบว่า อยู่ในระดับมากทั้งโดยภาพรวมและรายด้าน ทั้งนี้เนื่องมาจากการพัฒนานักกีฬาถือเป็นพันธกิจหลักตามยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ในการผลิตนักศึกษาที่มีความสามารถพิเศษทางกีฬาในการพัฒนาเริ่มตั้งแต่การวางแผน การปฏิบัติแผน การตรวจสอบ และการปรับปรุงแก้ไข สอดคล้องกับผลการวิจัยของจักรพงษ์ ชุบไธสง (2552) ที่ศึกษาเรื่องสภาพและปัญหาการดำเนินงานด้านกีฬาของเทศบาลในประเทศไทย พบว่า สภาพการดำเนินงานโดยรวมอยู่ในระดับมาก และยังสอดคล้องกับหลักการสำคัญของ Silva, Medeiros and Vieira (2017) ที่กล่าวว่า การทำงานในแบบครบวงจรที่ครอบคลุมตั้งแต่กำหนดการงาน ควบคุม ปฏิบัติงานตามแผน กำกับ ตรวจสอบ และประเมินผล ซึ่งจะช่วยให้การบริหารของหน่วยงานนั้นมีการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ มีขั้นตอนอีกทั้งหลักการของ Guidotti (2018) กล่าวว่า วงจรเด็มมิ่งคือกระบวนการจัดระบบการทำงานให้มีประสิทธิภาพเพื่อให้ผลผลิตที่ออกมามีคุณภาพได้มาตรฐานตรงตามเป้าหมายกำหนด จากผลการศึกษาประกอบกับการเสนอแนวทางเพื่อการพัฒนา พบว่า

จากผลการพิจารณาด้านการวางแผน พบว่า ด้านสมรรถภาพทางกายนักกีฬามีการวางแผนเพื่อการพัฒนามากที่สุดเนื่องจากสมรรถภาพทางกายคือปัจจัยสำคัญที่จะสามารถพัฒนานักกีฬาให้เล่นกีฬาได้อย่างเต็มที่และมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับหลักการของ Casals and Finch (2017) อธิบายว่า การฝึกสมรรถภาพทางกายเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการฝึกกีฬาเป็นการสร้างความสมบูรณ์ทางด้านร่างกายให้กับนักกีฬาเพื่อให้นักกีฬามีความพร้อมทางด้านร่างกายที่จะทำการฝึกซ้อมหรือแข่งขัน รวมไปถึงผลการวิจัยของอำภร ศรียาภัย และคณะ (2557) พบว่า การนำองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางการกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อมและการแข่งขันจะนำมาซึ่งความสำเร็จ โดยสอดคล้องกับการเสนอแนวทางเพื่อการพัฒนานักกีฬาคือ การวางแผนการ

ดำเนินงานโดยเฉพาะการนำหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาช่วยจะก่อประโยชน์และเป็นผลดีสำหรับนักกีฬาที่ฝึกซ้อมประจำหรือที่เตรียมแข่งขันเพราะการวางแผนงานเป็นส่วนสำคัญอีกอย่างในการนำมาซึ่งชัยชนะ ดังผลการศึกษาของอภิวัฒน์ ปานทอง และคณะ (2560) พบว่า ผู้ฝึกสอนจะต้องให้ความสำคัญและใส่ใจในวางแผนในเข้าร่วมการแข่งขันของนักกีฬา อีกทั้ง พฤกษศาสตร์ ลาพุทธา (2557) พบว่า แนวทางการพัฒนาการบริหารจัดการควรวางแผนงานและแผนงานต้องสอดคล้องกับขอบเขตการทำงานของแต่ละฝ่ายให้ชัดเจนเนื่องจากการวางแผนเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญถือเป็นวิธีการที่กำหนดขึ้นเพื่อให้การดำเนินงานบรรลุเป้าหมายโดยส่งผลไปถึงการปฏิบัติ

จากผลการศึกษาด้านการนำแผนมาปฏิบัติเพื่อให้เกิดการพัฒนานักกีฬา พบว่า ผู้ฝึกสอนกีฬาต้องกำหนดหรือพิจารณาเลือกรูปแบบวิธีการฝึกให้กับนักกีฬาและคำนึงถึงความเหมาะสมกับสภาพร่างกายของนักกีฬา ซึ่งผลการวิจัยของพรสรรค์ สระภักดิ์ (2556) พบว่า การฝึกซ้อมต้องเริ่มจากการฝึกทักษะและค่อยเพิ่มระดับความหนักของการฝึกซ้อม และสมรรถภาพทางร่างกายของนักกีฬาต้องพร้อมสำหรับการฝึก นอกจากนี้ ผู้ฝึกสอนควรให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกัน บำบัดรักษาและฟื้นฟูสภาพร่างกายให้กับนักกีฬาทั้งในสภาวะปกติและระหว่างการฝึกซ้อมเพื่อช่วยเสริมให้สมรรถภาพทางกายให้อยู่ในสภาวะที่สมบูรณ์ อีกทั้ง เจริญ กระบวนรัตน์ (2559) ยังพบว่ารูปแบบวิธีการฝึกซ้อมแต่ละวิธีย่อมส่งผลให้ร่างกายเกิดการพัฒนาการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไป ผู้ฝึกสอนจะต้องพัฒนาทักษะกีฬาและเทคนิคควบคู่กัน ฝึกการควบคุมอารมณ์ให้กับนักกีฬา รวมถึงผู้ฝึกสอนจะต้องมีการจัดโภชนาการที่ถูกต้องเพื่อนำไปสู่ผลการฝึกซ้อมและการแข่งขัน และต้องนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัยมาพัฒนาขีดความสามารถให้กับนักกีฬา จากการศึกษาวิจัยในด้านกระบวนการวางแผน พบว่า นักกีฬาได้รับการพัฒนาด้านสมรรถภาพทางกายมากที่สุดทั้งโดยรวมและรายด้าน

จากผลของการพัฒนาด้านการวางแผนและการปฏิบัติตามแผนอย่างเป็นระบบของการพัฒนาแล้วจะต้องดำเนินการตรวจสอบการปฏิบัติงานว่าเป็นไปตามแผนมากน้อยเพียงใดดังการศึกษาของอาพัทธ์ เตียวตระกูล (2555) พบว่า การดำเนินการฝึกซ้อมหรือแข่งขันจะต้องมีการติดตาม มีการพัฒนาแผนปฏิบัติการและการประเมินผลทางด้านกีฬาโดยเฉพาะการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อลดโอกาสที่จะเกิดการบาดเจ็บลดให้น้อยลง สอดคล้องกับผลการศึกษาวิจัยนี้ว่าการดำเนินงานมีการตรวจสอบในการปฏิบัติงาน แต่เมื่อเทียบกับกระบวนการปฏิบัติและการวางแผนซึ่งพบว่า ผลการพัฒนาน้อยที่สุดโดยเฉพาะด้านเวชศาสตร์การกีฬา ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาเนื่องจากการตรวจสอบถือเป็นกระบวนการที่สำคัญว่าผลที่ได้เป็นไปตามแผนเพียงใด ดังที่ อัษ แสนภักดี (2558) พบว่า สถาบันอุดมศึกษาของรัฐที่ประสบผลสำเร็จต้องมีปัจจัยสนับสนุนและควรมีระบบการควบคุมและตรวจสอบการปฏิบัติงาน อีกทั้ง Goff (2000) ยังพบว่า ดัชนีกีฬามีมิติความสำเร็จคือต้องมีการตรวจสอบและติดตามผลการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ และนำผลมาปรับปรุงการ

ดำเนินงานจนบรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนั้น ผู้ฝึกสอนยังต้องให้ความรู้ด้านโภชนาการแก่นักกีฬาและมีการนำเทคโนโลยีมาตรวจสอบศักยภาพนักกีฬา ดังที่ พรสรรค์ สระภักดิ์ (2556) กล่าวว่า ควรมีตรวจสอบการปฏิบัติให้ครบถ้วนตามแผนงาน และประโยชน์จากโปรแกรมคอมพิวเตอร์จะเป็นฐานข้อมูลชั้นดีที่จะนำมาวิเคราะห์และรายงานผลของการพัฒนาได้

และกระบวนการสู่การพัฒนาที่สำคัญอีกประเด็น ได้แก่ การนำผลจากการดำเนินงานไปปรับปรุงแก้ไขเพื่อการพัฒนาให้ดีขึ้นซึ่งจากผลการศึกษานี้ พบว่า สำนักงานกีฬานำผลจากการดำเนินงานไปปรับปรุงแก้ไขเพื่อการพัฒนาให้ดีขึ้นโดยเฉพาะด้านเทคโนโลยีทางกีฬา ผลการพัฒนาอยู่ในระดับมาก ทั้งโดยรวมและรายด้าน องค์ความรู้ทางด้านเทคโนโลยีสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนานักกีฬาได้ ซึ่งทำได้ด้วยการสร้างเครื่องมือ อุปกรณ์สนาม และอุปกรณ์ที่ใช้เพื่อการแข่งขันเพื่อช่วยเพิ่มขีดความสามารถให้กับนักกีฬา ดังผลการศึกษาของ อภิวัฒน์ ปานทอง และคณะ (2560) พบว่า การนำเทคโนโลยีมาช่วยในการฝึกซ้อมจะสามารถช่วยตรวจสอบ ปรับปรุง และแก้ไขข้อผิดพลาดได้ เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Cheng (1993) รายงานว่า หลักวิทยาศาสตร์การกีฬาถูกนำมาใช้ในการรักษาการบาดเจ็บที่เกิดจากการกีฬา รวมถึงยังถูกนำไปใช้ประโยชน์ร่วมกับระบบคอมพิวเตอร์ในการจัดการโปรแกรมสำหรับนันทนาการและการกีฬาได้ ทั้งนี้ผู้ฝึกสอนจะต้องหมั่นตรวจสอบสภาพสิ่งแวดล้อมเนื่องจากอาจมีบางสิ่งอาจเกิดขึ้นโดยไม่คาดคิดและจะนำมาซึ่งการบาดเจ็บของนักกีฬา รวมไปถึงการเสริมสร้างพัฒนาและสอดแทรกหลักจิตวิทยาให้นักกีฬาเป็นคนดี มีน้ำใจนักกีฬา มีคุณธรรมและจริยธรรมการกีฬาและเน้นการสร้างความสามัคคีเป็นสำคัญ โดยเสนอแนวทางของการปรับปรุงแก้ไข คือ การนำผลการประเมินย้อนหลังกลับไปปรับปรุงแก้ไขการทำงานเพื่อให้เกิดการพัฒนานักกีฬาและก้าวสู่ความเป็นเลิศได้ ดังที่ Arian, Mortazavi, TabatabaiChehr, Navipour and Vanaki (2016) กล่าวว่า การทำงานในแบบครบวงจรที่ครอบคลุมตั้งแต่กำหนดการทำงาน การควบคุม รวมถึงการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามแผนงาน หรือนำเอาแผนที่ได้กำหนดไว้ไปปฏิบัติโดยมีการควบคุม การกำกับ การตรวจสอบ และการติดตามประเมินผลจะช่วยให้การบริหารของหน่วยงานนั้นมีการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. จากการวิจัยนี้ควรนำวิธีการศึกษาสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ มาเป็นทิศทางสำหรับพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ 5 ด้าน ประกอบด้วย การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา เวชศาสตร์การกีฬา จิตวิทยาการกีฬา โภชนาการทางการกีฬา และเทคโนโลยีทางการกีฬา ได้อย่างรอบด้าน และ

สอดคล้องกับทฤษฎีในการควบคุมคุณภาพ PDCA

2. แนวทางจากการวิจัยนี้ควรนำไปประยุกต์ใช้เพื่อกำหนดทิศทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาได้อย่างชัดเจน และมีประสิทธิภาพตามหลักการของ PDCA

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาปัญหาที่ส่งผลต่อการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬาในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคอื่น ๆ ของประเทศไทยที่อาจส่งผลดีต่อการกำหนดทิศทางการพัฒนานักกีฬาในทุกภูมิภาคให้มีความชัดเจนและมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับหลักการจัดการกีฬา

บรรณานุกรม

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2560). **แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6** (พ.ศ. 2560 -2564). กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูถัมภ์.

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2561). **พระราชบัญญัตินโยบายการกีฬาแห่งชาติ.** กรุงเทพฯ: กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.

การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2560). **แผนยุทธศาสตร์สร้างกีฬาไทยสู่ความเป็นเลิศ.** (พ.ศ. 2560 - 2564). กรุงเทพฯ: กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.

กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเทียวและกีฬา. (2556). **จิตวิทยาการกีฬา.** กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูถัมภ์.

กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2557). **ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาครบรอบ 48 ปี.** กรุงเทพฯ: ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา. สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา สำนักงาพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.

กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2558) **การฝึกความแข็งแรงรูปแบบ Functional Training สำหรับนักกีฬา.** พิมพ์ที่ : โรงพิมพ์วีรวรรณ พริ้นติ้งค์ แอนด์ แพ็คเก็จจิ้ง ฉบับปรับปรุงใหม่.-- กรุงเทพฯ :

กัลยา กิจบุญชู. (2559). **เอกสารประกอบการอบรมผู้ฝึกสอนกีฬา.** วารสารโภชนาการ ปีที่ : 43 ฉบับที่ : 3 เลขหน้า : 39-45

โกศล รอดมา. (2557). **ยุทธศาสตร์ของศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันการพลศึกษา** วารสารวิชาการสถาบันการพลศึกษา ปีที่ 6 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม-สิงหาคม 2557

เจริญ กระบวนรัตน์. (2559). **หลักการพิจารณาความหนักที่เหมาะสมในการฝึก.** วารสารคณะพลศึกษา. ปีที่ 19 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม 2559

จักรพงษ์ ชุบไธสง. (2552). **การศึกษาสภาพและปัญหาการดำเนินงานด้านกีฬาของเทศบาลในประเทศไทย.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จรูญศักดิ์ พันธวิศิษฏ์ และ คณะ. (2557). **การทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬามหาวิทยาลัยขอนแก่น ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย “มอดินแดง เกมส์”**. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ปีที่ 37 ฉบับที่ 2 เมษายน-กรกฎาคม 2557, หน้า 38-50.

ชาญชัย โพธิ์คลัง. (2557). **หลักพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ในการฝึกกีฬา**. พิมพ์ครั้งที่: 5. กรุงเทพฯ: โอ เอส พริ้นติ้ง เฮาส์.

ทินกร ชอัมพงษ์ สายทิตย์ ยะฟู และ นันทิยา น้อยจันทร์. (2561). **การพัฒนารูปแบบการบริหารงานกีฬาแบบมีส่วนร่วมของมหาวิทยาลัยราชภัฏ.** ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิตสาขาวิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ วารสารมหาจุฬาวิชาการ ปีที่ 5 ฉบับพิเศษ

ทวีศักดิ์ เพียรแท้. (2557). **การวิเคราะห์เกมส์** (Games Analysis). มหาวิทยาลัยมหิดล.

ธิรตา ภาสะวนิช. (2559). **จิตวิทยาการกีฬา** PED4303. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

บุญชม ศรีสะอาด. (2532). วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่: 6. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาสน์การพิมพ์.

พิชายุต วงศ์สุกฤต. (2560). **ประโยชน์ของกระบวนการทำงานด้วยระบบ PDCA.** กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พิชิตฤทธิ์ จรูญ. (2547). **ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์.** กรุงเทพฯ: House of Kermis

พฤกษศาสตร์ ลาพุทธา. (2557). **แนวทางการพัฒนาการบริหารจัดการกีฬาจักรยานเพื่อความเป็นเลิศของสมาคมกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกาลังกายและการกีฬา, คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา.

พรสรรค์ สระภักดิ์. (2556). **ระบบการจัดการฝึกซ้อมของนักกีฬาวอลเลย์บอลในศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี.** กองส่งเสริมวิชาการฝ่ายโรงเรียน: สถาบันการพลศึกษา.

เพ็ญนภา พูลสวัสด์. (2558). **ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการบริหารจัดการสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย**, วิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ไพศาล จันทรพิทักษ์. (2557). **การนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการแข่งขันกีฬาระดับนานาชาติ.** เข้าถึงได้จาก http://www.bangkokhealth.com/health/article.

พงศกร ทองอุดม. (2558). **ประเภทของสมรรถภาพทางกาย**. เข้าถึงได้จากhttp://thn23477777 strength. blogspot.com/2015/01/blog-post.html

ภานุพงษ์ จำปา และ ชนินทร์ชัย อินทิราภรณ์. (2556). **การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา.** วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ ปีที่ 14 ฉบับที่ 3 หน้าที่ 1-193.

ภูษณพาส สมนิล. (2558). **วิชาจิตวิทยาการกีฬาและการออกกำลังกาย.** อุดรธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี.

ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ. (2561). **ประเด็นยุทธศาสตร์ เป้าประสงค์ ตัวชี้วัด และกลยุทธ์.** กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ.

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2558). **วิทยาศาสตร์กับกีฬา.** พิมพ์ครั้งที่ 7 กรุงเทพฯ: บริษัทสำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.

ไวพจน์ จันทร์เสม .(2558). **วิทยาศาสตร์การกีฬากับการพัฒนาการกีฬา**. วารสารวิชาการสถาบันการพลศึกษา, ปีที่ 7 ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน 2558, หน้า 235-239.

ศิริชัย เปรมกาญจนา. (2555). **PDCA**.(Online).http://th.wikipedia.org/wiki/PDCA,

ศรุติ เดชวิถี. (2555).**การจัดการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในมหาวิทยาลัย**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต,การจัดการทางการกีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุทัศน์ ยกส้าน. (2560). **บทบาทของวิทยาศาสตร์ในการเพิ่มความสามารถของนักกีฬา** สืบค้นเมื่อวันที่ 20 พฤษภาคม 2562. จาก https://mgronline.com/science/detail.

สุเทพ เมยไธสง และคณะ. (2554). **การพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุเพื่อการบริหารความเป็นเลิศทางการกีฬาของนักเรียนโรงเรียนกีฬา.** ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ.

สุพิช จันทะสิทธิ์. (2555). **รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนกีฬาที่มีประสิทธิผล สังกัดสถาบันการพลศึกษา.** อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.

สุรินทร์ รอดเมือง และอธิพัชร์ ดาดี. (2552). **นโยบายและโครงการพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์เพื่อความเป็นเลิศ.** กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์.

สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา. (2560). **ปัจจัยสู่ความสำเร็จของนักกีฬา.** สืบค้นเมื่อวันที่ 20 พฤษภาคม 2562. จาก http://sportscience.dpe.go.th/.

อภิชาต อ่อนสร้อย. (2558). **วิทยาศาสตร์การกีฬา** . พิมพ์ครั้งที่: 1. ปทุมธานี : รันทูวิชั่นส์.

อภิวัฒน์ ปานทอง อริญชย์ พรหมเทพ นพรักษ์ แกสมาน วีรวัฒน์ คำแสนพันธ์ จีรวัฒน์ สัทธรรม. (2560). **การวางแผนระยะยาวสำหรับพัฒนานักกีฬา**. วารสารบัณฑิตศึกษา,14 (64),15-22.

อัษ แสนภักดี. (2558). **รูปแบบของปัจจัยด้านการบริหารที่ส่งผลต่อประสิทธิผลของกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ.** ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.

อาพัทธ์ เตียวตระกูล. (2555). **รูปแบบการจัดการนิสิตนักศึกษาที่มีความสามารถพิเศษทางกีฬาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ.** วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยศิลปกร กลุ่มมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์: 381-398.

อาพัทธ์ เตียวตระกูล. (2556).**การศึกษาสภาพปัญหาแนวการแก้ไขและแนวทางพัฒนาการจัดการชมรมกีฬาเพื่อพัฒนานิสิตของมหาวิทยาลัยนเรศวร**. วารสารศึกษาศาสตร์,5(4), 105-113.

องอาจ นัยพัฒน์. (2551). **การออกแบบการวิจัย : วิธีการเชิงปริมาณ เชิงคุณภาพ และผสมผสานวิธีการ**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อำพร ศรียาภัย สุพิตร สมาหิโต และพงษ์ศักดิ์ สวัสดิเกียรติ. (2557). **การจัดการกีฬาในสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนากีฬาชาติ**. วารสารสมาคม การจัดการกีฬาแห่งประเทศไทย, 4(1), 35-50.

Arian, M., Mortazavi, H., TabatabaiChehr, M., Navipour, H., & Vanaki, Z. (2016). **Institutionalizing the educational role of nurses by Deming cycle** (PDCA). Quarterly Journal of Nursing Management, 4(4), 45-57.

Balyi, I. Way, R., & Higgs, C. (2013).**Long-Term Athlete Development**. Champaign, Illinois Human Kinetics.

Beck, B. R., Daly, R. M., Singh, M. A. F., & Taaffe, D. R. (2017). **Exercise and Sports Science Australia (ESSA) position statement on exercise prescription for the prevention and management of osteoporosis.** Journal of science and medicine in sport, 20(5), 438-445.

Casals, M., & Finch, C. F. (2017). Sports Biostatistician: a critical member of all sports science and medicine teams for injury prevention. **Injury prevention,** 23(6), 423-427.

Cheng, C. F. (1993). **Competency assessment in sport management for the republic of Chaina (Taiwan)**, Dissertation Abstract International, 4, 151.

Cooper, R. A., Cooper, R., & Susmarski, A. (2018). **Wheelchair sports technology and biomechanics.** In Adaptive Sports Medicine (pp. 21-34). Springer, Cham.

Deming, W. Edwards (1986). **Out of the Crisis.** MIT Center for Advanced Engineering Study.

Drucker, Peter F. (2005). **The effective executive. Australia** : Wadsworth

Dudin, M., Frolova, E., Gryzunova, N., & Shuvalova, E. (2015). **The Deming Cycle (PDCA) concept as an efficient tool for continuous quality improvement in the agribusiness.** Asian Social Science, 11(1), 239-246.

Espinosa, H. G., Lee, J., & James, D. A. (2015). **THE INERTIAL SENSOR: A BASE PLATFORM FOR WIDER ADOPTION IN SPORTS SCIENCE APPLICATIONS.** Journal of Fitness Research, 4(1).

Fink, H. H., & Mikesky, A. E. (2017). **Practical applications in sports nutrition.** Jones & Bartlett Learning.

Goff, B. (2000). **Effects of University athletics on the University; Review and Extension of empirical assessment.** Journal of Sport Management, 14(2): 85-104

Guidotti, T. (2018). **1144 Continuous quality improvement (cqi) as an alternative to standard setting: the deming cycle (pdca) approach to achieving risk reduction.**

Ishikawa Diagram. (2009). **De la management la guvernareprinrisc.** Bucharest: UTI Press &Detectiv.

Jagusiak-Kocik, M. (2017**). PDCA cycle as a part of continuous improvement in the production company-a case study**. Production Engineering Archives, 14.

Jason Gulbin. (2013). **Patterns of performance development in elite athletes.** European Journal of Sport Science, 2013

Johnson, C. N. (2016). **The benefits of PDCA**. Quality Progress, 49(1), 45.

Kang, D. H., Zhou, Z. T., & Shi, W. J. (2018). **Application of PDCA cycle in emergency deployment of defibrillator**. China Medical Equipment, 15(3), 113-116.

Kreider, R. B., Kalman, D. S., Antonio, J., Ziegenfuss, T. N., Wildman, R., Collins, R., ... & Lopez, H. L. (2017). **International Society of Sports Nutrition position stand: safety and efficacy of creatine supplementation in exercise, sport, and medicine**. Journal of the International Society of Sports Nutrition, 14(1), 18.

Mesianna Simbolon (2020). **The Relationship Among Organizational Stressor, Social Support, and Sports Performance on Athletes Achievements.** 4th International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2019) 152-156

Ministry of tourism and sports (2011). **Strategic ministry of tourism and sports 2012-2016.** Bangkok.

Perrey, S., & Ferrari, M. (2018). **Muscle oximetry in sports science: a systematic review.** Sports Medicine, 48(3), 597-616.

Rein, R., & Memmert, D. (2016**). Big data and tactical analysis in elite soccer: future challenges and opportunities for sports science.** SpringerPlus, 5(1), 1410.

Silva, A. S., Medeiros, C. F., & Vieira, R. K. (2017). **Cleaner Production and PDCA cycle: Practical application for reducing the Cans Loss Index in a beverage company.** Journal of cleaner production, 150, 324-338.

Sinha, S. (2019). **Celebrating Sports Technology Awards.** IEEE Potentials, 38(3), 35-38.

Swann, C., Moran, A., & Piggott, D. (2015). **Defining elite athletes: Issues in the study of expert performance in sport psychology.** Psychology of Sport and Exercise, 16, 3-14.

Wagstaff, C. R. D., Gilmore, S., & Thelwell, R. C. (2015). **Sport medicine and sport science practitioners' experiences of organizational change.** Scandinavian journal of medicine & science in sports, 25(5), 685-698.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โกศล รอดมา

   อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตเพชรบูรณ์

2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระวัฒน์ สุขีสาร

   อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตเพชรบูรณ์

3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณวิสา บุญมาก

   อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศิลปากร

4. รองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชย

   อาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา สาขาการจัดการกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

5. รองศาสตราจารย์ ดร.เทียมจันทร์ พานิชย์ผลินไชย

   คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ภาคผนวก ข

แบบแสดงความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิที่มีต่อแบบสอบถามงานวิจัย

เรื่อง สภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
ของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

คำชี้แจง

แบบประเมินความเที่ยงตรง (IOC) ของเครื่องมือการวิจัยเรื่องสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ เพื่อประเมินความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญที่มีต่อข้อคำถาม มีความเหมาะสมในการนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวมข้อมูลในการวิจัย ซึ่งจะประเมินความเที่ยงตรง โดยได้กำหนดเกณฑ์ความเที่ยงตรง ดังนี้

+1 = แน่ใจว่าคำถามมีความเหมาะสม

0 = ไม่แน่ใจว่าคำถามมีความเหมาะสมหรือไม่

+1 = แน่ใจว่าคำถามไม่มีความเหมาะสม

โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นของท่านว่าข้อความมีความสอดคล้องหรือถูกต้องเพียงใด พร้อมเขียนข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการนำไปพิจารณาปรับปรุงต่อไป

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ	ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
	เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
	+ 1	0	- 1	
1. เพศ ( ) 1. ชาย ( ) 2. หญิง				
2. อายุ ( ) 1. ต่ำกว่า 20 ปี ( ) 4. 40-49 ปี ( ) 2. 20-29 ปี ( ) 5. 50 ปีขึ้นไป ( ) 3. 30-39 ปี				
3. ระดับการศึกษา ( ) 1. ต่ำกว่าปริญญาตรี ( ) 2. ปริญญาตรี หรือเทียบเท่า ( ) 3. ปริญญาโท ( ) 4. สูงกว่าปริญญาโทขึ้นไป				
4. รายได้ต่อเดือน ( ) 1. ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท ( ) 2. 10,001 – 20,000 บาท ( ) 3. 20,001 – 30,000 บาท ( ) 4. 30,001 – 40,000 บาท ( ) 5. 40,000 บาทขึ้นไป				
5. สถานะ ( ) 1. ผู้เชี่ยวชาญกีฬา ( ) 2. นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ				

ส่วนที่ 2 กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย					
1.1	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา				
1.2	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความอดทนของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา				
1.3	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างพลังกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา				
1.4	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความเร็วให้กับนักกีฬา				
1.5	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความคล่องแคล่วว่องไวให้กับนักกีฬา				
1.6	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายให้กับนักกีฬา				
1.7	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความอ่อนตัวให้กับนักกีฬา				
1.8	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความอดทนของการไหลเวียนโลหิตให้กับนักกีฬา				
2. เวชศาสตร์การกีฬา					
2.1	มีการวางแผนการตรวจร่างกายทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
2.2	มีการวางแผนการนวดทางกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				

กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
2.3	มีการวางแผนการป้องกันการบาดเจ็บทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
2.4	มีการวางแผนการบำบัดรักษาการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
2.5	มีการวางแผนการฟื้นฟูร่างกายหลังเกิดการบาดเจ็บจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
3. จิตวิทยาการกีฬา					
3.1	มีการวางแผนการสร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้นและสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกันให้กับนักกีฬา				
3.2	มีการวางแผนการจัดการความเครียด และการลดความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา				
3.3	มีการวางแผนการสร้างคุณธรรมจริยธรรมและความสามัคคีร่วมกันให้กับนักกีฬา				
3.4	มีการวางแผนพัฒนาทักษะขีดความสามารถทางกายและจิตใจให้กับนักกีฬา				
3.5	มีการวางแผนการสร้างจินตภาพ การจัดระดับความ คิด และการควบคุมตนเองให้กับนักกีฬา				
4. โภชนาการทางการกีฬา					
4.1	มีการวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาด้านพลังงานและอาหารที่จำเป็นแก่นักกีฬาอย่างเพียงพอตามความต้องการของนักกีฬา				

กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
4.2	มีการวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการฝึกซ้อมให้กับนักกีฬา				
4.3	มีการวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
4.4	มีการวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายหลังการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
4.5	มีการวางแผนส่งเสริมความรู้ทางด้านโภชนาการสำหรับนักกีฬาให้กับโค้ชหรือผู้ฝึกสอน				
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา					
5.1	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาใช้พัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทักษะทางกายให้กับนักกีฬา				
5.2	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาใช้แก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องเพื่อศักยภาพและประสิทธิภาพทักษะทางกายให้กับนักกีฬา				
5.3	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาใช้วิเคราะห์ข้อมูล ประเมินผล และรายงานผลการแข่งขัน				
5.4	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัยมาช่วยเพิ่มขีดความสามารถให้กับนักกีฬา				
5.5	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัยมาช่วยสนับสนุนเพื่อให้ได้เปรียบคู่แข่งขัน				

ส่วนที่ 3 กระบวนการวางแผน (Do) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

กระบวนการวางแผน (Do) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย					
1.1	มีการพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน				
1.2	มีการพัฒนาความอดทนของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน				
1.3	มีการพัฒนาการเสริมสร้างพลังกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน				
1.4	มีการพัฒนาการเสริมสร้างความเร็วให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน				
1.5	มีการพัฒนาความคล่องแคล่วว่องไวให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน				
1.6	มีการพัฒนาสัดส่วนของร่างกายให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน				
1.7	มีการพัฒนาความอ่อนตัวของร่างกายให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน				
1.8	มีการพัฒนาความอดทนของการไหลเวียนโลหิตให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน				
2. เวชศาสตร์การกีฬา					
2.1	มีการตรวจร่างกายนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
2.2	มีการนวดทางกีฬาให้กับนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันอย่างเคร่งครัดและวิธีการที่ถูกต้อง				

กระบวนการวางแผน (Do) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
2.3	มีการป้องกันการบาดเจ็บทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
2.4	มีการบำบัดรักษาการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อม และการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
2.5	มีการบำบัดฟื้นฟูการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อม และการแข่งขันให้กับนักกีฬาให้สามารถกลับมาเล่นได้เหมือนเดิม				
3. จิตวิทยาการกีฬา					
3.1	มีการสร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้น และสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกันให้กับนักกีฬาด้วยวิธีการที่ถูกต้อง				
3.2	มีการจัดการความเครียดและลดความวิตกกังวลให้กับนักกีฬาด้วยวิธีการที่ถูกต้องทุกสถานการณ์				
3.3	มีการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และความสามัคคีร่วมกันให้กับนักกีฬาด้วยวิธีการที่ถูกต้อง				
3.4	มีการพัฒนาขีดความสามารถทางกายและจิตใจให้กับนักกีฬาให้มีความสมดุลและสอดคล้อง				
3.5	มีการพัฒนาการควบคุมอารมณ์ จินตภาพ และการจัดระดับความคิดของตนเองให้กับนักกีฬา				

กระบวนการวางแผน (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
4. โภชนาการทางการกีฬา					
4.1	ได้รับโภชนาการทางกีฬาด้านอาหารและพลังงานที่จำเป็นเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย				
4.2	ได้รับโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่อง				
4.3	ได้รับโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง				
4.4	ได้รับโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายหลังการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง				
4.5	โค้ชหรือผู้ฝึกสอนได้รับการอบรมเพื่อให้มีความรู้ด้านโภชนาการสำหรับนักกีฬา				
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา					
5.1	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา				
5.2	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องเพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา				
5.3	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาเข้ามาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประเมินผล และรายงานผลการแข่งขันได้ถูกต้องและรวดเร็ว				
5.4	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัยมาพัฒนาขีดความสามารถให้กับนักกีฬา				
5.5	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัยมาสนับสนุนการแข่งขันเพื่อให้นักกีฬาได้เปรียบคู่แข่งขัน				

ส่วนที่ 4 กระบวนการวางแผน (Check) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

กระบวนการวางแผน (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย					
1.1	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา				
1.2	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความอดทนของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา				
1.3	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างพลังกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา				
1.4	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความเร็วให้กับนักกีฬา				
1.5	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความคล่องแคล่วว่องไวให้กับนักกีฬา				
1.6	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายให้กับนักกีฬา				
1.7	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความอ่อนตัวให้กับนักกีฬา				
1.8	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความอดทนของการไหลเวียนโลหิตให้กับนักกีฬา				
2. เวชศาสตร์การกีฬา					
2.1	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการตรวจร่างกายนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				

กระบวนการวางแผน (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
2.2	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนวดทางกีฬาให้กับนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันอย่างเคร่งครัดและวิธีการที่ถูกต้อง				
2.3	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการป้องกันการบาดเจ็บทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
2.4	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการบำบัดรักษา การบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
2.5	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านบำบัดฟื้นฟูการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา				
3. จิตวิทยาการกีฬา					
3.1	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านสร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้น และสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกันให้กับนักกีฬา				
3.2	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการจัดการความ เครียดและลดความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา				
3.3	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และความสามัคคีร่วมกันให้กับนักกีฬา				

กระบวนการวางแผน (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
3.4	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาขีดความสามารถทางกายและจิตใจให้กับนักกีฬา				
3.5	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาการควบคุมอารมณ์ จินตภาพ และการจัดระดับความคิดของตนเองให้กับนักกีฬา				
4. โภชนาการทางการกีฬา					
4.1	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านอาหารและพลังงานที่จำเป็นเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย				
4.2	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการฝึกซ้อม				
4.3	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขัน				
4.4	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายหลังการแข่งขัน				
4.5	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการการอบรมความรู้ด้านโภชนาการสำหรับนักกีฬาของโค้ชหรือผู้ฝึกสอน				

กระบวนการวางแผน (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา					
5.1	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา				
5.2	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องเพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา				
5.3	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านนำเทคโนโลยีทางการกีฬาเข้ามาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประเมินผล และรายงานผลการแข่งขัน				
5.4	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยี ที่ทันสมัยมาพัฒนาขีดความสามารถให้กับนักกีฬา				
5.5	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาสนับสนุนการแข่งขันเพื่อให้นักกีฬาได้เปรียบคู่แข่งขัน				

ส่วนที่ 5 กระบวนการวางแผน (Act) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

กระบวนการวางแผน (Act) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย					
1.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
1.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความอดทนของกล้ามเนื้อมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
1.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างพลังกล้ามเนื้อมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
1.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความเร็วมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
1.5	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความคล่องแคล่วว่องไวมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
1.6	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
1.7	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความอ่อนตัวมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
1.8	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความอดทนของการไหลเวียนโลหิตมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				

กระบวนการวางแผน (Act) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
2. เวชศาสตร์การกีฬา					
2.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการตรวจร่างกายนักกีฬามาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
2.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนวดทางกีฬา มาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
2.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการป้องกันการบาดเจ็บมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
2.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการบำบัดรักษาการบาดเจ็บมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
2.5	มีการนำผลการดำเนินงานด้านบำบัดฟื้นฟูการบาดเจ็บมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
3. จิตวิทยาการกีฬา					
3.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการสร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้น และสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
3.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการจัดการความเครียดและลดความวิตกกังวลมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
3.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และความสามัคคีร่วมกันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
3.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการพัฒนาขีดความสามารถทางกายและจิตใจมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
3.5	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการพัฒนา การควบคุมอารมณ์ จินตภาพ และการจัดระดับความคิดของตนเองมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				

กระบวนการวางแผน (Act) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
4. โภชนาการทางการกีฬา					
4.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านอาหารและพลังงาน ที่จำเป็นเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
4.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านโภชนาการทางกีฬา ที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการฝึกซ้อมมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
4.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านโภชนาการทางกีฬา ที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
4.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านโภชนาการทางกีฬา ที่จำเป็นต่อร่างกายหลังการแข่งขันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
4.5	มีการนำผลจากการอบรมความรู้โภชนาการทางกีฬาของโค้ชหรือผู้ฝึกสอนมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา					
5.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
5.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่อง เพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกาย มาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				

กระบวนการวางแผน (Act) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ			
		เหมาะสม	ไม่แน่ใจ	ไม่เหมาะสม	ข้อเสนอแนะ
		+ 1	0	- 1	
5.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านนำเทคโนโลยีทางการกีฬาเข้ามาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประเมินผล และรายงานผลการแข่งขันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา				
5.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยี ที่ทันสมัยมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนาพัฒนาขีดความสามารถให้กับนักกีฬา				
5.5	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยี ที่ทันสมัยมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนาเพื่อให้นักกีฬาได้เปรียบคู่แข่งขัน				

ส่วนที่ 6 ข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงของท่าน

....

....

....

"ขอขอบพระคุณที่ท่านให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี"

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
เรื่อง สภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬา
ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา
ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

คำชี้แจง

แบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพและแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ โดยแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 6 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

ส่วนที่ 3 กระบวนการปฏิบัติ (Do) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

ส่วนที่ 4 กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

ส่วนที่ 5 กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

ส่วนที่ 6 ข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้ จะนำไปพัฒนาแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ ดังนั้น ผู้วิจัยขอความกรุณาท่านได้โปรดตอบให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ ที่นี้ด้วย

ผู้วิจัย

พัชรินทร์ ปาวะลี

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดกรอกเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงของท่าน

1. เพศ

( ) 1. ชาย ( ) 2. หญิง

2. อายุ

( ) 1. ต่ำกว่า 20 ปี
( ) 2. 20-29 ปี
( ) 3. 30-39 ปี
( ) 4. 40-49 ปี
( ) 5. 50 ปีขึ้นไป

3. ระดับการศึกษา

( ) 1. ต่ำกว่าปริญญาตรี
( ) 2. ปริญญาตรี
( ) 3. ปริญญาโท
( ) 4. ปริญญาเอก

4. รายได้ต่อเดือน

( ) 1. ต่ำกว่า 10,000 บาท
( ) 2. 10,001 – 20,000 บาท
( ) 3. 20,001 – 30,000 บาท
( ) 4. 30,001 – 40,000 บาท
( ) 5. 40,001 บาทขึ้นไป

5. สถานะ

( ) 1. ผู้เชี่ยวชาญกีฬา
( ) 2. นักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

<u>ระดับความคิดเห็น</u>

ระดับความคิดเห็นมากที่สุด	หมายถึง	5
ระดับความคิดเห็นมาก	หมายถึง	4
ระดับความคิดเห็นปานกลาง	หมายถึง	3
ระดับความคิดเห็นน้อย	หมายถึง	2
ระดับความคิดเห็นน้อยที่สุด	หมายถึง	1

ส่วนที่ 2 กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อความเป็นเลิศ

คำชี้แจง โปรดกรอกเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงของท่าน

กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย						
1.1	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา					
1.2	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความอดทนของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา					
1.3	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างพลังกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา					
1.4	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความเร็วให้กับนักกีฬา					
1.5	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความคล่องแคล่วว่องไวให้กับนักกีฬา					
1.6	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายให้กับนักกีฬา					
1.7	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความอ่อนตัวให้กับนักกีฬา					
1.8	มีการวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างความอดทนของการไหลเวียนโลหิตให้กับนักกีฬา					
2. เวชศาสตร์การกีฬา						
2.1	มีการวางแผนการตรวจร่างกายทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
2.2	มีการวางแผนการนวดทางกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					

กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
2.3	มีการวางแผนการป้องกันการบาดเจ็บทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
2.4	มีการวางแผนการบำบัดรักษาการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
2.5	มีการวางแผนการฟื้นฟูร่างกายหลังเกิดการบาดเจ็บจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
3. จิตวิทยาการกีฬา						
3.1	มีการวางแผนการสร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้น และสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกันให้กับนักกีฬา					
3.2	มีการวางแผนการจัดการความเครียด และการลดความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา					
3.3	มีการวางแผนการสร้างคุณธรรมจริยธรรมและความสามัคคีร่วมกันให้กับนักกีฬา					
3.4	มีการวางแผนพัฒนาทักษะขีดความสามารถทางกายและจิตใจให้กับนักกีฬา					
3.5	มีการวางแผนการสร้างจินตภาพ การจัดระดับความคิด และการควบคุมตนเองให้กับนักกีฬา					
4. โภชนาการทางการกีฬา						
4.1	มีการวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาด้านพลังงานและอาหารที่จำเป็นแก่นักกีฬาอย่างเพียงพอตามความต้องการของนักกีฬา					
4.2	มีการวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการฝึกซ้อมให้กับนักกีฬา					

คำชี้แจง โปรดกรอกเครื่องหมาย ✓ ในช่อง (   ) หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงของท่าน

กระบวนการวางแผน (Plan) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
4.3	มีการวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
4.4	มีการวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายหลังการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
4.5	มีการวางแผนส่งเสริมความรู้ทางด้านโภชนาการสำหรับนักกีฬาให้กับโค้ชหรือผู้ฝึกสอน					
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา						
5.1	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาใช้พัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทักษะทางกายให้กับนักกีฬา					
5.2	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาใช้แก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องเพื่อศักยภาพและประสิทธิภาพทักษะทางกายให้กับนักกีฬา					
5.3	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาใช้วิเคราะห์ข้อมูล ประเมินผล และรายงานผลการแข่งขัน					
5.4	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัย มาช่วยเพิ่มขีดความสามารถให้กับนักกีฬา					
5.5	มีการวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัย มาช่วยสนับสนุนเพื่อให้ได้เปรียบคู่แข่งขัน					

ส่วนที่ 3 กระบวนการปฏิบัติ (Do) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา
เพื่อความเป็นเลิศ

คำชี้แจง โปรดกรอกเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงของท่าน

กระบวนการปฏิบัติ (Do) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย						
1.1	มีการพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา ตามระบบขั้นตอน					
1.2	มีการพัฒนาความอดทนของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา ตามระบบขั้นตอน					
1.3	มีการพัฒนาการเสริมสร้างพลังกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา ตามระบบขั้นตอน					
1.4	มีการพัฒนาการเสริมสร้างความเร็วให้กับนักกีฬา ตามระบบขั้นตอน					
1.5	มีการพัฒนาความคล่องแคล่วว่องไวให้กับนักกีฬา ตามระบบขั้นตอน					
1.6	มีการพัฒนาสัดส่วนของร่างกายให้กับนักกีฬา ตามระบบขั้นตอน					
1.7	มีการพัฒนาความอ่อนตัวของร่างกายให้กับนักกีฬา ตามระบบขั้นตอน					
1.8	มีการพัฒนาความอดทนของการไหลเวียนโลหิต ให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน					
2. เวชศาสตร์การกีฬา						
2.1	มีการตรวจร่างกายนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อม และการแข่งขันให้กับนักกีฬา					

กระบวนการปฏิบัติ (Do) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
2.2	มีการนวดทางกีฬาให้กับนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันอย่างเคร่งครัดและวิธีการที่ถูกต้อง					
2.3	มีการป้องกันการบาดเจ็บทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
2.4	มีการบำบัดรักษาการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
2.5	มีการบำบัดฟื้นฟูการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬาให้สามารถกลับมาเล่นได้เหมือนเดิม					
3. จิตวิทยาการกีฬา						
3.1	มีการสร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้น และสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกันให้กับนักกีฬาด้วยวิธีการที่ถูกต้อง					
3.2	มีการจัดการความเครียดและลดความวิตกกังวลให้กับนักกีฬาด้วยวิธีการที่ถูกต้องทุกสถานการณ์					
3.3	มีการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และความสามัคคีร่วมกันให้กับนักกีฬาด้วยวิธีการที่ถูกต้อง					
3.4	มีการพัฒนาขีดความสามารถทางกายและจิตใจให้กับนักกีฬาให้มีความสมดุลและสอดคล้อง					
3.5	มีการพัฒนาการควบคุมอารมณ์ จินตภาพ และ การจัดระดับความคิดของตนเองให้กับนักกีฬา					
4. โภชนาการทางการกีฬา						
4.1	ได้รับโภชนาการทางกีฬาด้านอาหารและพลังงานที่จำเป็นเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย					
4.2	ได้รับโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่อง					

กระบวนการปฏิบัติ (Do) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
4.3	ได้รับโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง					
4.4	ได้รับโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายหลังการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง					
4.5	โค้ชหรือผู้ฝึกสอนได้รับการอบรมเพื่อให้มีความรู้ด้านโภชนาการสำหรับนักกีฬา					
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา						
5.1	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา					
5.2	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องเพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา					
5.3	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาเข้ามาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประเมินผล และรายงานผลการแข่งขันได้ถูกต้องและรวดเร็ว					
5.4	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัยมาพัฒนาขีดความสามารถให้กับนักกีฬา					
5.5	มีการนำเทคโนโลยีทางการกีฬาที่ทันสมัยมาสนับสนุนการแข่งขันเพื่อให้นักกีฬาได้เปรียบคู่แข่งขัน					

ส่วนที่ 4 กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

คำชี้แจง โปรดกรอกเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงของท่าน

กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย						
1.1	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา					
1.2	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความอดทนของกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา					
1.3	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างพลังกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา					
1.4	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความเร็วให้กับนักกีฬา					
1.5	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความคล่องแคล่วว่องไวให้กับนักกีฬา					
1.6	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายให้กับนักกีฬา					
1.7	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความอ่อนตัวให้กับนักกีฬา					
1.8	มีการตรวจสอบการเสริมสร้างความอดทนของการไหลเวียนโลหิตให้กับนักกีฬา					
2. เวชศาสตร์การกีฬา						
2.1	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการตรวจร่างกายนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					

กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
2.2	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนวดทางกีฬาให้กับนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันอย่างเคร่งครัดและวิธีการที่ถูกต้อง					
2.3	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการป้องกันการบาดเจ็บทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
2.4	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการบำบัดรักษาการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
2.5	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านบำบัดฟื้นฟูการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา					
3. จิตวิทยาการกีฬา						
3.1	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านสร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้น และสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกันให้กับนักกีฬา					
3.2	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการจัดการความเครียดและลดความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา					
3.3	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และความสามัคคีร่วมกันให้กับนักกีฬา					
3.4	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาขีดความสามารถทางกายและจิตใจให้กับนักกีฬา					
3.5	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาการควบคุมอารมณ์ จินตภาพ และการจัดระดับความคิดของตนเองให้กับนักกีฬา					

กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
4. โภชนาการทางการกีฬา						
4.1	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านอาหารและพลังงานที่จำเป็นเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย					
4.2	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็น ต่อร่างกายระหว่างการฝึกซ้อม					
4.3	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขัน					
4.4	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านโภชนาการทางกีฬา ที่จำเป็นต่อร่างกายหลังการแข่งขัน					
4.5	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการการอบรมความรู้ด้านโภชนาการสำหรับนักกีฬาของโค้ชหรือผู้ฝึกสอน					
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา						
5.1	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา					
5.2	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องเพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา					
5.3	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านนำเทคโนโลยีทางการกีฬาเข้ามาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประเมินผล และรายงานผลการแข่งขัน					
5.4	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาพัฒนาขีดความสามารถให้กับนักกีฬา					

กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
5.5	มีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาสนับสนุนการแข่งขันเพื่อให้นักกีฬาได้เปรียบคู่แข่งขัน					

ส่วนที่ 5 กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

คำชี้แจง โปรดกรอกเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงของท่าน

กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย						
1.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
1.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความอดทนของกล้ามเนื้อมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
1.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างพลังกล้ามเนื้อมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
1.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความเร็วมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
1.5	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความคล่องแคล่วว่องไวมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
1.6	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					

กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1.7	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความอ่อนตัวมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
1.8	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างความอดทนของการไหลเวียนโลหิตมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
2. เวชศาสตร์การกีฬา						
2.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการตรวจร่างกายนักกีฬามาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
2.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนวดทางกีฬามาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
2.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการป้องกันการบาดเจ็บมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
2.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการบำบัดรักษาการบาดเจ็บมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
2.5	มีการนำผลการดำเนินงานด้านบำบัดฟื้นฟูการบาดเจ็บ มาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
3. จิตวิทยาการกีฬา						
3.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการสร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้น และสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกัน มาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
3.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการจัดการความเครียดและลดความวิตกกังวลมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
3.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และความสามัคคีร่วมกันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					

กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
3.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการพัฒนาขีดความสามารถทางกายและจิตใจมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
3.5	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการพัฒนา การควบคุมอารมณ์ จินตภาพ และการจัดระดับความคิดของตนเอง มาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
4. โภชนาการทางการกีฬา						
4.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านอาหารและพลังงานที่จำเป็นเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
4.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการฝึกซ้อมมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
4.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
4.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านโภชนาการทางกีฬา ที่จำเป็นต่อร่างกายหลังการแข่งขันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
4.5	มีการนำผลจากการอบรมความรู้โภชนาการทางกีฬาของโค้ชหรือผู้ฝึกสอนมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
5. เทคโนโลยีทางการกีฬา						
5.1	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					

กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การพัฒนานักกีฬา ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
5.2	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องเพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
5.3	มีการนำผลการดำเนินงานด้านนำเทคโนโลยีทางการกีฬาเข้ามาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประเมินผล และรายงานผลการแข่งขันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา					
5.4	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนาพัฒนาขีดความสามารถให้กับนักกีฬา					
5.5	มีการนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนาเพื่อให้นักกีฬาได้เปรียบคู่แข่งขัน					

ส่วนที่ 6 ข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงของท่าน

....

....

....

....

"ขอขอบพระคุณที่ท่านให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี"

ภาคผนวก ง
แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัย

แบบสัมภาษณ์

แนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

คำชี้แจง แบบสัมภาษณ์นี้เป็นแบบสัมภาษณ์เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ โดยผู้วิจัยได้นำเอาข้อมูลจากกรอบแนวคิดของการวิจัย มาสร้างเป็นแนวคำถามเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

ชื่อ.. นามสกุล...
ตำแหน่ง.. ....

ตอนที่ 2 แนวทางการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของสำนักงานกีฬา ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตภาคเหนือ

1. กระบวนการวางแผน (Plan) การดำเนินงานด้านการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

- ท่านวางแผนพัฒนาการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายให้กับนักกีฬาอย่างไรบ้าง
- ท่านวางแผนพัฒนาทักษะขีดความสามารถทางกายและจิตใจให้กับนักกีฬาอย่างไรบ้าง ในเรื่องของการจัดการความเครียด และการลดความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา
- ท่านวางแผนการสร้างจิตวิทยาทางการกีฬาอย่างไรบ้าง เพื่อการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ความสามัคคี และการควบคุมตนเองร่วมกันให้กับนักกีฬา
- ท่านวางแผนการบำบัดรักษาการบาดเจ็บที่เกิดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬาอย่างไรบ้าง รวมไปถึงหลักเวชศาสตร์ทางการกีฬาที่มีความจำเป็นต่อการพัฒนานักกีฬา

- ท่านวางแผนหลักโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายให้กับนักกีฬาอย่างไรบ้าง
- ท่านวางแผนการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาช่วยเพิ่มขีดความสามารถและสนับสนุนให้กับนักกีฬาอย่างไรบ้าง

2. กระบวนการปฏิบัติ (Do) การดำเนินงานด้านการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

- ท่านพัฒนาความคล่องแคล่วว่องไวและพัฒนาสัดส่วนของร่างกายให้กับนักกีฬาตามระบบขั้นตอน อย่างไรบ้าง
- ในกระบวนการพัฒนานักกีฬามีการตรวจร่างกายนักกีฬาทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬาอย่างสม่ำเสมอหรือไม่ อย่างไร
- ท่านพัฒนาการควบคุมอารมณ์ จินตภาพ และการจัดระดับความคิดให้กับนักกีฬาอย่างไรบ้าง
- ท่านสนับสนุนให้โค้ชหรือผู้ฝึกสอนได้รับการอบรมเพื่อให้มีความรู้ด้านโภชนาการสำหรับนักกีฬา หรือไม่ อย่างไรบ้าง
- ท่านนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องเพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา อย่างไรบ้าง

3. กระบวนการตรวจสอบการปฏิบัติ (Check) การดำเนินงานด้านการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

- ท่านมีการตรวจสอบการเสริมสร้างความอ่อนตัวให้กับนักกีฬา อย่างไรบ้าง
- ท่านมีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการป้องกันการบาดเจ็บทั้งก่อนและหลังการฝึกซ้อมและการแข่งขันให้กับนักกีฬา อย่างไรบ้าง
- ท่านมีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมและความสามัคคีร่วมกันให้กับนักกีฬา อย่างไรบ้าง
- ท่านมีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านโภชนาการทางกีฬาที่จำเป็นต่อร่างกายระหว่างการแข่งขัน อย่างไรบ้าง
- ท่านมีการตรวจสอบการปฏิบัติงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่อง เพื่อพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายให้กับนักกีฬา อย่างไรบ้าง

4. กระบวนการปรับปรุงแก้ไข (Act) การดำเนินงานด้านการพัฒนานักกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

- ท่านนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างสัดส่วนของร่างกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนาอย่างไรบ้าง เพื่อประสิทธิผลของการพัฒนานักกีฬาในอนาคต
- ท่านนำผลการดำเนินงานด้านเวชศาสตร์การกีฬามาปรับปรุงแก้ไขพัฒนาอย่างไรบ้างเพื่อพัฒนานักกีฬา และควรเพิ่มเติมเรื่องใดบ้างที่จะส่งผลต่อไปในอนาคต
- ท่านนำผลการดำเนินงานด้านการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และความสามัคคีร่วมกันมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา อย่างไรบ้าง
- ท่านมีกระบวนการนำผลการดำเนินงานด้านอาหารและพลังงาน ที่จำเป็นเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา อย่างไรบ้าง
- ท่านนำผลจากการเข้ารับการอบรมให้ความรู้ด้านโภชนาการทางกีฬาของโค้ชหรือผู้ฝึกสอนมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา อย่างไรบ้าง
- ท่านนำผลการดำเนินงานด้านการนำเทคโนโลยีทางการกีฬามาพัฒนาศักยภาพและประสิทธิภาพทางกายมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา อย่างไรบ้าง