



การพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว สำหรับนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา Development of Hurdles Skills Videotape for The Institute of Physical Education Students

กาญจนา ดิษฐบรรจง, อนุชิตร์ แท้สูงเนิน, นภาพร บุญเลี้ยง
คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและหาประสิทธิภาพสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว และเพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อการใช้สื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว เรื่อง การพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว สำหรับนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาทักษะและการสอนกรีฑา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 30 คน โดยทำการเก็บข้อมูลจำนวน 2 ครั้ง โดยใช้เวลาดทดลองครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แบบสัมภาษณ์สำหรับผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาและผู้เชี่ยวชาญด้านสื่อวีดิทัศน์ 2) แบบประเมินคุณภาพด้านเนื้อหาทักษะการวิ่งข้ามรั้ว 3) แบบประเมินคุณภาพด้านสื่อวีดิทัศน์เรื่องทักษะการวิ่งข้ามรั้ว 4) สื่อวีดิทัศน์เรื่องทักษะการวิ่งข้ามรั้ว 5) แบบทดสอบความรู้เรื่องทักษะการวิ่งข้ามรั้ว 6) แบบประเมินการเรียนรู้ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว 7) แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว ผลการวิจัยพบว่า 1) การวิเคราะห์หาประสิทธิภาพสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว พบว่า สื่อวีดิทัศน์มีค่า E1/E2 เท่ากับ 81.88/82.08 สูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 75/75 2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาที่เรียนด้วยสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว วิชาทักษะและการสอนกรีฑา พบว่า มีผลสัมฤทธิ์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้วที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

คำสำคัญ : สื่อวีดิทัศน์, ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว



Abstract

This research aimed to create and to find the efficiency of hurdles skills videotape, and to study the satisfaction of the students toward the using of hurdles skills videotape upon development of hurdles skills videotape for the Institute of Physical Education students. The subjects were 30 students studying in Bachelor Degree, major in Physical Education and registered in skills and teaching athletics subject, academic year 2018. Collecting data were done 2 times and each session containing 1:30 hours. The instrument were 1) interview proved by the experts in video program, 2) the content quality assessment on hurdles skills, 3) videotape learning evaluation on hurdles skills, 4) videotape on hurdles skills, 5) testing knowledge on hurdles skills, 6) learning evaluation on hurdles skills, and 7) the questionnaire on students' satisfaction toward hurdles skills videotape. Regarding research result, it revealed that 1) the efficiency of hurdles skills could be found from the value analysis of E1/E2 at 81.88/82.08, in which higher than the standard criteria (75/75), 2) refer to students' learning achievement toward hurdles skills videotape, it was shown that the result of after learning achievement was higher than before learning with statistical significance at .05, 3) overall, the students' satisfaction on hurdles skills videotape was rated at high level.

Keywords : videotape, Hurdles skills



บทนำ

สถาบันการพลศึกษาเป็นสถาบันอุดมศึกษาที่มีวัตถุประสงค์ในการบริหารจัดการศึกษาเพื่อที่จะพัฒนาบุคลากรทางพลศึกษา การกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ นันทนาการ โดยมีการจัดการสอน การวิจัย การให้บริการทางวิชาการ การให้บริการชุมชน ซึ่งการจัดการศึกษาในสถาบันการพลศึกษา โดยเฉพาะด้านการจัดการเรียนการสอน การวิจัย ถือว่าเป็นภาระงานที่สำคัญต่อการพัฒนาการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองตามธรรมชาติ และเต็มศักยภาพ เพื่อเป็นบ่อเกิดแห่งปัญญาทางพลศึกษาและกีฬาที่กว้างไกล พัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ในการดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุข (อัมพาพร นพรัตน์, 2558: 1) ซึ่งสถาบันการพลศึกษามีการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาทักษะและการสอนกีฬาที่หลากหลาย และรายวิชาทักษะและการสอนกรีฑา เป็นวิชาหนึ่งที่ตั้งอยู่ในหลักสูตรการผลิตครูของคณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาพลศึกษา สำหรับทักษะกรีฑาซึ่งประกอบไปด้วยทักษะการวิ่ง กระโดด พุ่ง ขว้าง ฯลฯ การวิ่งจะแยกเป็นวิ่งที่มีสิ่งกีดขวางกับการวิ่งที่ไม่มีสิ่งกีดขวาง การวิ่งข้ามรั้วจัดว่าเป็นกรีฑาประเภทหนึ่งที่เป็นกรวิ่งข้ามสิ่งกีดขวางที่เป็นกรวิ่งตามลู่วิ่งและการก้าวข้ามรั้ว ตามระยะทางและความสูงของรั้วที่กำหนดไว้ นับว่าสำคัญ เนื่องจากทักษะเบื้องต้นในการวิ่งข้ามรั้ว มีลักษณะของทักษะและท่าทางการเคลื่อนไหวบางส่วนแตกต่างไปจากการวิ่งระยะอื่นๆ โดยเฉพาะทักษะการออกวิ่งจากจุดเริ่มต้นถึงรั้วแรก การกระโดดขึ้นรั้ว การข้ามรั้ว และการลงสู่พื้น ซึ่งทักษะเหล่านี้เป็นพื้นฐานที่ต้องเรียนรู้ และฝึกฝนเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนวิ่งข้ามรั้วต่อไป

การวิ่งข้ามรั้วถือเป็นกรีฑาประเภทหนึ่งที่มีความยากและสลับซับซ้อน ต้องการทักษะการเคลื่อนไหวที่ดี ความเร็วในการวิ่งร่วมกับเทคนิคการข้ามรั้วที่ดี รวมทั้งการสร้างจังหวะการวิ่งระหว่างรั้ว นักวิ่งข้ามรั้วที่ดีต้องไม่ใช้การกระโดดข้ามรั้ว แต่ต้องใช้จังหวะในการก้าวข้ามรั้วและการปรับจังหวะในการข้ามรั้ว เพื่อที่จะข้ามรั้วได้อย่างรวดเร็ว จังหวะเป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์การเคลื่อนไหวของร่างกาย การฝึกเทคนิคการวิ่งข้ามรั้วจะก่อให้เกิดผลต่อความสามารถในการเรียนรู้ทักษะทางกลไก ดังนั้นกิจกรรมข้ามรั้วจึงต้องได้ รับการฝึกทักษะการเรียนรู้ โดยมีการปรับความสูงของรั้ว ระยะห่างระหว่างรั้ว รวมถึงการเลือกอุปกรณ์การใช้สอนและวิธีการสอนให้เหมาะสมกับความสามารถของผู้เรียน (IAAF, 2000: 79) ซึ่งสื่อวัตกรรมการวิ่ง ข้ามรั้วที่มีอยู่ทั้งในประเทศและต่างประเทศ จะให้ความสำคัญกับรูปแบบการฝึกเพื่อพัฒนานักกีฬาเข้าสู่การแข่งขันซึ่งเป็นแบบฝึกของนักกีฬา มีลำดับขั้นตอนการสอนยากเกินไปไม่เหมาะกับการเรียนรู้ทักษะใหม่ ที่จะนำไปปรับใช้กับการเรียนการสอนที่เป็นพื้นฐานสำหรับนักศึกษาได้

เพราะการวิ่งข้ามรั้วเป็นทักษะมีความสลับซับซ้อน มีขั้นตอนการเคลื่อนไหวหลายขั้นตอน ยากสำหรับผู้เรียนที่จะเกิดการเรียนรู้ และยากสำหรับผู้สอนในการอธิบายและสาธิต การใช้สื่อช่วยสอนที่จัดอย่างเป็นระบบมีลำดับขั้นตอนการสอนที่ชัดเจน จะส่งผลทำให้ผู้สอนทำการสอนได้ง่ายขึ้น ซึ่งเป็นผลดีต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน (เอกวิทย์ แสงผล, 2560: สัมภาษณ์) ดังนั้น สื่อที่ดีเป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในเนื้อหาบทเรียนที่ยังยากซับซ้อนได้ง่ายขึ้นในระยะเวลาอันสั้น และสามารถช่วยให้เกิดความศรัทธาในเรื่อนั้นได้อย่างถูกต้องและรวดเร็ว (กิดานันท์ มลิทอง, 2543: 98) เนื่องจากกิจกรรมการวิ่งข้ามรั้วเป็นกิจกรรมที่มีความสลับซับซ้อนทางทักษะ จำเป็นต้องปรับรูปแบบและหาวิธีสอนเพื่อให้ผู้เรียนสามารถเกิดการเรียนรู้จากง่ายไปยากอย่างเป็นขั้นตอน และประกอบกับผู้สอนอาจไม่สามารถสาธิตการปฏิบัติทักษะให้ผู้เรียนมองเห็นได้อย่างชัดเจนในแต่ละขั้นตอนได้ ดังนั้นการมีสื่อที่ดีจะทำให้มีความสะดวกในการสอนและผู้เรียนเกิดความสนใจสามารถเรียนรู้ทักษะได้ง่ายยิ่งขึ้น (อานวย บุญเส็ง, 2560: สัมภาษณ์)

จากการเรียนการสอนที่ผ่านมาพบปัญหาในการเรียนการสอน กล่าวคือ บางครั้งนักศึกษาต้องมีกิจกรรม เช่น ไปเก็บตัวนักกีฬาเป็นเวลานาน ไปแข่งขันกีฬา รวมทั้งมีหน้าที่เป็นผู้ช่วยอาจารย์ในสถาบันการให้บริการวิชาการแก่สังคม เช่น ไปตัดสินกีฬาในสถานที่ต่างๆ การไปจัดการแข่งขันกีฬาให้กับโรงเรียนมัธยมและการแข่งขันขององค์การบริหารส่วนตำบลอีกจำนวนมาก นอกจากนี้ยังเป็นการตอบสนองต่อนโยบายของสถาบันที่ต้องการให้นักศึกษาที่ไปทำการเก็บตัวเพื่อฝึกซ้อมกีฬาและเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาทั้งในระดับชาติและนานาชาติ ซึ่งวิทยาเขตสุพรรณบุรีมีจำนวนนักศึกษาที่มีคุณสมบัติดังกล่าวอยู่เป็นจำนวนมาก ทำให้นักศึกษาที่ไปเก็บตัวและเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวขาดการเรียนรู้ทักษะปฏิบัติ ส่งผลให้ไม่สามารถปฏิบัติทักษะการวิ่งข้ามรั้วได้

การแก้ปัญหาดังกล่าวได้อีกวิธีหนึ่ง คือ การเรียนการสอนด้วยสื่อวีดิทัศน์ ซึ่งนักศึกษาศาสามารถเรียนได้โดยไม่จำกัดสถานที่และเวลาในการเรียน อีกทั้งยังทบทวนความรู้ความเข้าใจเพิ่มเติมได้ด้วยตนเอง จากแนวคิดดังกล่าว วีดิทัศน์เป็นสื่อการเรียนการสอนประเภทหนึ่งที่มีความพร้อมในลักษณะของมัลติมีเดีย (Multimedia) ซึ่งได้รวมเอาความโดดเด่นของรูปแบบและแนวทางการนำเสนอที่สมบูรณ์ครบถ้วนไว้ทั้งภาพเคลื่อนไหว เสียงประกอบ คอมพิวเตอร์กราฟิกและเทคนิคพิเศษอีกมากมาย ช่วยสร้างประสิทธิภาพการเรียนการสอน ช่วยลดความยุ่งยากซับซ้อนของเนื้อหาวิชาและมีความหลากหลายในด้านการสร้างจินตนาการของสื่อการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงสามารถกระตุ้นความสนใจ ดึงดูดใจได้เป็นอย่างดี และอีกสิ่งหนึ่งที่เป็นคุณสมบัติที่สำคัญคือสามารถนำมาเปิดซ้ำได้ตามความต้องการ นอกจากนั้นยังสามารถเลือก



หรือหยุดในเนื้อหาภาพที่ต้องการได้ (สุขญา บุญพิพัฒน์, 2556: 11) การสอนพลศึกษาโดยใช้สื่อวีดิทัศน์เป็นสื่อการเรียนการสอน เป็นอีกวิธีการหนึ่งที่นิยมใช้กันโดยทั่วไป การใช้สื่อวีดิทัศน์นับเป็น เทคโนโลยีการศึกษาที่ให้ความสะดวกทั้งผู้สอนและผู้เรียน เป็นสื่อ การสอนที่สามารถนำสื่อหลายอย่างมาใช้ร่วมกันได้อย่างสะดวก เป็นการนำสื่อเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่สมบูรณ์ ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพ การเรียนการสอน นอกจากนี้วีดิทัศน์ยังสามารถสาธิตได้อย่างชัดเจน สามารถทำให้ผู้เรียนได้เห็นสื่อที่ต้องการเน้นได้โดยเทคนิคการถ่าย ในระยะใกล้ เพื่อขยายภาพหรือวัสดุสิ่งของให้ผู้เรียนได้เห็นทั่วถึง ทุกคนได้อย่างชัดเจน (ปิยณัฐ ศรีชะตา, 2556: 2) ดังนั้นสื่อวีดิทัศน์ ที่ดีจะต้องประกอบไปด้วยสื่อที่สามารถมองเห็นได้ทั้งภาพและฟังเสียง มีการเสนอเป็นภาพเคลื่อนไหวที่แสดงความต่อเนื่อง หยุดดูภาพนิ่ง หรือดูซ้ำอีกได้ สามารถเก็บเป็นข้อมูลและเผยแพร่ได้หลายครั้ง (ขจรศักดิ์ สิงห์มะจักร, 2551: 9) โดยสื่อการสอนที่ดี จะมีการส่งผล ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนซึ่ง นุชนาฏ ธรรมเกสร (2552: 1), ชลิต ลิ้มพระคุณ (2556: 2) ได้มีการทำวิจัยการพัฒนาบทเรียน วีดิทัศน์ โดยมีการหาประสิทธิภาพของสื่อ (E1/E2) และมีการหา ระดับความพึงพอใจของสื่อ ซึ่งการหาประสิทธิภาพของสื่อพบว่า ผลทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน และมีความพึงพอใจ อยู่ในระดับมาก และงานวิจัยของอนุชิตร์ แท้สูงเนิน (2555: 2) และพรสวรรค์ สรรภักดี (2554: 52) การวิจัยเรื่องการพัฒนาสื่อ ผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต โดยมีการหาประสิทธิภาพสื่อ ใช้วิธีการ หาค่า E1/E2 และความพึงพอใจ ซึ่งพบว่า สื่อที่มีประสิทธิภาพ จะช่วยให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้นและผู้ใช้อยู่มีความพึงพอใจ ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ สื่อการ สอนที่ดีจะต้องมีการหาประสิทธิภาพให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด ควรจะมีประสิทธิภาพของสื่อในเนื้อหาทักษะตามเกณฑ์ 75/75 (ชัยยงค์ พรหมวงศ์ และคณะ, 2535: 35 อ้างถึงใน จันตรา ธรรมแพทย์, 2550: 20)

จากเหตุผลความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาที่ กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นผู้ช่วยผู้สอนในรายวิชาทักษะ และการสอนกรีฑา คณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาพลศึกษา สถาบัน การพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี เห็นว่าวีดิทัศน์เป็นสื่อ อุปกรณ์ ที่มีความเหมาะสมจำเป็นกับสภาพปัญหาในการเรียนการสอนทักษะ การวิ่งข้ามรั้วที่มีความยาก และเป็นสื่อที่มีประโยชน์กับผู้เรียน ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการวิจัย เพื่อสร้างและหาประสิทธิภาพ สื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว สำหรับนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา เพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในรายวิชาทักษะและ การสอนกรีฑา และนำผลที่ได้มาเป็นแนวทางสำหรับสถาบัน การศึกษา ครูพลศึกษา บุคลากร และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องใน การวางแผน ปรับปรุง และพัฒนาการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน การวิ่งข้ามรั้วให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นต่อไปให้เกิดประโยชน์ สูงสุดแก่ผู้เรียนอย่างแท้จริง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

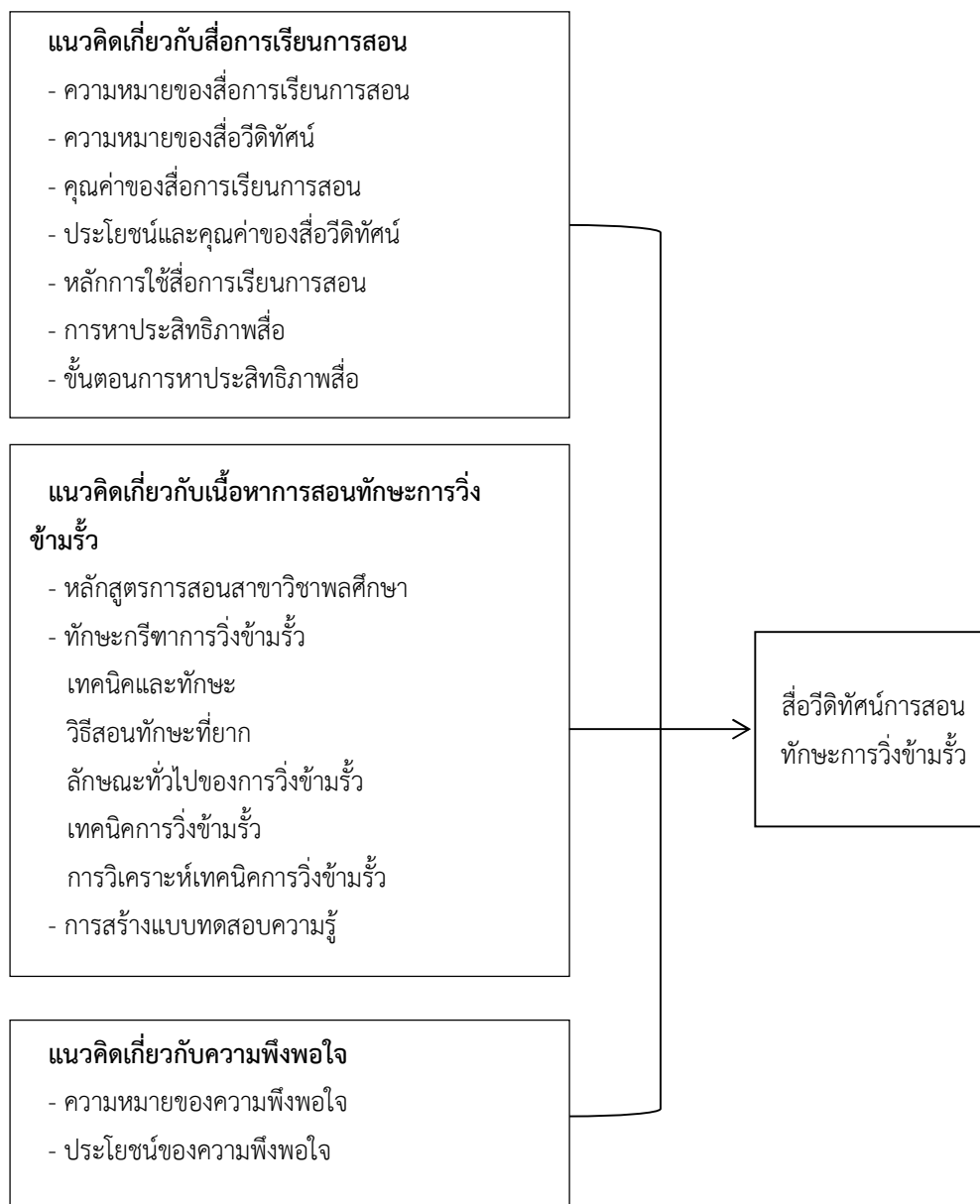
1. เพื่อสร้างและหาประสิทธิภาพสื่อวีดิทัศน์ทักษะ การวิ่งข้ามรั้ว
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้เรียน ที่มีต่อการใช้ สื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. สถาบันการพลศึกษาได้สื่อวีดิทัศน์การวิ่งข้ามรั้วที่มี คุณภาพไว้ใช้ในการเรียนการสอน
2. ผู้ที่นำสื่อวีดิทัศน์การวิ่งข้ามรั้วไปใช้ มีความพึงพอใจ



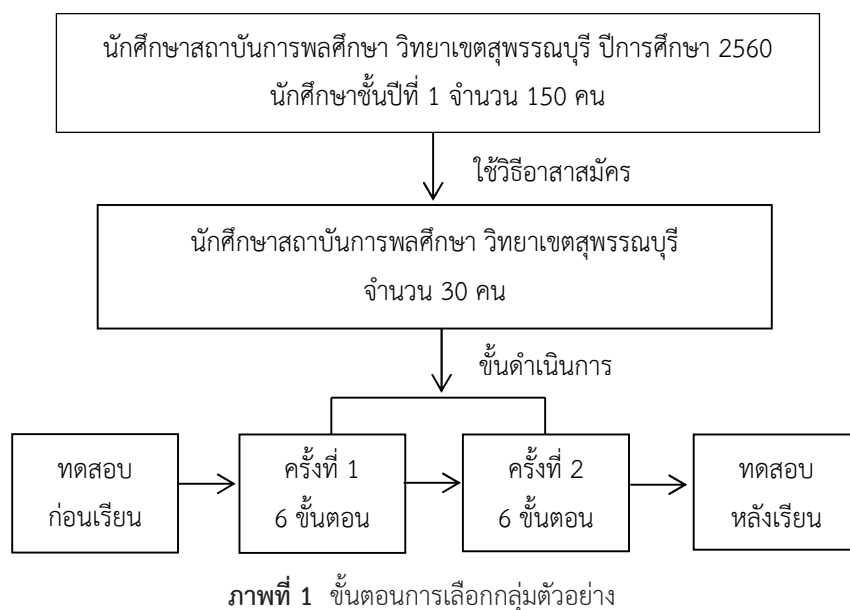
กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาทักษะและการสอนกรีฑา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 150 คน

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาทักษะและการสอนกรีฑา ปีการศึกษา 2560 ใช้วิธีอาสาสมัคร จำนวน 30 คน ใช้เวลาทดลอง 1 ชั่วโมง 30 นาที จำนวน 2 ครั้ง (ภาพที่ 1)



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสัมภาษณ์สำหรับผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาและผู้เชี่ยวชาญด้านสื่อวีดิทัศน์
2. แบบประเมินคุณภาพเครื่องมือด้านเนื้อหาทักษะการวิ่งข้ามรั้ว
3. แบบประเมินคุณภาพเครื่องมือด้านสื่อวีดิทัศน์เรื่องทักษะการวิ่งข้ามรั้ว
4. สื่อวีดิทัศน์เรื่องทักษะการวิ่งข้ามรั้ว
5. แบบทดสอบความรู้เรื่องทักษะการวิ่งข้ามรั้ว
6. แบบประเมินการเรียนรู้ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว (อำนาจ บัญแสง, 2551: 164-167)
7. แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว

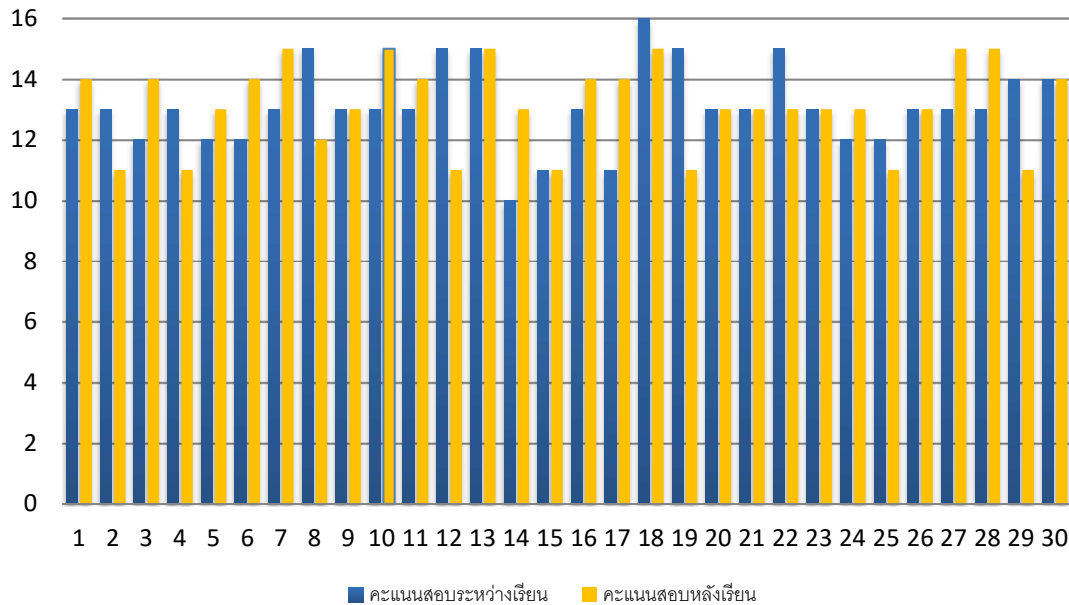
การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. แนะนำวิธีการเรียนการสอนกับนักศึกษากลุ่มตัวอย่างพร้อมทั้งทำแบบทดสอบก่อนเรียน (Pre-test) จำนวน 16 ข้อ
2. นักศึกษากลุ่มตัวอย่างเริ่มเรียนด้วยการดูสื่อวีดิทัศน์
3. ลงมือปฏิบัติกิจกรรมการสอนด้วยการอบอุ่นร่างกาย 20 นาที กิจกรรมการสอน 6 ขั้นตอนตอนละ 10 นาที แต่ละขั้นตอนมีการแก้ไข ดูสื่อวีดิทัศน์ซ้ำ ปฏิบัติเพิ่มเติม และ쿨ดาวน์ 10 นาที (ประเมินการเรียนรู้ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว) โดยใช้เวลาดู 1 ชั่วโมง 30 นาที จำนวน 2 ครั้ง
4. ทำแบบทดสอบหลังเรียน (Post-test) เพื่อวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยใช้ข้อสอบชุดเดียวกับการทดสอบก่อนเรียน
5. สอบถามความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการดูสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว

6. นำคะแนนจากการทำแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนของนักศึกษาโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้วไปวิเคราะห์เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาโดยใช้สูตร t-test Dependent

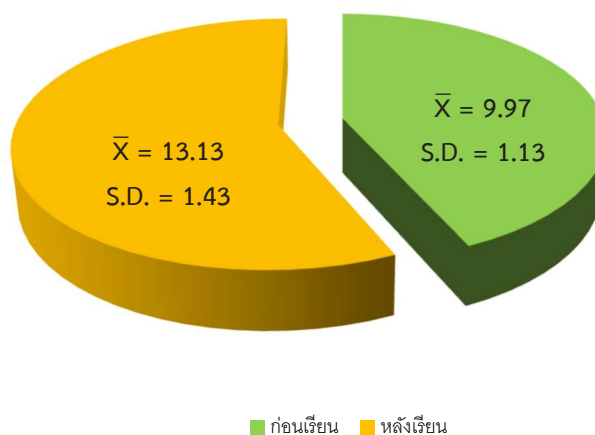
ผลการวิจัย

1. การวิเคราะห์หาประสิทธิภาพสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว พบว่า สื่อวีดิทัศน์มีค่า E1/E2 เท่ากับ 81.88/82.08 สูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 75/75 (ภาพที่ 2)
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักศึกษาที่เรียนด้วยสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว วิชาทักษะและการสอนกรีฑา พบว่า มีผลสัมฤทธิ์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ภาพที่ 3)
3. นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้วที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.56$, S.D. = 0.50) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีความคิดเห็นในระดับมากที่สุดตามลำดับ ดังนี้ การหยุดภาพเน้นทักษะสำคัญการวิ่งข้ามรั้วให้เห็นได้อย่างชัดเจน ($\bar{X} = 4.93$, S.D. = 0.25) ความสะดวกในการใช้สื่อวีดิทัศน์ ($\bar{X} = 4.67$, S.D. = 0.48) สื่อวีดิทัศน์ทำให้เกิดการเรียนรู้และมีความเข้าใจได้ง่ายขึ้น ($\bar{X} = 4.63$, S.D. = 0.49) ภาพชัดเจนน่าสนใจ ($\bar{X} = 4.63$, S.D. = 0.49) ท่านมีความพึงพอใจภาพรวมในสื่อวีดิทัศน์อยู่ในระดับใด ($\bar{X} = 4.60$, S.D. = 0.50) การนำเสนอที่น่าสนใจ ($\bar{X} = 4.50$, S.D. = 0.57) และมีความคิดเห็นในระดับมากที่สุดตามลำดับ ดังนี้ ท่านสามารถทบทวนความรู้จากสื่อวีดิทัศน์ได้ด้วยตนเอง ($\bar{X} = 4.47$, S.D. = 0.51) เสียงประกอบชัดเจนเหมาะสม ($\bar{X} = 4.43$, S.D. = 0.63) ตัวอักษรอ่านง่ายชัดเจน ($\bar{X} = 4.40$, S.D. = 0.62) และความยาวของสื่อวีดิทัศน์มีความเหมาะสม ($\bar{X} = 4.40$, S.D. = 0.50) (ตารางที่ 1)



คะแนนสอบระหว่างเรียนคิดเป็นร้อยละ 81.88 และคะแนนสอบหลังเรียนคิดเป็นร้อยละ 82.08

ภาพที่ 2 ผลการหาประสิทธิภาพสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้วกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน



ภาพที่ 3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้วกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน



ตารางที่ 1 ผลระดับความพึงพอใจของผู้เรียน

ที่	รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	การนำเสนอมีความน่าสนใจ	4.50	0.57	มากที่สุด
2.	ความยาวของสื่อวีดิทัศน์มีความเหมาะสม	4.40	0.50	มาก
3.	ตัวอักษรอ่านง่ายชัดเจน	4.40	0.62	มาก
4.	ภาพชัดเจนน่าสนใจ	4.63	0.49	มากที่สุด
5.	เสียงประกอบชัดเจนเหมาะสม	4.43	0.63	มาก
6.	การหยุดภาพเน้นทักษะสำคัญการวิ่งข้ามรั้วให้เห็นได้อย่างชัดเจน	4.93	0.25	มากที่สุด
7.	ความสะดวกในการใช้สื่อวีดิทัศน์	4.67	0.48	มากที่สุด
8.	สื่อวีดิทัศน์ทำให้เกิดการเรียนรู้และมีความเข้าใจได้ง่ายขึ้น	4.63	0.49	มากที่สุด
9.	ท่านสามารถทบทวนความรู้จากสื่อวีดิทัศน์ได้ด้วยตนเอง	4.47	0.51	มาก
10.	ท่านมีความพึงพอใจภาพรวมในสื่อวีดิทัศน์อยู่ในระดับใด	4.60	0.50	มากที่สุด
รวม		4.56	0.50	มากที่สุด

สรุปและอภิปรายผล

ผลการวิจัยเรื่อง การพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว สำหรับนักศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาขาวชิพศึกษา ตามหลักสูตรสถาบันการพลศึกษา พบว่า

1. ด้านประสิทธิภาพสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้วระหว่างคะแนนเฉลี่ยร้อยละของแบบทดสอบท้ายบทและแบบทดสอบหลังเรียน (E1/E2) เท่ากับ 81.88/82.08 มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือ 75/75 ทั้งนี้เนื่องมาจากการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้วที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพจากที่ปรึกษาและที่ปรึกษาร่วม อีกทั้งสื่อวีดิทัศน์ได้ผ่านการปรับปรุงแก้ไขจากข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญทั้งด้านเนื้อหาจำนวน 3 ท่าน และการสร้างสื่อวีดิทัศน์จำนวน 3 ท่าน ได้รับคำแนะนำจากอาจารย์ผู้สอนประจำรายวิชาเป็นอย่างดี ตลอดจนมีการปรับปรุงเพื่อแก้ไขข้อบกพร่อง ได้ทำการตรวจสอบการใช้สื่อวีดิทัศน์ก่อนนำไปทดลองจริงกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของพรสวรรค์ สระภักดี (2554: 52) ได้ศึกษาการพัฒนาสื่อการเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตรายวิชาการเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหว พบว่าการเรียนของนักศึกษาหลังเรียนโดยใช้การเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตรายวิชาการเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหวสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักศึกษาที่มีความพึงพอใจต่อสื่อการเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตรายวิชาการเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหวอยู่ในระดับมากและมีประสิทธิภาพ

เท่ากับ 86.12/88.36 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ไม่ต่ำกว่า 80/80 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลวิจัยของกาญจนา ตุ่นคาแดง (2554: 65) ได้ศึกษาการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ การสร้างงานสามมิติสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2554 พบว่า สื่อวีดิทัศน์การสร้างงานสามมิติมีประสิทธิภาพ 91.02/77.53 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ไม่ต่ำกว่า 75/75 ที่ได้กำหนดไว้ ผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการสอนโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ การสร้างงานสามมิติสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยรวมนั้นอยู่ในระดับพอใจมาก และยังสอดคล้องกับอนุชิตร์ แท้สูงเนิน (2555: 57) ได้ศึกษาการพัฒนาบทเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตรายวิชาการเรียนรู้อิเล็กทรอนิกส์ 1 พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาหลังเรียนโดยใช้บทเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตรายวิชาการเรียนรู้อิเล็กทรอนิกส์ 1 สูงกว่าก่อนเรียน นักศึกษามีความพึงพอใจต่อบทเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตรายวิชาการเรียนรู้อิเล็กทรอนิกส์ 1 ในระดับมากที่สุดและมีประสิทธิภาพเท่ากับ 82.7/83.7 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ไม่ต่ำกว่า 80/80

2. ด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ผลการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว พบว่า คะแนนก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 9.97 และคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนมีค่าเท่ากับ 13.13 เมื่อนำมาหาค่าสถิติโดยใช้ t-test Dependent ได้ค่าคำนวณเท่ากับ 9.06 แล้วเมื่อเปิดตาราง t (.05,29) = 1.70 จากการทดลองนี้แสดงว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่า



ก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 เป็นผลมาจากได้เรียนสื่อ
 วัติตทัศน์ที่มีการจัดเนื้อหาองค์ประกอบที่เหมาะสม มีการเรียงลำดับ
 หัวข้อชัดเจน การเรียนการสอนเป็นลำดับขั้นตอนจากง่ายไปยาก
 ทำให้ผู้เรียนสามารถรับรู้ได้อย่างเป็นขั้นเป็นตอน และมีแบบทดสอบ
 ทำียบทเรียนเพื่อเสริมความเข้าใจในแต่ละบทเรียน การเรียนการสอน
 ด้วยสื่อวัติตทัศน์ ผู้เรียนสามารถทบทวนเนื้อหาในการเรียนการสอน
 ได้จำนวนหลายครั้งจนเข้าใจ เป็นการสอนที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียน
 ได้เรียนรู้ด้วยตนเอง ไม่จำกัดด้านเวลา สถานที่ในการเรียน
 ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของณัฐเขต สัจจะมโน (2554: 84)
 พบว่า การเรียนด้วยบทเรียนวัติตทัศน์ เรื่องการจัดองค์ประกอบ
 ภาพถ่ายสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 2 สาขาวิชาเทคโนโลยีสื่อสาร
 การศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา มีคะแนน
 ผลสัมฤทธิ์ก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 13.70 และคะแนนเฉลี่ย
 หลังเรียนมีค่าเท่ากับ 24.10 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าหลังการเรียนรู้ด้วย
 บทเรียนวัติตทัศน์ ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่า
 ก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และไพฑูรย์ กลั่นไพฑูรย์
 (2551: 87) ได้พัฒนาบทเรียนวัติตทัศน์ วิชาวาดเส้นเรื่องทักษะ
 พื้นฐานการวาดเส้นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 วิทยาลัย
 ศรียางศิลป์ มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 ของกลุ่มตัวอย่างจากการทดสอบหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่าง
 มีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. ความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อสื่อวัติตทัศน์ทักษะ
 การวิ่งข้ามรั้ว ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.56$, S.D. =
 0.50) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ประภาส เทพทอง (2554: 64)
 เรื่องการบริหารและจัดทำสื่อการเรียนการสอนออนไลน์โดยใช้
 โปรแกรม Moodle จากผลการสอบถามความพึงพอใจต่อการเรียน
 วิชาคอมพิวเตอร์ผ่านทางเว็บไซต์ ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้ตอบ
 แบบสอบถามประเมินทั้งหมดจำนวน 9 หัวข้อการประเมิน
 (ร้อยละ 100) อยู่ในระดับดี และภาพรวมของคะแนนเฉลี่ย
 ความคิดเห็นระดับดี และสอดคล้องกับงานวิจัยของเอกเทศ
 แสงลับ (2552: 82) ได้ทำวิจัยเรื่องผลสัมฤทธิ์และความพึงพอใจ
 ในการเรียนโดยใช้บทเรียนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต วิชาเทคโนโลยี
 สารสนเทศเพื่อชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัย
 ราชภัฏศรีสะเกษ ผลวิจัยพบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่เรียน
 โดยใช้บทเรียนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต วิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ
 มีความพึงพอใจในการเรียนอยู่ในระดับมาก การวิจัยการพัฒนาสื่อ
 วัติตทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้ว สำหรับนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา
 ซึ่งสรุปได้ว่า นักศึกษามีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้
 อาจสืบเนื่องจากสื่อวัติตทัศน์ทักษะการวิ่งข้ามรั้วที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
 เป็นสื่อที่ง่ายต่อการใช้งาน มีวัติตทัศน์ประกอบคำบรรยายพร้อมทั้ง
 มีการออกแบบที่มีลำดับขั้นตอนจากง่ายไปยากอย่างชัดเจน ซึ่งเป็น
 สื่อให้นักศึกษาได้เห็นเป็นรูปธรรม และลงมือปฏิบัติตามกิจกรรมนั้น

มีการวัดผลก่อนเรียนและหลังเรียน จึงทำให้นักศึกษาเกิดความ
 พึงพอใจในระดับมากที่สุด

ดังนั้นจึงอาจกล่าวสรุปได้ว่า การจัดสร้างนวัตกรรมใน
 รูปแบบของสื่อวัติตทัศน์ประกอบการเรียนสามารถเป็นสื่อการสอนได้
 เป็นอย่างดีรูปแบบหนึ่งที่สามารถทำให้ผู้เรียนมีความตั้งใจเรียนขึ้น
 และที่สำคัญหากไม่เข้าใจทักษะขั้นตอนไหนก็สามารถย้อนกลับไป
 ดูซ้ำได้ด้วยตนเองจะทำให้ผู้เรียนมีความสนใจใฝ่เรียนรู้มากขึ้น
 เป็นผลทำให้ผู้เรียนมีความพึงพอใจและเกิดทัศนคติที่ดีต่อวิชาที่เรียน
 จึงทำให้ผู้เรียนทำคะแนนได้สูงและมีผลสัมฤทธิ์ที่ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะจากผลงานวิจัย

1. เนื้อหาที่นำมาสร้างสื่อวัติตทัศน์ ต้องเหมาะสมกับ
 นักศึกษาในด้านทักษะในการเรียนรู้ และลำดับเนื้อหาต้องเป็นไป
 ตามลำดับขั้นตอน รวมทั้งสอดคล้องกับหลักสูตร และจุดประสงค์
 ของหลักสูตร
2. ในการนำสื่อวัติตทัศน์ไปใช้ ผู้สอนควรศึกษาขั้นตอน
 ในการใช้ให้เข้าใจ มีการวางแผนกำหนดกิจกรรมการเรียนการสอนไว้
 ให้แน่นอน และอธิบายขั้นตอนการเรียนการสอนให้นักศึกษาเข้าใจ

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

1. ควรเปรียบเทียบผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติจาก
 การเรียนด้วยสื่อวัติตทัศน์และการสอนปกติ
2. ควรมีการพัฒนาสื่อวัติตทัศน์การสอนเรื่องกรีฑา
 การทุ่มน้ำหนัก การขว้างจักร เป็นต้น เพื่อเพิ่มทักษะการเรียนรู้
 ในด้านต่างๆ ของวิชาทักษะและการสอนกรีฑา

เอกสารอ้างอิง

- กาญจนา ตุ่นคาแดง. (2554). การพัฒนาสื่อวัติตทัศน์การสร้างงาน
 สามมิติ สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5. สังกัด
 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1.
- กิดานันท์ มลิทอง. (2543). เทคโนโลยีการศึกษาและนวัตกรรม.
 กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ขจรศักดิ์ สิงห์มะจักร์. (2551). การพัฒนาสื่อวัติตทัศน์การเรียน
 การสอนเทคนิคทางด้านจุลชีววิทยาเบื้องต้นสำหรับ
 นักศึกษาสาขาวิชาจุลชีววิทยา ภาควิชาชีววิทยา
 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์
 ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จันตรา ธรรมแพทย์. (2550). การพัฒนาแบบฝึกทักษะการแก้โจทย์
 คณิตศาสตร์สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีผลสัมฤทธิ์
 ทางเรียนต่ำ. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
 บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.



- ชลิต ลิ้มพระคุณ. (2556). การพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ เรื่องการซ่อมแซมเสื้อผ้าเบื้องต้น สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร. สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศุพรรณบุรี เขต 1.
- ณัฐเขต สัจจะมโน. (2554). การพัฒนาบทเรียนวีดิทัศน์ เรื่องการจัดองค์ประกอบภาพถ่ายสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 2 สาขาเทคโนโลยีสื่อสารการศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ประภาส เทพทอง. (2554). การบริหารและจัดทำสื่อการเรียนการสอนออนไลน์โดยใช้โปรแกรม Moodle Open Learning Open the World. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยไซเบอร์ไทย.
- ปิยณัฐ ศรีชะตา. (2556). การเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาระหว่างการให้ข้อมูลย้อนกลับโดยครูกับการใช้สื่อวีดิทัศน์ที่มีต่อทักษะกีฬารักบี้ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. ปรินญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา หลักสูตรและการสอน. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรสวรรค์ สระภักดิ์. (2554). การพัฒนาสื่อการเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต รายวิชา การเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหว. สุพรรณบุรี: สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี.
- ไพฑูรย์ กลั่นไพฑูรย์. (2551). การพัฒนาบทเรียนวีดิทัศน์วิชาวาดเส้นเรื่อง ทักษะพื้นฐานการวาดเส้น สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 วิทยาลัยดุริยางคศิลป์ มหาวิทยาลัยมหิดล. ปรินญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเทคโนโลยีการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- สุชนา บุญพิพัฒน์. (2556). การสร้างสื่อวีดิทัศน์ เรื่อง ประโยชน์สนทนา 3 ภาษา ในร้านสะดวกซื้อสำหรับการจัดการเรียนการสอนทางไกล ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1. สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต 1.
- อนุชิตร์ แท้สูงเนิน. (2555). การพัฒนาบทเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต วิชาโยนิยนาต 1. คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี.
- อัมพพร นพรัตน์. (2558). ความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรของสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา ปีการศึกษา 2556. ปรินญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยหาดใหญ่.
- อำนวย บุญแสง. (2551). เอกสารประกอบการสอนวิชากรีฑา 1. สุพรรณบุรี: สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสุพรรณบุรี.
- อำนวย บุญแสง, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี, (2560, 8 มกราคม). สัมภาษณ์.
- เอกเทศ แสงลับ. วารสารวิชาการศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์. 2552: 1.
- เอกวิทย์ แสงผล, อาจารย์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกรุงเทพฯ, (2560, 8 มกราคม). สัมภาษณ์.
- International Amateur Athletic Federation. (2000). Level II Sprint & Hurdles Events. (n.p.).