ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

Problems and Needs in training of professional boxers' Trainees Buriram Province

โดย

สุภาพ สมศรี

บุญเลี้ยง ศรีสุข

สราวุธ ทัศนาวิวัฒน์

สาขาวิชาพลศึกษา

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

ปีการศึกษา 2549

ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

Problems and Needs in training of professional Thai boxers Buriram

โดย

สุภาพ	สมศรี	ศษ.ม. (การบริหารการศึกษา)
บุญเลี้ยง	ศรีสุข	M.Ed. (Tacher Ed.)
สราวุธ	ทัศนาวิวัฒน์	กศ.ม. (พลศึกษา)

สาขาวิชาพลศึกษา

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

ปีการศึกษา 2549

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ เป็นงานวิจัยที่ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย ประจำปีการศึกษา 2549 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ จำนวน 20,000 บาท ขอขอบคุณ ผู้จัดการค่ายมวย ผู้ฝึกสอนมวยไทยอาชีพ และนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ขอบคุณนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาภาคพิเศษ ชั้นปีที่ 4 ที่ช่วยเก็บรวบรวมข้อมูล ทำให้ผู้วิจัยสามารถเก็บข้อมูลได้สมบูรณ์ สามารถวิเคราะห์ สรุปผลการวิจัยเพื่อเป็นทางในการพัฒนางานด้านการพัฒนาบุคลากรทางพลศึกษาต่อไป

ขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญ ที่ช่วยตรวจสอบเครื่องมือ ประกอบด้วย ผู้ช่วยศาสตราจารย์รัตติกร รัตกูล ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรพรรณ คำเมือง และอาจารย์มงคล คำเมือง ที่ให้คำปรึกษาอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณ อาจารย์กุลกันยา ศรีสุข ที่ช่วยเหลือวิเคราะห์ข้อมูลจนงานวิจัยนี้สำเร็จเสร็จสมบูรณ์

นายสุภาพ สมศรี
นายบุญเลี้ยง ศรีสุข
นายสราวุธ ทัศนาวิวัฒน์

หัวข้อวิจัย ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์
ชื่อผู้วิจัย นายสุภาพ สมศรี
นายบุญเลี้ยง ศรีสุข
นายสราวุธ ทัศนาวิวัฒน์
สาขาวิชา พลศึกษา
คณะ ครุศาสตร์
มหาวิทยาลัย ราชภัฏบุรีรัมย์
ปีการศึกษา 2549

บทคัดย่อ

การวิจัย ครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้จัดการค่าย ผู้ฝึกสอน และนักกีฬามวยไทยอาชีพ รวมทั้งหมด จำนวน 298 คนสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การแจกแจงความถี่ การหาค่าร้อยละ และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า

1. ด้านปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

1.1 ด้านนักกีฬามีปัญหาเรื่องความตรงต่อเวลาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามากที่สุด

1.2 ด้านผู้ฝึกสอนมีปัญหาเรื่องผู้ฝึกสอนไม่มีการวางแผนในการฝึกซ้อมของนักกีฬาแต่ละคนมากที่สุด

1.3 ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อมมีปัญหาเรื่องการฝึกซ้อม มีอุปกรณ์ไม่เพียงพอมากที่สุด

ส่วนด้านปัจจัยอื่น ๆ มีปัญหาเรื่อง การประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุ ให้กับนักกีฬา และการเรียนของนักกีฬาเป็นปัญหาในการฝึกซ้อมมากที่สุด

2. ด้านความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

2.1 ด้านนักกีฬามีความต้องการเรื่อง การเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายของนักกีฬาขณะฝึกซ้อมมากที่สุด

2.2 ด้านผู้ฝึกสอนมีความต้องการให้ผู้ฝึกสอนอุทิศเวลาให้กับนักกีฬาอย่างแท้จริงมากที่สุด

2.3 ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อมมีความต้องการให้การฝึกซ้อมมีอุปกรณ์เพียงพอมากที่สุด

ส่วนด้านปัจจัยอื่นๆ มีความต้องการด้าน สวัสดิการช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลเมื่อนักกีฬาเจ็บป่วยมากที่สุด

Research Title Problems and Needs in training of professional boxers' Trainees Buriram Province

Researchers Mr.Suphap Somsri

Mr.Boonleang Srisuk

Mr.Sarawut Tatsanawiwat

Department Physical Education

Faculty Education

University Rajabhat Buriram University

Academic Year 2006

ABSTRACT

The purposes of this research were to study the problems and needs in training of professional boxers' Trainees in Buriram Province. Population and samples this research consisted of 289 of the training managers , Trainers and professional boxers' trainees . The instruments used for collecting data were frequency , percentage , standard Deviation.

The research findings revealed the following:

1. The Problems of training of professional boxers in Buriram Province. The highest level of problems in each factor were.

1.1 The trainees' problems were the punctual of training in highest level.

1.2 The trainer' problems were the trainers have never planed for training foe each trainees in highest level.

1.3 The process of training were not enough instrument in highest level

The other factors' problems were heath insurance and accident insurance for the boxers and studying problems in training in highest level

2. The needs of training of Professional boxers Buriram province.

2.1 The boxers need the supporters for their physical when they trained.

2.2 The trainers need the time for train the in highest level.

2.3 The processes of training need more instruments to train in highest level. The other factor need the benefices for curing when the boxers get sick in the highest level.

สารบัญ

เรื่อง		หน้า
คำนำ		ก
กิตติกรรมประกาศ		ค
บทคัดย่อภาษาไทย		จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ		ช
สารบัญ		ฌ
สารบัญตาราง		ฎ
บทที่ 1	บทนำ	1
	ที่มาและความสำคัญของปัญหาที่ทำวิจัย	1
	ปัญหาวิจัย	2
	วัตถุประสงค์การวิจัย	2
	สมมติฐานของการวิจัย	3
	คำนิยามศัพท์เฉพาะ	3
	ขอบเขตของการวิจัย	3
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย	3
	ข้อตกลงเบื้องต้น	4
	ข้อจำกัดของการวิจัย	4
	หน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์	4
	กรอบแนวคิดในการวิจัย.	4
บทที่ 2	เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
	ความสำคัญของกีฬามวยไทย	5
	ประโยชน์ของกีฬามวยไทย	6
	ประวัติมวยไทย	7
	ความหมายและความสำคัญในการฝึกซ้อม	15
	ความหมายของการฝึกซ้อม	15
	ความสำคัญของการฝึกซ้อม	16

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
บทบาทและหน้าที่ของผู้จัดการทีมและผู้ฝึกสอน	17
บทบาทหน้าที่ของผู้จัดการทีม	17
บทบาทหน้าที่ของผู้ฝึกสอน	18
หลักในการฝึกซ้อมมวยไทย	19
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	23
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	35
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	35
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	35
การเก็บรวบรวมข้อมูล	36
การวิเคราะห์ข้อมูล	37
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	39
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	40
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	57
จุดมุ่งหมายของการวิจัย	57
วิธีดำเนินการวิจัย	58
สรุปผลการวิจัย	59
อภิปรายผลการวิจัย	61
ข้อเสนอแนะของการวิจัย	64
บรรณานุกรม	67
ภาคผนวก	71
ภาคผนวก ก แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย	75
ภาคผนวก ข รายนามผู้เชี่ยวชาญ	85
ประวัติย่อผู้วิจัย	89

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
4.1	ค่าความถี่และร้อยละของสถานะภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม	40
4.2	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ในด้านนักกีฬา	45
4.3	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ในด้านผู้ฝึกสอน	46
4.4	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ในด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม	47
4.5	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ในด้านปัจจัยอื่นๆ	48
4.6	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในด้านนักกีฬา ด้านผู้ฝึกสอน ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม และด้านปัจจัยอื่นๆ	49
4.7	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในด้านนักกีฬา	50
4.8	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในด้านผู้ฝึกสอน	51
4.9	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม	52
4.10	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพจังหวัดบุรีรัมย์ ในด้านปัจจัยอื่นๆ	53
4.11	ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ	54

บทที่ 1
บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาที่ทำวิจัย (Phenomena)

มวยไทยเป็นศิลปะประจำชาติไทยซึ่งแสดงออกถึงวัฒนธรรมอันงดงามของคนไทย มวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวที่สามารถนำไปใช้ได้ในเชิงกีฬาและการต่อสู้จริง ๆ มวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้อวัยวะบางส่วนของร่างกาย เช่น หมัด เท้า เข่า ศอก เป็นอาวุธ (จรวย แก่นวงษ์คำ. 2530 : 5)

มวยไทยเป็นกีฬาอีกชนิดหนึ่งที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมากในปัจจุบัน ซึ่งมีการจัดหลักสูตรการเรียนมวยไทยตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษา อุดมศึกษา ซึ่งผู้เรียนมวยไทยจะเป็นผู้ที่มีระเบียบวินัย ร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรง และปัจจุบันมีมหาวิทยาลัยราชภัฏบางแห่ง เช่น มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง ได้ทำการเปิดการสอนหลักสูตรประกาศนียบัตรบัณฑิต สาขามวยไทย เพื่อเปิดโอกาสให้คนและต่างชาติ ได้ศึกษาเกี่ยวกับมวยไทย เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน มวยไทยถือว่าเป็นศิลปะป้องกันตัว และสามารถนำไปใช้ในการแข่งขันกีฬา หรือชกเป็นอาชีพได้อีกด้วย ปัจจุบันมวยไทยมีการแข่งขันรายการต่าง ๆ มากมายเช่น ในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษาแห่งประเทศไทย กีฬาเยาวชนแห่งชาติ กีฬาแห่งชาติ การแข่งขันชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย การแข่งขันมวยไทยชิงแชมป์โลก การจัดการแข่งขันแต่ละครั้งจะมีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันเป็นจำนวนมาก และมีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ นักกีฬาที่ประสบผลสำเร็จจะได้รับเหรียญจากการแข่งขันในรายการที่สำคัญ นอกจากจะนำชื่อเสียงมาสู่ตนเอง วงศ์ตระกูล ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน ผู้เกี่ยวข้อง ทีมสังกัด ตำแหน่งหน้าที่ ซึ่งได้มากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความสำคัญของรายการที่ทำการแข่งขันเพื่อเป็นขวัญและกำลังใจแก่นักกีฬาและผู้ฝึกสอน รางวัลต่าง ๆ นั้นจะได้รับการสนับสนุนทั้งภาครัฐและภาคเอกชนเป็นอย่างดี เป็นผลทำให้ฐานะทางเศรษฐกิจ รวมไปถึงความเป็นอยู่ในสังคมที่ดีขึ้น ก็จะติดตามมาและสามารถเล่นเป็นอาชีพได้อีกด้วย ในการแข่งขันมวยไทยจะประสบผลสำเร็จได้นั้นต้องขึ้นอยู่กับการฝึกซ้อมให้เห็นเป็นปัจจุบัน และมีเทคนิคการฝึกซ้อม เพื่อพัฒนาฝีมือ การฝึกซ้อมที่ดีนักกีฬาต้องมีความพร้อมทุก ๆ ด้าน เช่น ทางร่างกาย สุขภาพอนามัย สภาพจิตใจ และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ในการฝึกซ้อม เช่น สถานที่ อุปกรณ์ ผู้ฝึกสอน งบประมาณสนับสนุน เมื่อมีการฝึกซ้อมอย่างเต็มที่ เข้าแข่งขันก็จะมีโอกาสประสบผลสำเร็จมากยิ่งขึ้น อย่างไรก็ตามการที่นักกีฬาจะ

ประสบผลสำเร็จตามจุดมุ่งหมายหรือได้รับชัยชนะในการแข่งขัน จะต้องอาศัยการฝึกซ้อมเป็นสำคัญ ดังที่ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย (2531 : 1) ได้กล่าวถึงการฝึกซ้อมไว้ว่า การฝึกซ้อมที่ดี มีความพร้อมในทุกทุกด้านย่อมส่งผลให้นักกีฬามีความพร้อม ถ้ามีการฝึกซ้อมอย่างเต็มที่เมื่อเข้าแข่งขันก็จะมีโอกาสประสบผลสำเร็จแต่ถ้าการฝึกซ้อมนั้นมีปัญหาเกิดขึ้นก่อนหรือหลัง และในขณะที่ฝึกซ้อมก็จะทำให้นักกีฬาฝึกซ้อมอย่างไม่เต็มที่ มีผลเสียต่อนักกีฬาเองเมื่อเข้าแข่งขัน ซึ่งสอดคล้องกับที่ ไพวัลย์ ตัณลาพุฒ (2530 : 59) กล่าวไว้ว่า “การฝึกซ้อมจะทำให้นักกีฬามีความสามารถสูง เป็นนักกีฬาที่สมบูรณ์ และจะทำบุคคลหรือทีมประสบความสำเร็จในการแข่งขันได้” ในการแข่งขันผู้เข้าร่วมแข่งขันจึงต้องมีการเตรียมทีมโดยการฝึกซ้อมให้ดีที่สุด และการฝึกซ้อมจะได้ผลมากน้อยเพียงใดยังขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ หลายประการด้วยกัน ดังที่ มงคล แฝงสาเคน (2536 : 283) ได้กล่าวว่า การฝึกซ้อม คือ การปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกาย เพื่อยกระดับทักษะ และพัฒนาร่างกายให้มีสมรรถภาพ และประสิทธิภาพในการทำงานสูง ดังที่ เจริญ กระบวนรัตน์ (2525 : 20) ที่กล่าวว่า “การแข่งขันกีฬาในปัจจุบันจะต้องฝึกและเตรียมพร้อมร่างกายและจิตใจ ควบคู่กัน ซึ่งสอดคล้องกับ สุพิตร สมาหิโต (2532 : 1) ได้กล่าวว่า “นักกีฬาที่มีความสามารถสูงนั้น จะต้องเป็นผู้ที่ได้รับการฝึกฝนทั้งทางด้านสมรรถภาพทางกายสมรรถภาพทางจิตใจ และทักษะกีฬา

คณะผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัญหาการฝึกซ้อมนักกีฬามวยไทยอาชีพ ในจังหวัดเพื่อจะได้นำข้อมูลมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงการฝึกซ้อมนักกีฬามวยไทย และเป็นแนวทางแก้ไข ให้ผู้ที่เกี่ยวข้องได้หาทางขจัด หรือลดปัญหาต่าง ๆ เพื่อให้นักกีฬาสามารถฝึกซ้อมได้อย่างเต็มที่ และเป็นการพัฒนาความสามารถของนักกีฬามวยไทยอาชีพ ให้ดียิ่งขึ้น เพื่อก้าวไปสู่การเป็นนักกีฬาในระดับสูงขึ้นต่อไป

ปัญหาวิจัย (Research Problem)

ทำให้ทราบสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ เป็นแนวทางในการปรับปรุงการฝึกซ้อมนักกีฬามวยไทย และลดปัญหาต่างๆเพื่อให้นักกีฬาสามารถฝึกซ้อมได้อย่างเต็มที่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Research Objective)

เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

สมมติฐานของการวิจัย (Research Hypothesis)

เพื่อทราบสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

คำนิยามศัพท์เฉพาะ (Variable Definition)

สภาพการฝึกซ้อม หมายถึง สภาวะหรือสภาพที่เป็นจริงอยู่ประจำ ในการฝึกซ้อมนักกีฬามวยไทยอาชีพ

ปัญหาการฝึกซ้อม หมายถึง อุปสรรค หรือปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการฝึกซ้อมเพื่อเตรียมตัวเข้าแข่งขัน ทำให้ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์

ผู้จัดการทีม หมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่รับผิดชอบการบริหารทีม

ผู้ฝึกสอน หมายถึง ผู้ฝึกสอนกีฬามวยไทยประจำค่ายมวย

นักกีฬามวยไทยอาชีพ หมายถึง นักกีฬามวยไทยที่ลงทะเบียนการชกมวยไทยอาชีพอย่างถูกต้อง

ขอบเขตของการวิจัย (Scope of Research)

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา / ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่

   ตัวแปรต้น ได้แก่ ผู้จัดการค่ายมวย ผู้ฝึกสอน นักกีฬา

   ตัวแปรตาม ได้แก่ สภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ

2. ขอบเขตด้านประชากรที่ศึกษา

   ประชากรที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ ผู้จัดการค่าย จำนวน 42 คน ผู้ฝึกสอน 42 คน และนักกีฬามวยไทยอาชีพ จำนวน 214 คน รวมทั้งหมด จำนวน 298 คน

   กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างดังนี้ ผู้จัดการค่ายมวย 42 คน ผู้ฝึกสอน 42 คน นักกีฬามวยไทยอาชีพ 214 คน

3. ขอบเขตด้านสถานที่ที่ศึกษา ได้แก่ ค่ายมวยไทยอาชีพ ในจังหวัดบุรีรัมย์
4. ขอบเขตด้านระยะเวลาที่ศึกษา ตั้งแต่ 1 พฤษภาคม 2549 – 30 กันยายน 2549

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย (Expected & Result Application)

ผลการวิจัยทำให้ทราบถึงสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

ข้อตกลงเบื้องต้น

การวิจัยนี้มุ่งที่จะศึกษาสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

ข้อจำกัดของการวิจัย

ค่ายมวยไทยอาชีพ ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน และนักกีฬามวยไทยอาชีพที่ลงทะเบียนการชกมวยไทยอาชีพอย่างถูกต้อง ในจังหวัดบุรีรัมย์

หน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. การกีฬาแห่งประเทศไทย จังหวัดบุรีรัมย์
2. ค่ายมวยไทยอาชีพ ในจังหวัดบุรีรัมย์
3. สถาบันที่ผลิตบุคลากรทางการกีฬา

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากขอบเขตของการศึกษาค้นคว้าในเรื่องสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ คณะผู้วิจัยสรุปเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า (Conceptual Framework) ดังนี้

มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์
BURIRAM RAJABHAT UNIVERSITY

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ความสำคัญของกีฬามวยไทย
2. ประโยชน์ของกีฬามวยไทย
3. ประวัติมวยไทย
4. ความหมายและความสำคัญในการฝึกซ้อม
   4.1 ความหมายของการฝึกซ้อม
   4.2 ความสำคัญของการฝึกซ้อม
5. บทบาทและหน้าที่ของผู้จัดการทีมและผู้ฝึกสอน
   5.1 บทบาทหน้าที่ของผู้จัดการทีม
   5.2 บทบาทหน้าที่ของผู้ฝึกสอน
6. หลักในการฝึกซ้อมมวยไทย
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความสำคัญของมวยไทย

มวยไทยช่วยพัฒนาร่างกาย อารมณ์ สังคม จิตใจ และสติปัญญาให้เป็นผู้มีความสมบูรณ์ทางร่างกาย และจิตใจ สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ดังนั้นคนไทยทุกคนควรจะได้ฝึกฝนเพื่อเป็นการออกกำลังกายให้ร่างกายมีสมรรถภาพทางกายดีอยู่เสมอ ทั้งควรจะได้ศึกษาค้นคว้าเรื่องมวยไทยให้เป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจเรื่อมวยไทยอย่างถูกต้อง อันจะยังผลให้เกิดความรักชื่นชมในวัฒนธรรม อันล้ำค่าแห่งศิลปะการต่อสู้ และพยายามเผยแพร่ไปสู่ชาวโลกอย่างมีระบบ มวยไทยเป็นกิจกรรมการออกกำลังกายส่วนบุคคล และเป็นการออกกำลังกายร่วมกับคนหลาย ๆ คนได้ อาจใช้มวยไทยเพื่อการเล่นสนุกสนาน หรือฝึกหัดเพื่อการแข่งขันกีฬา และจัดการแข่งขันมวยไทยในโอกาสพิเศษ ต่าง ๆ เช่น งานเทศกาลประเพณี กิจกรรมเกี่ยวกับมวยไทยจึงเป็นสื่อ

สัมพันธ์ของคนในชุมชน และระหว่างชุมชนอย่างต่อเนื่องยังผลให้เกิดความร่วมมือกันในสังคม (โพธิ์สวัสดิ์ แสงสว่าง. 2540 : 4 – 5)

มวยไทยมีส่วนสำคัญในการดำรงเอกราชของชาติไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เพราะมวยไทยช่วยให้การรบของทหารไทยได้เปรียบคู่ต่อสู้ โดยเฉพาะในระยะประชิดตัว ทหารตำรวจไทยจึงได้รับการฝึกฝนเรื่องมวยไทยอย่างต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน มวยไทยแพร่หลายเป็นที่นิยมกันมาในต่างประเทศทั้งในเอเชีย ยุโรป และอเมริกา ทำให้ชาวต่างชาติรู้จักคนไทย นิยมยกย่องในความสามารถด้านมวยไทยโดยจ้างให้เป็นผู้ฝึกสอนช่วยให้คนไทยมีงานทำ ทำรายได้ให้ประเทศอย่างมีเกียรติและศักดิ์ศรี

มวยไทยมีความสำคัญต่อชาวโลก เนื่องจากนานาประเทศเริ่มหันมาสนใจศิลปะการต่อสู้แบบมวยไทย และนิยมฝึกซ้อมทั้งเพื่อการออกกำลังกาย และเพื่อการแข่งขัน มีการตั้งชมรมและองค์กรมวยไทยในต่างประเทศมากมาย ซึ่งล้วนแล้วแต่นำกิจกรรมการฝึกซ้อมการแข่งขันมวยไทยเป็นสื่อทำให้ชาวต่างชาติเข้าใจในวัฒนธรรม ประเพณีของคนไทยมากขึ้น ทั้งชื่นชมและหวงแหนศิลปะมวยไทยเหมือนศิลปะที่สร้างขึ้นมาสำหรับชาวโลกทั้งมวล

ประโยชน์ของกีฬามวยไทย

โพธิ์สวัสดิ์ แสงสว่าง (2532. 169 – 170) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกีฬามวยไทยไว้ดังนี้

1. ทำให้มีความมั่นใจในตนเอง
2. ทำให้เกิดความกล้าหาญ
3. มีอำนาจบังคับจิตใจดีขึ้น
4. ทำให้มีความสุขุมรอบคอบและเยือกเย็น
5. ทำให้มีความพินิจ พิเคราะห์ รู้จักใช้เหตุผล
6. ทำให้มีสมรรถภาพทางกายดี
7. ทำให้มีความมานะอดทน
8. ทำให้มีเชาว์ไว ไหวพริบดี ตัดสินใจได้ฉับพลัน
9. ทำให้มีความเข้มแข็งอดทน
10. มีความสุจริต ยุติธรรม
11. มีความสนุกสนาน ร่าเริง เบิกบาน
12. ทำให้มีความสามัคคี

13. ทำให้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย
14. ทำให้มีวินัย ปฏิบัติตามระเบียบแบบแผน
15. ทำให้มีความโอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
16. ทำให้เป็นพลเมืองดีของชาติ
17. ทำให้มีรูปร่างสวดทรงสง่างาม
18. สร้างภูมิต้านทานโรคให้กับร่างกาย
19. สามารถป้องกันตนเองและคุ้มครองคนอื่นในยามมีอุบัติภัยต่าง ๆ

จากที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่า กีฬามวยไทยนอกจากจะให้ประโยชน์ตามที่กล่าวมาข้างต้นแล้วยังเป็นศิลปวัฒนธรรมทางกีฬาของชนชาติไทย เป็นนันทนาการ และยังช่วยแก้ปัญหาทางสังคม ปัญหาวัยรุ่นตลอดทั้งปัญหาการว่างงานอีกด้วย

ประวัติมวยไทย

มนุษย์รู้จักคำว่า “ต่อสู้” ตั้งแต่มนุษย์เริ่มเกิดลืมตามาดูโลก ต้องต่อสู้กับทุกสิ่งทุกอย่างรอบๆ ตัวเองและแม้แต่กับตัวเอง ก็มิได้ละเว้นจะต้องสู้ ต้องต่อสู้กับธรรมชาติ และภัยของธรรมชาติ สิงสา ราสัตว์ ที่มุ่งร้ายหมายชีวิต หรือที่มนุษย์จะมุ่งเอาชีวิตเพื่อนำมาเป็นอาหารสำหรับยังชีวิต บางครั้งมนุษย์ก็ต่อสู้กันเอง เพื่อสิทธิในการครอบครองเป็นเจ้าของ เพื่อเสรีภาพ เพื่อป้องกันตนเองหรืออื่นๆ การต่อสู้ดังกล่าวอาจจะต้องใช้กำลังกายกำลังใจและกำลังความคิดเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย

มนุษย์จะต่อสู้เพื่อวัตถุประสงค์ใดก็แล้วแต่จุดมุ่งหมายสูงสุดของการต่อสู้ ความอยู่รอดของชีวิตจากการต่อสู้มนุษย์ก็ได้พยายามคิดค้นวิธีการต่อสู้ เพื่อป้องกันให้ถึงแก่ชีวิตได้ภายในระยะเวลาอันสั้น หรือเมื่อทั้งสองฝ่ายมีอาวุธคู่มือการทำร้ายกันก็ทำได้ลำบากต่างก็ต้องเกรงซึ่งกันและกันมนุษย์ก็พยายามใช้ความคิดที่จะหาหนทางเอาชนะ เอาชีวิตของคู่ต่อสู้ให้ง่ายและรวดเร็ว ป้องกันชีวิตตนเองให้ปลอดภัยมากขึ้นพยายามคิดค้นศึกษา ทดลอง ดัดแปลงแก้ไข เพื่อหาแนวทางที่จะต่อสู้และป้องกันตัวทั้งที่มีอาวุธและไม่มีอาวุธ ทำให้เกิดศิลปะการต่อสู้และป้องกันตัวขึ้นมา

มนุษย์ในแต่ละซีกโลกหนึ่ง หรือแต่ละภาคของโลก ต่างก็มีวิธีการต่อสู้และป้องกันตัวเป็นของตนเอง และแตกต่างกับการต่อสู้ของมนุษย์ในอีกซีกโลกหนึ่ง ทั้งนี้เพราะธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมรอบตัวแตกต่างกัน เช่น มนุษย์ในแถบขั้วโลกมีหิมะน้ำแข็งจับอยู่ตลอดปี หรือมีอากาศหนาวจัด การแต่งกายจะต้องแต่งด้วยเสื้อผ้าหนาๆ เพื่อป้องกันความหนาวที่จะมาทำอันตรายต่อผิวหนัง ความคล่องตัวในการเตะต่อยไม่ค่อยมีการต่อสู้ มักจะใช้ประโยชน์จากเครื่องแต่งกายที่หนา

โดยการจับรั้งเพื่อทำการทุ่ม หรือใช้ขอบเสื้อส่วนที่เป็นปกและคอเสื้อรัดคอหรือใช้เกี่ยวพันไม่ให้คู่ต่อสู้เคลื่อนไหวได้ ซึ่งเป็นแขนงหนึ่งของการต่อสู้ป้องกันตัวแบบจับทุ่ม ได้แก่ ยูโด มวยปล้ำ ไอคิโด สำหรับมนุษย์ที่เกิดในบริเวณอากาศอบอุ่นและค่อนข้างร้อน การแต่งกายจะแต่งด้วยเสื้อผ้าที่บาง ไม่รุ่มร่าม มีความคล่องตัวในการเตะต่อยดีการต่อสู้จึงมักจะอาศัยการเตะต่อย ซึ่งเป็นแขนงหนึ่งของการต่อสู้ป้องกันตัว แบบเตะต่อย เช่น มวยไทย มวยสากล เสี้ยวลิ้มของจีนคาราเต้ของญี่ปุ่น หรือเทควันโดของเกาหลี เราจะสังเกตเห็นว่า ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวบางประเภทจะมีลักษณะคล้ายๆ กัน เช่น แขนงวิชาการเตะต่อย อาจกล่าวว่า ศิลปะประเภทนี้ก็อาจจะกล่าวได้ยาก เพราะการคิดค้นทดลองฝึกฝน มักจะเลียนแบบธรรมชาติเป็นส่วนใหญ่ ดังนั้นความคล้ายคลึงกันจึงย่อมจะเป็นไปได้

มนุษย์ได้พยายามคิดค้นการต่อสู้มือเปล่าเพื่อให้ตนเองปลอดภัยจากสิ่งรอบข้าง โดยใช้อวัยวะของร่างกายเป็นอาวุธเข้าต่อสู้ เช่น มือและเท้า กำหนดระเบียบแบบแผนมีหลักเกณฑ์ในการต่อสู้สิ่งต่างๆ รวมกันเรียกว่า “มวย” บรรพบุรุษมีความเฉลียวฉลาดในการคิดค้น ดัดแปลงและพลิกแพลงในการใช้อวัยวะทุกส่วนของร่างกาย เช่น มือ เท้า เข่า ศอก และศีรษะเข้าต่อสู้ป้องกันปิดป้องส่วนที่อ่อนแอของร่างกายได้เป็นอย่างดี วิธีการต่อสู้และป้องกันตนเองของไทย ซึ่งจะหาการต่อสู้ของชาติอื่นมาเทียบไม่ได้ การต่อสู้มือเปล่าของไทยเป็นศิลปะแห่งการต่อสู้ประจำชาติ เรียกว่า “มวยไทย”

มวยไทยเป็นศิลปะของการต่อสู้ป้องกันตัวได้จริงสามารถนำไปใช้ได้ทั้งในการต่อสู้และในการกีฬา ศิลปะประเภทนี้บรรพบุรุษของชาติไทยใช้อบรมสั่งสอนสืบทอดกันมาให้ดำรงอยู่ตลอดไป บรรดาชายฉกรรจ์จะได้รับการสั่งสอนฝึกฝนศิลปะประเภทนี้อย่างจัดเจนทั้งสิ้น การใช้อาวุธรบสมัยโบราณ เช่น กระบี่ กระบอง ดาบ ง้าว ทวน ฯลฯ นักรบไทยจะนำไปประกอบการต่อสู้ที่มีชั้นเชิงสูง เดิมมักจะฝึกสอนกันเฉพาะบรรดาเจ้านายชั้นสูง นับตั้งแต่พระมหากษัตริย์และขุนนางฝ่ายทหารเท่านั้น ต่อมาจึงแพร่หลายไปถึงสามัญชน ได้รับการถ่ายทอดวิทยาการจากครูอาจารย์ ซึ่งเดิมเป็นยอดทหารขุนพล ยอดนักรบของชาติมาแล้ว ได้ละเพศฆราวาสเข้าสู่เพศบรรพชิตพยายามถ่ายทอดวิทยาการให้แก่ศิษยานุศิษย์ และสืบเนื่องมาจากไทยมีศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติ ครูอาจารย์ที่สอนอยู่ในเพศบรรพชิต จึงทำให้มวยไทยกับศาสนาพุทธ มีความสัมพันธ์กันจนแยกไม่ออก ซึ่งจะสังเกตได้จากก่อนการชก นักมวยจะมีการไหว้ครู ร่ายมนต์คาถาตามร่างกายก็มีเครื่องรางของขลัง เช่น ผ้าประเจียดรัดแขน หรือมงคลสวมศีรษะ เป็นต้น

มวยไทยเริ่มขึ้นในสมัยใดไม่ปรากฏ และไม่มีหนังสือเล่มใดเขียนไว้ว่าเกิดขึ้นในสมัยใด แต่เท่าที่ได้ปรากฏนั้นมวยไทยได้เกิดขึ้นมานานแล้ว และอาจเกิดขึ้นมาพร้อมๆ กับชาติไทยด้วยซ้ำ เพราะมวยไทยนั้นเป็นศิลปะประจำชาติของไทยเราจริงๆ ยากที่ชาติอื่นจะเลียนแบบได้

มวยไทยในสมัยก่อนเท่าที่ทราบจะมีการฝึกฝนอยู่ในบรรดาหมู่ทหาร เพราะในสมัยก่อนไทยเราได้มีการรบพุ่งและสู้รบกันกับประเทศเพื่อนบ้านบ่อยๆ การสู้รบในสมัยนั้นยังไม่มีปืนจะสู้กันมีแต่ดาบทั้งสองมือและมือเดียว เมื่อเป็นเช่นนี้การรบพุ่งก็ต้องมีการประชิดตัว คนไทยเห็นว่าการรบด้วยดาบนั้นเป็นการรบพุ่งที่ประชิดตัวมากเกินไป บางครั้งคู่ต่อสู้อาจจะเข้ามาฟันเราได้ง่ายขึ้น ทำให้แพ้คู่ต่อสู้ได้

ต่อมาเมื่อในหมู่ทหารได้รับการฝึกถีบ เตะแล้ว มีผู้คิดว่าทำอย่างไรเราจึงจะใช้การถีบ และเตะนั้นมาเป็นศิลปะสำหรับการต่อสู้ด้วยมือได้ จึงได้มีผู้ที่คิดจะฝึกหัดการต่อสู้ป้องกันตัวสำหรับการใช้แสดงเวลามีงานเทศกาลต่างๆ ไว้อวดชาวบ้าน และเป็นของแปลกสำหรับชาวบ้าน เมื่อเป็นเช่นนี้มานานเข้าชาวบ้านหรือคนไทยได้เห็นการถีบ – เตะอย่างแพร่หลายและบ่อยเข้า จึงทำให้ชาวบ้านมีการฝึกหัดมวยไทยกันมากจนถึงกับตั้งเป็นสำนักฝึกกันมากมายแต่สำนักที่ฝึกมวยไทยก็ต้องเป็นสำนักดาบที่มีชื่อดีมาก่อน และมีอาจารย์ดีไว้ฝึกสอน ดังนั้นมวยไทยสมัยนั้นจึงฝึกเพื่อมีความหมาย 2 อย่างคือ

1. เพื่อไว้สำหรับสู้รบข้าศึก
2. เพื่อไว้ต่อสู้ป้องกันตัว

สมัยอาณาจักรน่านเจ้า พ.ศ. 1291 พระเจ้าพีล่อโก๊ะ ได้รวบรวมอาณาจักรไทยขึ้น เรียกว่าอาณาจักรน่านเจ้า และมีกษัตริย์ที่เข้มแข็งปกครองอยู่นาน ไทยต้องทำสงครามกับจีนอยู่ตลอดเวลา บางครั้งก็เป็นมิตรบางครั้งก็เป็นศัตรูกัน ในสมัยนั้นมีการฝึกใช้อาวุธบนหลังม้า รู้จักใช้หอก ใช้ง้าว ในสมัยล้านนาไทยได้มีวิชาการต่อสู้ป้องกันตัว และวิชาเจิ้ง (การต่อสู้แบบจีนชนิดหนึ่งคล้าย ๆ มวยจีน) การรบเพลงอาวุธและตำราพิชัยสงคราม จะสังเกตเห็นว่าการต่อสู้ในสมัยนี้ส่วนมากจะใช้อาวุธ เพราะเป็นการต่อสู้เพื่อเอกราช การต่อสู้ด้วยมือเปล่าก็มีอยู่บ้าง แต่ส่วนมากจะใช้ระยะประชิดตัว และนิยมการเลียนแบบจากจีน

สมัยกรุงสุโขทัย พ.ศ. 1781 – 1921 ในสมัยสุโขทัยนี้การต่อสู้ด้วยมือเปล่าด้วยวิชามวยไทยก็มีใช้อยู่ในการต่อสู้กับข้าศึก ส่วนใหญ่ก็ยังใช้อาวุธชนิดต่างๆ เพื่อการกอบกู้ประเทศชาติ สถานที่ที่เป็นสำนักประสิทธิ์ประสาทวิชามวยไทยแบ่งออกเป็น

1. วัด จากครูอาจารย์ที่บวชเป็นพระภิกษุมีฝีมือในการต่อสู้

2. บ้าน จากผู้มีความรู้เป็นผู้ถ่ายทอดวิชามวยไทยให้กุลบุตร กุลธิดาที่สนใจ

3. สำนักราชบัณฑิต ให้เรียนวิชาการต่อสู้ป้องกันตัว มีการใช้อาวุธบนหลัง ช้าง วัว ควาย

นอกจากนี้ยังมีการละเล่นพื้นเมือง เช่น ระบำ รำ เต้น กีฬาว่าว จากพงศาวดารโยนกพูดถึงเรื่องการล่าสัตว์ว่า พระเจ้าแม่งรายกับพระเจ้ารามคำแหงได้ทรงช้างออกไปล่าสัตว์กับพวกพรานและข้าราชบริพาร ซึ่งเป็นสัตว์ประเภท กวาง หมู ไก่ อีเก้ง นก ฯลฯ เป็นต้น

สมัยกรุงศรีอยุธยา พ.ศ. 1893 – 2310 สมัยนี้ยังมีการถ่ายทอดวิชาการต่าง ๆ มาจากสมัยสุโขทัยกันอย่างต่อเนื่อง เช่น การล่าสัตว์ การคล้องช้าง การฟ้อนรำ และการละเล่นต่างๆ และวัดยังคงเป็นสถานที่ให้ความรู้ทั้งวิชาสามัญและฝึกความชำนาญในเชิงดาบกระบี่ กระบอง กริช มวยไทย ธนู เป็นต้น

พ.ศ. 1901 – 2173 ประชาชนในกรุงศรีอยุธยานิยมเล่นกีฬากลางแจ้งกันมาก โดยเฉพาะการเล่นว่าว จนต้องออกกฎมลเฑียรบาล ห้ามประชาชนเล่นว่าวเหนือพระราชฐาน

พ.ศ. 2174 – 2233 สมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราชนับว่าเจริญที่สุด เพราะมีกีฬาหลายอย่าง เช่น การแข่งขันเรือ การชกมวย

ในสมัยอยุธยาตอนปลาย มวยไทยก็มีการฝึกฝนกันตามสำนักฝึกต่างๆ และมีการฝึกกันอย่างกว้างขวาง จนถึงสมัยกรุงเทพฯก็มีเวทีมวยที่จัดให้มีการแข่งขันกันอย่างสนุกสนาน เช่น เวทีสวนเจ้าเชษฐ์ และเวทีสวนกุหลาบ ซึ่งการชกในสมัยนี้ก็ยังมีการคาดเชือกกันอยู่ จนในตอนหลังนวมได้เข้ามาแพร่หลายในไทยการชกกันในสมัยหลังๆ จึงได้สวมนวมชกกัน แต่การชกก็ยังเหมือนเดิม คือยังใช้การถีบ เตะ ชก ศอก เข่า อยู่เช่นเดิมดังที่เห็นอยู่ในปัจจุบันนี้

สมัยพระเจ้าเสือ หรือขุนหลวงสรศักดิ์ พระองค์ชอบกีฬาชกมวย ครั้งหนึ่งพระองค์ได้เสด็จไปที่ตำบลราดรวด พระองค์พร้อมด้วยมหาดเล็กอีก 4 คน แต่งกายแบบชาวบ้านนอกไปเที่ยวงานมหรสพ แล้วพระองค์ก็สมัครชกมวย โดยไม่เกี่ยงว่าคู่ต่อสู้จะเป็นใคร พอทางสนามรู้ว่าพระองค์เป็นนักมวยมาจากอยุธยา จึงได้จัดนักมวยฝีมือดีจากเมืองวิเศษชัยชาญเท่าที่มีอยู่ ซึ่งได้แก่ นายกลางหมัดมวย นายใหญ่หมัดเหล็ก และนายเล็กหมัดหนัก ชกกับพระเจ้าเสือ พระองค์ชกชนะทั้งสามคนรวด พระองค์ได้ฝึกฝนให้เจ้าฟ้าเพชร และเจ้าฟ้าพร พระราชโอรสให้สามารถในกระบี่กระบองและมวยปล้ำในสมัยนั้นใครมีเพลงดาบดีและเก่งทางรบพุงนั้น จะต้องเก่งทางมวยไทยด้วย เพราะเวลารบพุ่งนั้นต้องอาศัยมวยไทยเข้าช่วยด้วย ดังนั้นวิชามวยไทยในสมัยนั้นจึงมุ่งหมายเพื่อที่จะฝึกฝนเพลงดาบ และวิชามวยไทย เพื่อที่จะให้ตัวเองเข้าไปรับใช้ชาติโดยการเป็นทหาร แต่เมื่อพ้นจากหน้าที่

สงครามแล้ว มีการชกมวยกันเพื่อความสนุกสนาน และมีการพนันกันระหว่างนักมวยที่เก่งจากหมู่บ้านหนึ่ง กับนักมวยที่เก่งจากอีกหมู่บ้านหนึ่งมาชกกัน ในหน้าที่มีงานเทศกาล หรือเกิดการท้าทายกันขึ้น และมีการพนันขันต่อกัน มวยในสมัยนั้นชกด้วยหมัดเปล่าๆ ยังไม่มีการคาดเชือก

พ.ศ. 2310 หลังจากกรุงศรีอยุธยาแตก คนไทยถูกจับไปเป็นเชลยมาก และเมื่อไปถึงพม่าก็จัดมหาเจดีย์ใหญ่เพื่อฉลองชัยชนะ สุกี้พระนายกองก็ได้คัดเลือกนายขนมต้มส่งไปชกมวยที่พม่าด้วย นายขนมต้มซึ่งได้ใช้วิชามวยไทยต่อสู้กับพม่าถึง 10 คน และพม่าได้แพ้นายขนมต้มหมดทุกคน จนถึงกับพระเจ้ากรุงอังวะตรัสชมเชยว่า คนไทยถึงแม้จะไม่มีอาวุธในมือ มีเพียงมือเปล่า 2 ข้าง ก็ยังมีพิษรอบตัว เสร็จแล้วพระเจ้ากรุงอังวะได้มอบเงินและภรรยาให้ 2 คน เป็นรางวัลแก่นายขนมต้ม นายขนมต้มจึงได้เปรียบเสมือนบิดาผู้สอนมวยไทย เพราะทำให้ไทยมีชื่อเสียงเกี่ยวกับวิชามวยไทยเป็นอันมากในสมัยนั้น และชื่อเสียงได้เลื่องลือมาจนถึงสมัยปัจจุบัน อนึ่ง ในสมัยกรุงศรีอยุธยาตอนปลาย มวยไทยชกกันด้วยการ "คาดเชือก" เรียกว่า มวยคาดเชือก ซึ่งใช้เชือกหรือผ้าพันมือ บางครั้งการชกอาจถึงตายเพราะเชือกที่คาดมือนั้นบางครั้งใช้น้ำมันชุบเศษแก้วละเอียดชกตรงไหนเป็นแตกได้เลือด จะเห็นว่าสมัยนี้การชกมวยคาดเชือกมีอันตรายมาก

สมัยกรุงธนบุรี พ.ศ. 2314 พม่ายกมาตีเมืองเชียงใหม่และได้ยกทัพมาตีเมืองพิชัย พระยาพิชัย (นายทองดี ฟันขาว) จึงนำทัพออกตะลุมบอนกับพม่าจนดาบทั้งสองหัก และป้องกันเมืองไว้ได้ พระยาพิชัยเป็นผู้มีฝีมือในเรื่องการชกมวย กระบี่กระบอง และฝีมือในการรบ พระเจ้ากรุงธนบุรี (พระเจ้าตากสิน) จึงได้ให้ไปครองเมือง พิชัย จากการต่อสู้ของพระยาพิชัยจนดาบหัก และสามารถป้องกันเมืองพิชัยไว้ได้นี้ประชาชนจึงเรียกว่า พระยาพิชัยดาบหัก ในสมัยกรุงธนบุรี มีการเล่นกีฬามวยไทย กระบี่กระบอง แข่งเรือ ว่าว ตะกร้อ หมากรุก ชักเย่อ

สมัยกรุงรัตนโกสินทร์ (สมัยปัจจุบัน) พ.ศ. 2325 ในระยะต้น คือ รัชกาลที่ 1 – รัชกาลที่ 5 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ กษัตริย์ไทยทรงโปรดการกีฬามากเช่นสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวได้โปรดให้ลูกยาเธอหลายพระองค์หัดเล่นกระบี่กระบอง ส่วนใหญ่ประชาชนก็นิยมเล่นกีฬากันมากโดยฝึกกันตามบ้านและสำนักต่างๆ พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าฯ ทรงแต่งตั้งผู้ที่มีฝีมือในทางกีฬาต่าง ๆ ให้เป็นหัวหน้าในการจัดกีฬา ให้มียศและตำแหน่งด้วย เช่น หมื่นมวย แม่นหมัด ขุนชงัด ชิงชก เป็นผู้ดำเนินการจัดกีฬา กีฬาไทยที่ได้รับการยกย่องส่งเสริมมีดังนี้

1. กีฬาว่าว จัดให้มีการแข่งขันว่าวชิงถ้วยพระราชทานพระองค์ทรงโปรดเกล้าให้สมเด็จกรมพระยาดำรงราชานุภาพร่างระเบียบการแข่งขันว่าว และตราเป็นข้อบังคับ เรียก กติกาว่าวสนามหลวง พระองค์ยังดำริที่จะตั้งสมาคมกีฬาสยามขึ้น

2. จัดให้มีการแข่งขันกีฬากระบี่กระบอง พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงเป็นนักกระบี่กระบองที่มีความสามารถ พระองค์ได้ส่งเสริมให้มีการฝึกหัดและจัดแข่งขันกันอย่างกว้างขวาง

3. จัดให้มีการแข่งขันกีฬามวยไทย รัชกาลที่ 5 พระองค์มีความชำนาญในกีฬามวยไทยจึงจัดให้มีการแข่งขันชกมวยขึ้นทั้งในชนบทและในกรุง

4. จัดให้มีการแข่งขันกีฬา รัชกาลที่ 5 ได้จัดให้มีการแข่งขันกรีฑานักเรียนและครูขึ้น โดยจัดครั้งแรกเมื่อ 11 มกราคม พ.ศ. 2440 บริเวณท้องสนามหลวง โดยมีกระทรวงธรรมการเป็นผู้รับผิดชอบและดำเนินงาน

หลักเกณฑ์ในการจัดการแข่งขัน และกรรมการผู้ชี้ขาดตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 ขึ้นไปหาหลักฐานไม่ได้ แต่พอจะจับเค้าโครงเรื่องนี้ได้ในสมัยรัชกาลที่ 6 เป็นต้นมา การแข่งขันชกมวยในสมัยต่าง ๆ ซึ่งนับว่าครึกโครมและมีผู้นิยมชมชอบมาก ซึ่งพอจะแยกกล่าวได้มีอยู่ 5 สมัยด้วยกัน คือ

1. สมัยสวนกุหลาบ ในสมัยนี้ประชาชนนิยมการชกมวย และชมการแข่งขันชกมวยกันเป็นจำนวนมาก การชกมวยกันในสมัยนี้ยังนิยมการคาดเชือกอยู่ การชกได้กำหนดจำนวนยกไว้แน่นอนแล้ว และมีกรรมการผู้ชี้ขาด ผู้ตัดสินส่วนมากนั่งอยู่ข้างเวที และให้อาณัติสัญญาณให้นักมวยหยุดชกด้วยเสียงหรือนกหวีด

2. สมัยท่าช้าง ในสมัยนี้เป็นสมัยหัวเลี้ยวหัวต่อ จากคาดเชือกมาเป็นสวมนวม (พ.ศ. 2462) ได้จัดการแข่งขันขึ้นเป็นระยะเวลาพอสมควร สนามก็เลิกไป กรรมการผู้ชี้ขาดในสมัยนี้นับว่ามีชื่อเสียงก็คือนายทิม อติเปรมานนท์ และนายนิยม ทองชิตร์

3. สมัยสวนสนุก การจัดการแข่งขันในสมัยนี้ รู้สึกว่าเจ้าของสนามได้จัดการแข่งขันและได้จัดการแข่งขันอยู่เป็นเวลาหลายปีทำให้นักมวยไทยมีชื่อเสียงขึ้นหลายคน เช่น นายสมาน ดิลกวินลาส นายสมพงษ์ เวชสิทธิ์ เป็นต้น กรรมการที่ชี้ขาดการตัดสินในขณะนั้นและนับว่ามีชื่อเสียงควรกล่าวคือ หลวงพิพัฒน์ พลกาย นายสุนทร ทวีสิทธิ์ (ครูกิมเส็ง) และนายนิยม ทองชิตร์

4. สมัยหลักเมืองและสวนเจ้าเชษฐ์ การแข่งขันชกมวยในสมัยนี้นับว่าเข้มแข็งดีมาก เพราะทางราชการทหารได้เข้าจัดการเพื่อเก็บเงินบำรุงราชการทหาร คณะกรรมการและนักมวยได้ร่วมมือกันเป็นอย่างดี จนเก็บเงินส่งบำรุงราชการทหารได้เป็นจำนวนมากสมความประสงค์ของราชการทหาร ตลอดจนทำให้นักมวยที่มีชื่อเสียงเกิดขึ้นอีกหลายคน เช่น ผล พระประแดง เพิก สิงห์พัลลภ ถวัลย์ วงศ์เทเวศน์ ประเสริฐ ส.ส. และ ทองใบ ยนตรกิจ ได้จัดการแข่งขันอยู่เป็นเวลาหลายปีจึงได้เลิกการแข่งขันเมื่อใกล้ๆ สงครามโลกครั้งที่ 2 กรรมการผู้ชี้ขาดได้ทำการตัดสินอยู่เป็น

ประจำตลอดนั้น มีอยู่ 3 คนด้วยกันคือ นายสังเวียน หิรัญยเลขา นายเจือ จักษุรักษ์ นายวงศ์ หิรัญยเลขา

5. สมัยปัจจุบัน ได้ทำการแข่งขัน ณ เวทีราชดำเนินและเวทีลุมพินี เป็นประจำทุกวันสลับกันไป ยังมีเวทีชั่วคราว เช่น เวทีกองทัพอากาศ เวทีกองทัพเรือ และตามต่างจังหวัดทุกจังหวัด การแข่งขันมีทั้งมวยไทย และมวยสากล ตลอดจนได้จัดส่งให้นักมวยต่างประเทศเข้ามาแข่งขัน และจัดส่งนักมวยไทยไปแข่งขัน ณ ต่างประเทศในปัจจุบัน

มวยไทยเป็นกีฬาที่เก่าที่สุดของไทย และเป็นที่นิยมของประชาชนทุกชั้นทุกสมัย ในชั้นต้นการแข่งขันมวยไทยไม่ได้มีกติกาเป็นลายลักษณ์อักษร นายสนาม ต้องชี้แจงให้นักมวยคู่แข่งขันทราบถึงหลักเกณฑ์ในการแข่งขันนั้นๆ หลักเกณฑ์ต่าง ๆ เหล่านี้เมื่อใช้กันมากขึ้นก็กลายเป็นจารีตประเพณี ซึ่งใช้เป็นหลักสำหรับการแข่งขันสืบมา

พ.ศ. 2455 ม.จ.วิบูลย์ สวัสดิ์วงศ์ สวัสดิกูล ซึ่งสำเร็จการศึกษามาจากมหาวิทยาลัยในประเทศอังกฤษ ได้ทรงนำวิชามวยฝรั่ง (มวยสากล) มาสอนให้แก่คณะครูที่สามัคยาจารย์สมาคมและได้ทรงร่างกติกามวยฝรั่งขึ้น ในไม่ช้ามวยฝรั่งก็ได้แพร่หลายไปตามโรงเรียนต่างๆ ทั่วพระราชอาณาจักรโดยรวดเร็ว

พ.ศ. 2462 กระทรวงศึกษาธิการได้จัดให้มีการแข่งขันมวยฝรั่งระหว่างนักเรียนขึ้นเป็นครั้งแรก ส่วนกติกามวยฝรั่งซึ่ง ม.จ.วิบูลย์ สวัสดิ์วงศ์ สวัสดิกูล ได้ทรงร่างขึ้น มีการแก้ไขบ้างเล็กน้อย และคณะกรรมการจัดการกีฬาของกระทรวงศึกษาธิการได้จัดพิมพ์ขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2470

พ.ศ. 2470 กระทรวงมหาดไทยมีความประสงค์จะออกกฎกระทรวง ว่าด้วยเงื่อนไขการอนุญาตให้เล่นการพนันมวยชก มวยปล้ำ ตามพระราชบัญญัติการพนัน พ.ศ. 2470 และขอให้กรมพลศึกษาปรับปรุงแก้ไขกติกาเหล่านี้ให้รัดกุมยิ่งขึ้น กรมพลศึกษาเห็นชอบด้วย จึงแจ้งให้เจ้าหน้าที่กรมพลศึกษาร่วมมือกันพิจารณาร่างกติกามวยไทย มวยฝรั่ง และมวยปล้ำขึ้นใหม่จนสำเร็จเมื่อ 10 มีนาคม 2477 และเริ่มใช้กติกาใหม่นี้ตั้งแต่ 1 เมษายน 2480 เป็นต้นไป และได้จัดพิมพ์ครั้งที่ 1 เมื่อ พ.ศ. 2482

พ.ศ. 2477 กระทรวงมหาดไทยได้วางข้อบังคับคุ้มครองการแข่งขันชกมวยไทย มวยฝรั่ง เพื่อเป็นการแข่งขันชั่วคราว

มวยไทยอาชีพ ทางบริษัทมวยเวทีราชดำเนินได้วางระเบียบข้อบังคับ และกติกาแข่งขันขึ้นโดยได้อาศัยระเบียบข้อบังคับและกติกามวยสากล (อาชีพ) ของประเทศฟิลิปปินส์เข้าเทียบเคียงเพื่อให้เข้ากับระเบียบข้อบังคับของสหพันธ์มวยภาคตะวันออก ซึ่งประเทศไทยเราได้เป็นภาคีอยู่ด้วย ทางเวที

ราชดำเนินได้ปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับกติกาใหม่นี้ตั้งแต่ เดือนมิถุนายน 2498 เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน

สำหรับในด้านการแข่งขันมวยไทยเป็นมาอย่างไรนั้นขอนำบทความในเรื่อง “จากสวนกุหลาบถึงราชดำเนิน” ของสมิงกะหร่อง ซึ่งได้เขียนไว้ในสมุดภาพบันทึกความวิวัฒนาการของเวทีมวยราชดำเนินดังต่อไปนี้

การเขียนเรื่องกีฬามวยไทยกำเนิดขึ้นในสมัยใดนั้นเป็นเรื่องสุดวิสัยของการเขียน กำลังอยู่ระหว่างปรับปรุงข้อมูลของการก่อตั้งกีฬามวยเมืองไทยเป็นเพียงตั้งแต่ยุคสมัยสวนกุหลาบสมัยพระยา “แม็คนนท์เสน” มาจนถึงสมัยเวทีราชดำเนินก็ตกอยู่ในภาวะอันเดียวอย่างที่เราและท่านจะเล่าสู่กันฟังได้เพียงจากความทรงจำบางระยะบางตอนเท่านั้น เพราะว่าความทรงจำของคนเรานั้นมักสั้น เรื่องที่ข้าพเจ้าจะนำมาเล่าสู่กันฟังนี้ก็เสี่ยงต่อการผิดพลาดได้มากทีเดียว ถึงกระนั้นข้าพเจ้าก็พยายามอย่างที่สุดเท่าที่ข้าพเจ้าจะพยายามทำได้

ที่เรียกว่าสนามครั้งนั้นเป็นสนามจริง นายสนามเอาเชือกมากั้นพอเป็นบริเวณเข้า แล้วนักมวยก็คาดเชือกชกกันบนพื้นดิน ใช้จอกหรือกะลาลอยน้ำเป็นมาตรากำหนดเวลาจบครั้งหนึ่งเรียกว่า ยกหนึ่ง การต่อสู้ตามความรู้สึกในขณะนั้นก็เรียกว่าตื่นเต้นดี แต่ถ้าหากให้ชกกันเดี๋ยวนี้ก็คงถูกคนดูโห่หรือให้กรรมการไล่ลงหรือออกจากเวทีแน่ เพราะกว่าจะชกกันแต่ละครั้งนั้นนานจนเมื่อยตา แต่ก็น่าเห็นใจเนื่องจากหมัดที่ใช้ชกคาดด้วยเชือกแทนสวมนวม อย่างไรก็ดีกีฬามวยเริ่มเข้ามาสู่ระเบียบอย่างจริงจัง ก็เมื่อสร้างเวทีขึ้นกลางสนามฟุตบอลสวนกุหลาบ พื้นใช้ไม้กระยาเลยเสื่อลำแพน หรือเสื่อกระจูดปูทับข้างบน มีการนับยกโดยการจับเวลาเป็นนาทีมีกรรมการคอยห้ามครั้งแรกเคยใช้กรรมการ 2 คน คนหนึ่งคอยกันฝ่ายแดง อีกฝ่ายคอยกันฝ่ายน้ำเงิน คนหนึ่งคือพระยานนท์เสน อีกคนหนึ่งคือ พระยานเรนท์ราชา ที่เป็นกรรมการตัดสินที่นิยมยกย่องแพร่หลายอยู่ในระหว่างนักมวยและคณะหัวหน้านักมวยทั่วไป สำหรับการชกนั้น ชกกันสลับคู่ เช่น คู่ 1 ชก ครบ 1 ยก แล้วก็ลงจากเวที มาให้คู่ 2 ขึ้นไปชกกันเพื่อมิให้คนดูเสียเวลารอคอย พอครบยกก็ลงให้คู่แรกขึ้นชกยกที่ 2 หากยังไม่มีการแพ้ชนะกันก็ให้ชกกลับกันเรื่อยไปจนกว่าจะสิ้นแสงตะวัน

หลักเกณฑ์และกติกาเบื้องต้นอนุญาตให้ซ้ำกันได้ในเวลาล้ม นักมวยตอนนั้นจึงเรียนรู้วิธีต่อสู้รอบตัวทีเดียว เพราะฟาวล์ไม่มี แม้กระทั่งกัดใบหูก็เคยปรากฏ อีกอย่างหนึ่งสมัยนั้นนักเรียนพลศึกษามีมากอยากจะขึ้นชกเป็นการแสดงฝีมือ และสอบไล่มวยไทยไปในตัวเสร็จแต่กลัวเท้าพวกนักมวยต่างจังหวัด จึงตกลงวางหลักกติกาให้มีการใช้ยูยิตสูช่วยด้วย จึงเป็นของธรรมดาที่เราจะเห็นนักมวยต่างจังหวัดซึ่งไม่เคยรู้ยูยิตสูคืออะไร ถูกทุ่มถูกล็อกจนออกปากส่งเสียงร้องเอ็ดตะโร

ยอมแพ้ให้ลั่นไป นอกจากบางรายอย่าง ประสิทธิ บุญญารมย์ ซึ่งถูกตาทับจำเกราะเตะเสียจนตั้งตัวไม่ติดและสลบคาเท้าไปในที่สุด

กติกามวยไทยเราได้รับการทำนุบำรุง ได้รับการปรับปรุงทั้งระเบียบแบบแผน กฎกติกา จรรยา มารยาท และสวัสดิภาพตามแบบสากลนิยม หลายคนที่เคยดูมวยสมัยนั้น และสมัยต่อ ๆ มา ที่หลักเมือง ที่สวนกุหลาบ สนามชัย ท่าช้าง เคยเห็นนักมวยและมิตรสหายชาวเกลอของนักมวยยกพวกตีกันหัวร้างข้างแตก ภายหลังจากการชิงชัย เพราะว่าฝ่ายใดไม่พอใจ ขุ่นแค้นอาฆาตพยาบาท หรือเพียงแพ้พนัน แต่เมื่อได้มาเห็นนักมวยที่หน้าตายับเยิน ตรงเข้าสวมกอดกันหลังจากที่การชกได้ยุติลงและจูงมือเข้าโรงอาหารหรือสุรา เมื่อออกจากสนามก็มักจะตื่นเต้นในความเป็นนักกีฬาที่แสดงแก่กันนั่นเองที่ผลของพลศึกษาในสาขาวิชามวยทั้งแบบไทยและสากล ได้ให้แก่จิตใจของนักกีฬาและประชาชน ตลอดยุคแห่งการล้มลุกคลุกคลานของกีฬามวยจากสวนกุหลาบยุคโน้นมาจนถึงเวทีราชดำเนินในปัจจุบัน

ความหมายและความสำคัญในการฝึกซ้อม

1. ความหมายของการฝึกซ้อม

จากการศึกษาค้นคว้าทฤษฎี และหลักการของการฝึกซ้อมกีฬา จากตำราวารสาร เอกสารต่าง ๆ นักวิชาการ ได้ให้ความหมายของการฝึกซ้อมไว้ดังต่อไปนี้

เจริญ กระบวนรัตน์ (2532 : 5) ได้ให้ความหมายของการฝึกซ้อม ไว้ว่า การฝึกซ้อม คือ การพัฒนาเสริมสร้างขีดความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย ให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น สามารถกระทำได้ด้วยการเร่งเร้ากระตุ้นให้ระบบการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกายต้องการทำงานมากขึ้นมากกว่าปกติในทำนองเดียวกันการเพิ่มระดับความสามารถขั้นสูงสุดให้นักกีฬาสามารถกระทำได้ด้วยการปรับเพิ่มปริมาณความหนักในการฝึกซ้อม ให้สอดคล้องได้จังหวะเหมาะสม และต่อเนื่องกันกลายวิธี เพื่อให้เกิดประโยชน์และความสามารถสูงสุดแก่นักกีฬา นอกจากนี้จำเป็นต้องศึกษาข้อมูล รายละเอียด เกี่ยวกับการฝึกให้เข้าใจแน่ใจ แน่ชัด ก่อนที่จะเริ่มลงมือทำการฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่องจริงจัง ทั้งนี้เพราะการฝึกซ้อมจะมีผลโดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลงระบบการทำงานของอวัยวะภายในของร่างกาย

มงคล แฝงสาเคน (2535 : 283) ได้กล่าวว่า การฝึกซ้อม คือ การปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกาย เพื่อยกระดับทักษะ และพัฒนาร่างกายให้มีสมรรถภาพและประสิทธิภาพในการทำงานให้สูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ สมชาย ประเสริฐศิริพันธ์ (2524 : 172) กล่าวว่า การฝึกซ้อม

คือ การกระตุ้นร่างกายอย่างเป็นระเบียบ โดยมุ่งหวังในการพัฒนาร่างกายไปในทางที่มีประสิทธิภาพ ส่วน บุชเชอร์ (Bucher 1968: 282) กล่าวว่า การฝึกซ้อมเป็นสิ่งจำเป็น สำหรับนักกีฬาทุกประเภท เพราะการฝึกซ้อมที่ได้กระทำจนบรรลุเป้าหมาย และจะทำให้บุคคลได้รับการฝึกซ้อม เกิดความพร้อมก่อนที่จะลงมือทำการแข่งขัน

โดยสรุปแล้ว การฝึกซ้อม หมายถึง กระบวนการในการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวทางร่างกายด้วยวิธีต่าง ๆ ซ้ำ ๆ อย่างมีระบบ ระเบียบ และขั้นตอน เพื่อพัฒนาร่างกายและจิตใจให้มีประสิทธิภาพสูงสุด

ดังนั้นการฝึกซ้อมมวยไทยสมัครเล่น หมายถึง กระบวนการในการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวด้านร่างกายของนักกีฬามวยไทยสมัครเล่น ตั้งแต่เริ่มทำการฝึกซ้อมจนสิ้นสุดการแข่งขัน ด้วยวิธีการต่าง ๆ อย่างมีระบบ ระเบียบ และขั้นตอน ให้เหมาะสมกับวัยและขีดจำกัดของแต่ละบุคคล เพื่อรักษาระดับทักษะให้คงที่ หรือปรับปรุงทักษะให้ดีขึ้นและพัฒนาร่างกายและจิตใจให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น

2. ความสำคัญในการฝึกซ้อม

เป็นที่ยอมรับกันทั่วไปในปัจจุบันว่า เยาวชนและประชาชนได้ให้ความสนใจการกีฬาเพิ่มขึ้นอย่างมาก และมีการสนับสนุน ส่งเสริมการกีฬาทั้งในภาครัฐและเอกชน เพราะคุณค่าของการเล่นกีฬานั้นได้สร้างคุณภาพของคนอย่างมากมาย ดังที่

เปรม ติณสูลานนท์ (2525 : 7) ได้กล่าวไว้ว่า การส่งเสริมกีฬาเป็นการพัฒนากำลังคนให้มีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์ มีระเบียบวินัย และสมัครสมานสามัคคี ในประเทศใด บุคคลในชาติมีร่างกายสมบูรณ์แลชะมีจิตใจเป็นนักกีฬา ประเทศนั้นย่อมประกอบไปด้วยประชากรที่มีคุณค่าทั้งสติปัญญาสามารถสร้างความเจริญก้าวหน้า และธำรงเอกราชให้แก่บ้านเมืองอย่างเต็มที่

เจริญทัศน์ จินตนเสรี (2542 : 23) กล่าวไว้ว่า การจะพัฒนากีฬานั้นจะต้องพัฒนาองค์กรกีฬาควบคุมกันไปกับการพัฒนาบุคลากรด้านกีฬา โดยเฉพาะด้านผู้ฝึกสอนซึ่งผลโดยตรงต่อการฝึกซ้อมกีฬา

กรรวี บุญชัย (2540 : 166) ได้กล่าวไว้ว่า การแข่งขันกีฬาเพื่อความเป็นเลิศนักกีฬาจะต้องมีสมรรถภาพทางการที่สมบูรณ์ เพราะจะเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติทักษะทางกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ นิตยา เกิดจันทึก และคณะ (2539 : 1) ที่กล่าวไว้ว่า สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้นักกีฬามีทักษะมีประสบการณ์และมีสมรรถภาพทางกายที่ดี คือ การฝึกซ้อมที่ดี

จากความสำคัญในการฝึกซ้อมการเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ อันเป็นส่วนสนับสนุนในการฝึกซ้อม ได้แก่ การทดสอบสมรรถภาพของนักกีฬา การจัดเตรียมอุปกรณ์ การฝึกซ้อม สถานที่เก็บตัวการฝึกซ้อม งบประมาณและสวัสดิการ ตลอดทั้งผู้ฝึกสอน สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ที่จะให้การฝึกซ้อมมีผลสัมฤทธิ์สูง

บทบาทและหน้าที่ของผู้จัดการทีมและผู้ฝึกสอน

1. บทบาทและหน้าที่ของผู้จัดการทีม

ในการจัดวางโปรแกรมการฝึกซ้อมของนักกีฬา แต่ละประเภทนั้นแตกต่างกันออกไป ตลอดจนระยะในการเตรียมตัวหรือเตรียมทีม นั้นเป็นอิสระของแต่ละทีมจะกำหนด เพราะขึ้นอยู่กับนโยบาย ผู้บริหาร หรือผู้จัดการทีม ที่ให้การสนับสนุน ซึ่งมีส่วนในการผลักดันและส่งผลกระทบต่อการฝึกซ้อมของนักกรฬาให้ดีขึ้น หรือเลวลงได้เหมือนกัน ซึ่งชาติชาย อิสรัมย์ (2525 : 129) ได้กล่าวถึงบทบาทและหน้าที่ของผู้จัดการทีมไว้ ดังนี้

ผู้จัดการทีม (Team manager) เป็นผู้ที่มีอำนาจสูงสุดในทีม ทำหน้าที่บริหารทีมอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ภายในทีม ทำหน้าที่ตัดสินปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในทีมรับผิดชอบค่าใช้จ่ายภายในทีม หากมีกรณีที่ตอ้งประท้วงการตัดสินของกรรมการเป็นหน้าที่ของผู้จัดการทีม นอกนั้นยังเป็นสื่อกลางประสานงานทุก ๆ คน ทั้งภายในและภายนอกทีม

การเตรียมทีมของนักกีฬาในประเทศไทยนั้น หลายแห่งยังมอบหน้าที่ให้ผู้จัดการทีมเพียงคนเดียวเพื่อทำงานที่มีอยู่มากมาย ซึ่งเป็นไปไม่ได้ที่คน ๆ เดียวจะทำงานหลาย ๆ อย่างได้ดี นอกจากนั้น งานที่มีลักษณะแตกต่างกันจำเป็นต้องอาศัยบุคคลหลายอาชีพร่วมกันปฏิบัติงานต้องรู้จักแบ่งหน้าที่หรือประยุกต์งานตามอาชีพของเขาเข้าสู่การกีฬา อันจะนำไปสู่ผลสัมฤทธิ์ ดังที่ มงคล แฝงสาเคน (2535 : 205) ได้ให้ความหมายและหน้าที่ของผู้จัดการทีมไว้ว่าผู้จัดการทีมเป็นบุคคลที่มีความหมายสำคัญที่สุดในทีมกีฬาทุกชนิด เพราะผู้จัดการทีมเป็นผู้บริหารทีมและเป็นผู้วางแผนนโยบายหลักการสนับสนุนทีมที่มีหน้าที่ ดังนี้

1. พิจารณานโยบายของทีมร่วมกับคณะกรรมการกีฬานั้น ๆ เพื่อเป็นนโยบายในการดำเนินงาน ให้ทีมกีฬามีสมรรถภาพสูง
2. ร่วมมือกับผู้รับผิดชอบอื่น ๆ วางแผนการดำเนินการ เพื่อให้เป็นไปตามนโยบายที่วางไว้
3. จัดการเกี่ยวกับเรื่องการเงินของทีม

4. จัดการเกี่ยวกับเรื่องการจัดหา ปรับปรุง และดูแลวัสดุอุปกรณ์ เครื่องอำนวยความสะดวกทางการกีฬา

5. จัดการเกี่ยวกับการขนส่งนักกีฬา

6. อำนวยความสะดวกสบายต่าง ๆ ให้นักกีฬาและผู้รับผิดชอบอื่น ๆ

7. ดำเนินงานเกี่ยวกับการพิจารณาหาตัวนักกีฬา ร่วมรับผิดชอบคนอื่น ๆ

8. ติดต่อประสานงานทางธุรการต่าง ๆ

9. ส่งเสริมความเข้าใจอันดีต่อกันเพื่อแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในทีม

ผู้จัดการทีมเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าในองค์กรนั้น ซึ่งปรีชา กลิ่นรัตน์ (2536 : 193) กล่าวถึงบทบาทของผู้จัดการทีมไว้ คือ บทบาทตัวเชิด บทบาทผู้นำ และบทบาทผู้ติดตาม ซึ่งเป็นหน้าที่ต้องรับผิดชอบ ซึ่งสอดคล้องกับ ไพวัลย์ ตัณลาพุฒ (2530 : 59) ที่ได้กล่าวไว้ว่า ผู้จัดการทีม คือ บุคคลที่อำนวยความสะดวกให้แก่ทีมในด้านบริการทุก ๆ อย่าง

ดังนั้น ผู้จัดการทีมมวยไทยสมัครเล่น หมายถึง ผู้ทำหน้าที่บริหารทีมมวยไทยสมัครเล่น ร่วมกับผู้เกี่ยวข้องในการเตรียมทีม ตั้งแต่เริ่มทำการฝึกซ้อม จนเสร็จสิ้นการแข่งขัน เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

การเตรียมทีมกีฬาที่จะทำให้ทีมดี มีชื่อเสียง ประสบความสำเร็จในการแข่งขันเป็นที่รู้จักของสังคม และวงการกีฬา ย่อมมาจากการจัดการทีมที่ เช่น การวางแผนการฝึกซ้อม การแข่งขัน และการประเมินผล มีการประชุมปรึกษาหารือเป็นระยะ ๆ กำหนดหน้าที่แน่นอนในทีมรับผิดชอบ และแบ่งงานรับผิดชอบ ให้แก่ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน ผู้ช่วยผู้ฝึกสอน และ กรรมการอื่น ๆ เพื่อให้การทำงานของทีมเป็นไปด้วยความเรียบร้อย และนำทีมไปสู่จุดมุ่งหมายให้ดียิ่งขึ้น

2. บทบาทและหน้าที่ของผู้ฝึกสอน

ผู้ฝึกสอนเป็นผู้ที่มีอำนาจรองจากผู้จัดการทีมในการปฏิบัติงานโดยทั่วไป แต่เป็นผู้ที่มีอำนาจเต็มในการควบคุมดำเนินงานเกี่ยวกับการสอนและการฝึกซ้อม ทั้งในระหว่างการฝึกซ้อมและการแข่งขันสำหรับแนวความคิดของผู้ฝึกสอนกีฬาแต่ละคนอาจมีความแตกต่างกันเพราะสาเหตุหลายประการที่เป็นตัวกำหนด เช่น การศึกษา พื้นฐานของครอบครัว สภาพแวดล้อมของสังคม ประสบการณ์ด้านการกีฬา และอื่น ๆ ปัจจัยเหล่านี้จะเป็นตัวกำหนดจิตสำนึก ความเชื่อมั่นและแนวทางการดำเนินชีวิตตลอดจนหลักการฝึกกีฬาของผู้ฝึกสอนแต่ละคน

ผู้ฝึกสอน (Coach) ประเทือง สุวรรณโฆษิต (2534 : 26) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ผู้ทำหน้าที่สอนที่เกี่ยวกับการกีฬา เปรียบเสมือนผู้ควบคุมกีฬา ส่วน อุดร รัตนภักดิ์ (2540 : 1)

กล่าวว่า ผู้ฝึกสอนกีฬาหรือโค้ช คือ บุคคลซึ่งทำหน้าที่ฝึกฝนอบรม พัฒนาเทคนิคและทักษะกีฬา เพื่อนำนักกีฬาหรือทีมกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันในระดับต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บุคลิกลักษณะของผู้ฝึกสอนกีฬาจะมีผลกระทบต่อนักกีฬาที่รับผิดชอบในการฝึกซ้อม ดังที่ พีระพงศ์ บุญศิริ (2533 : 83) กล่าวว่า ผู้ฝึกสอนจะต้องเป็นผู้ฝึกและสอนนักกีฬา ปรับปรุง พัฒนานักกีฬา ให้ดีขึ้นไม่ว่าจะเป็นด้านสมรรถภาพทางกาย ทักษะ ทางกีฬา สติปัญญา อารมณ์ สังคม รวมทั้งคุณธรรม เพื่อนำนักกีฬาก้าวไปสู่ผลสำเร็จของการแข่งขันหรือการเล่นกีฬา นับว่ามีความสำคัญต่อนักกีฬาอย่างต่อเนื่อง

เจษฎา เจียระไน (2533 : 13) กล่าวไว้ว่า ผู้ฝึกสอนหรือโค้ช คือผู้ทำหน้าที่สร้างสรรค์หรือจัดตัวผู้เล่นและระบบการเล่นของทีมที่ตนรับผิดชอบ ส่วนบัณฑิต หาญธงชัย (2539 : 6) ได้กล่าวว่า ผู้ฝึกสอนหรือโค้ช คือ บุคคลที่ทำทีมกีฬาหรือฝึกสอนกีฬา เริ่มตั้งแต่การฝึกซ้อม จนเสร็จสินการแข่งขัน นอกจากนั้นยังต้องเป็นผู้บริหารที่ดีด้วย ต้องรับผิดชอบทุกอย่างในทีมกีฬา

ฟรอส์ท (Frost . 1970 : 7) กล่าวว่า ผู้ฝึกสอนกีฬา หมายถึง ครูพลศึกษานั่นเอง เพราะทำหน้าที่ส่งเสริมให้บุคคลเล่นกีฬา หรือทำกิจกรรมการเคลื่อนไหว

จากความหมายของผู้ฝึกสอนกีฬาที่กล่าวมาแล้วพอสรุปได้ว่า การเป็นผู้ฝึกสอนกีฬานั้นเป็นเรื่องเกี่ยวกับความรู้และความสามารถของบุคคลรวมกันอันที่จะก่อให้เกิดกระทำกิจกรรมหรือพัฒนาการที่ดี เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ต้องการ และสามารถถ่ายทอดฝึกสอน ให้แก่นักกีฬาได้ รวมทั้งสามารถจูงใจให้นักกีฬาปฏิบัติ ฝึกฝน และทำการแข่งขันได้อย่างมีประสิทธิภาพจะเห็นได้ว่า ผู้ฝึกสอนกีฬามีบทบาทสำคัญที่จะพัฒนานักกีฬาหรือทีมกีฬาไปสู่ความสำเร็จได้ ผู้ฝึกสอนต้องมีความรู้ เสียสละ มีความอดทน ทำหน้าที่ด้วยความยาก ลำบาก สิ่งเหล่านี้ คือ คุณลักษณะของผู้ฝึกสอนที่ดี

หลักการในการฝึกซ้อมมวยไทย

การฝึกนักมวยที่จะให้บรรลุตามวัตถุประสงค์เพื่อการแข่งขันหรือเพื่อปรับปรุงสมรรถภาพของนักมวยให้ดียิ่งขึ้น จะต้องยึดหลักและกฎเกณฑ์ทางด้านต่าง ๆ เช่น กฎเกณฑ์ทางสรีรวิทยาการฝึกจะต้องพยายามให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางระบบต่าง ๆ ในร่างกายให้มากที่สุด และเหมาะสมกับภาพกิจกรรม รวมทั้งความสามารถของแต่ละบุคคลเพื่อให้นักมวยบรรลุจุดมุ่งหมายที่คาดไว้ การจัดวางตารางฝึกจะต้องพยายามให้เป็นตามหลักการฝึกทั้งทางด้านร่างกาย และด้านจิตวิทยาก็มีส่วนสำคัญมากในการฝึกมวยไทย เพราะความเบื่อหน่ายความจำใจ ความผิดหวัง ซึ่งเป็นความรู้สึกที่

มีผลต่อการฝึกมาก และสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการฝึก เพื่อให้การฝึกได้รับผลอย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพผู้ฝึกต้องคำนึงถึงการเรียนรู้ทักษะต่าง ๆ ด้วย ดังที่ สุรสิทธิ์ มิทราวงศ์ (2542 : 22 – 28) กล่าวถึง หลักการฝึกมวยไทย ดังนี้

1. การฝึกมวยไทยต้องพยายามรบกวนระดับความมั่นคงสภาวะภายในของร่างกายให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ กล่าวคือจะต้องฝึกหนักให้เหนื่อย มีการปรับการไหลเวียนโลหิต ระบบการหายใจ และการทำงานของระบบประสาทกล้ามเนื้อ พยายามให้ร่างกายใช้สารอาหารที่สะสมไว้ให้มากขึ้น ระบบไหลเวียนเปลี่ยนระดับการทำงานมากขึ้น มีการลดและเพิ่มความเป็นกรดเป็นด่างของของเหลวในร่างกาย มีการเปลี่ยนแปลงธาตุต่าง ๆ เช่นโซเดียม โปรแตสเซียม และคลอไรด์ ทั้งนี้เพื่อจะรบกวนระบบความมั่นคึงของสภาวะในร่างกายให้เปลี่ยนแปลงไปและเพื่อให้ร่างกายปรับระบบต่าง ๆ ของร่างกายให้เข้ากับสภาพการฝึกให้มากยิ่งขึ้น

2. การฝึกมวยไทยจะต้องพยายามให้เกิดความเคยชิน กล่าวคือ จะต้องทำซ้ำ ๆ อยู่เสมอในสภาพคล้ายการแข่งขันชกมวยจริง ๆ ฝึกให้เกิดความเคยชินเพื่อให้ร่างกายปรับเข้าหาสภาพของการแข่งขันกีฬามวยไทยที่แท้จริง ระบบต่าง ๆ จะปรับตัวให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเหมาะสมกับความหนักของงานและความยาวนานของเวลาในการแข่งขัน เช่น การระบายความร้อนทางเหงื่อทางระบบไหลเวียนโลหิต การปรับตัวของระบบประสาทและระบบกล้ามเนื้อรวมทั้งการใช้พลังงานต่าง ๆ อย่างเหมาะสมด้วย

3. การฝึกต้องคำนึงถึงหลักการเพิ่มงาน กล่าวคือ จะต้องเริ่มจากง่ายไปหายาก หรือเริ่มจากงานน้อยไปหางานมาก หรืองานเบาไปหางานหนัก แต่การเพิ่มนั้นต้องตรวจดูลักษณะความแตกต่างและสถานภาพของนักมวยแต่ละคนด้วย การเพิ่มควรเว้นอย่างน้อย 1 – 2 สัปดาห์อัตราการเพิ่มจะเป็นสัดส่วนกับงานที่จะทำ และควรทำสถิติของผลการฝึกแต่ละครั้งไว้ถ้าเพิ่มงานแล้วความสามารถเพิ่มขึ้นก็ปล่อยให้ทำงานนั้นไปก่อนระยะหนึ่งจนกว่า ผลของการฝึกจะคงที่จึงค่อย ๆ เพิ่มงานอีก ถ้าเพิ่มงานแล้วผลของการฝึกไม่ดีขึ้นเลย ก็ควรกลับมาฝึกในอัตราเดิมไปก่อน จนกว่าจะมีการเปลี่ยนแปลงในผลของการฝึก การเพิ่มงานอย่าเพิ่มมากในคราวเดียวจะต้องค่อย ๆ เพิ่มและคอยสังเกตผลของการฝึกว่าเปลี่ยนแปลงในทางดีขึ้น ลดลง งานที่เพิ่มหรืองานที่ให้นักมวยฝึกนั้น อย่างให้น้อยหรือมากจนเกินไปจะต้องให้พอดีกับการปรับปรุงและพัฒนาของนักมวยจึงจะให้ผลมากที่สุด

การเพิ่มงานที่พอดีไม่หนักเกินไปหรือน้อยเกินไปนั้น จะต้องพิจารณาองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

3.1 ความหนักของงาน ในการฝึกมวยไทยจะฝึกความหนักของงานในรูปของความเป็นจริงในการแข่งขันชกมวย การออกไม้มวยไทยอย่างรวดเร็วคิดเป็นจำนวนครั้งในแต่ละยก นอกจากนี้ยังพยายามวัดความหนักของงานในรูปของน้ำหนักของไม้มวยที่ใช้ออกไปด้วย ในแต่ละครั้งของการฝึกพยายามให้ใช้ไม้มวยอย่างรวดเร็วที่สุด มีจำนวนครั้งมากที่สุดและน้ำหนักมากที่สุด การฝึกมวยไทยนิยมฝึกความหนักของงานประมาณ 90-100 เปอร์เซ็นต์ แบะถ้าหากนักมวยอยู่ในสภาพที่สมบูรณ์เต็มที่ก็สามารถฝึกโดยให้งานมากกว่าสภาพเป็นจริง เช่น ใช้น้ำหนักถ่วงข้อเท้าข้อมือ ในขณะฝึกซ้อมเหล่านี้ เป็นต้น

3.2 เวลาในการฝึก เวลาในการฝึกนั้นมีความหมายรวมทั้งการอบอุ่นร่างกายการฝึกและการอบอุ่นร่างกายหลังการฝึกซ้อมด้วย เนื่องจากกิจกรรมการแข่งขันชกมวยเป็นกิจกรรมที่มีการประทะกัน จะต้องอาศัยทั้งความแข็งแรงและความทนทานอย่างมากตลอดเวลาการแข่งขัน 25 นาที ชก 3 นาที พัก 2 นาที และความหนักของงานในการแข่งขันชกมวยก็ขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายและความสามารถของคู่แข่งขันด้วย ดังนั้นการฝึกในแต่ละครั้งควรใช้เวลาในการฝึกหนัก 1 – 2 ชั่วโมง ซึ่งรวมทั้งเวลาในการพักแต่ละช่วงของการฝึกด้วย แต่ถ้าต้องการความอดทนจะต้องฝึกโดยใช้เวลานานกว่านี้

3.3 วันที่ทำการฝึก การฝึกมวยไทยนิยมฝึกทุกวัน โดยหยุดพักในวันเสาร์ – อาทิตย์ แต่ตามหลักการฝึกแล้ว ฝึกวันเว้นวันหรือฝึก 2 วัน พัก 1 วัน จะได้ผลดีกว่า แต่การฝึก 2 วันพัก 1 วัน นั้นจะต้องฝึกหนักจริง ๆ ชนิดของการใช้ไม้มวยไทยหรือประเภทของมวยไทย ในบางครั้งการฝึกมวยไทยจะฝึกการใช้มวยไทยทุก ๆ อย่างครบถ้วนบริบูรณ์ แต่ถ้าเวลาในการฝึกไม่เอื้ออำนวยให้จึงนิยมฝึกเน้นหนักตามแนวทางการแก้ทางมวยของคู่แข่งขัน เช่น ชกกับมวยหมัดซ้ายหนัก จะต้องฝึกหัดให้เตะขวาอย่างรวดเร็ว และรุนแรงแล้วถอยหนี ไม่พยายามให้คู่แข่งขันเข้าใกล้หรือไม่พยายามอยู่ในระยะหมัดซ้ายของคู่แข่งขัน หรือ พยายามจดขวาออกโดยเอาเท้าขวาวางไว้ข้างหน้าเตะขวา ถีบขวา ฟันศอกขวาอย่างรวดเร็วและรุนแรง หมุนตัวออกทางซ้ายตลอดเวลา หรือถ้าฝึกมวยที่ถนัดเข่าเป็นไม้มวยสำคัญ ผู้ฝึกก็จะต้องใช้เวลาส่วนใหญ่ฝึกการเข้าไปประกบปล้ำตีเข่ากับคู่ซ้อมโดยเฉพาะเมื่อทราบว่าคู่ต่อสู้เป็นมวยที่ไม่ชอบการปล้ำประกบตีเข่า และมักจะแพ้มวยประกบตีเข่า การฝึกแบบนี้ก็จะได้ผลดียิ่งขึ้น ดังนั้น การฝึกที่ดีจึงต้องขึ้นอยู่กับสภาพของการใช้ไม้มวยไทยในการที่จะฝึกซ้อมเพื่อนำไปใช้แข่งขันจริง ๆ ด้วย

4. การฝึกจะต้องคำนึงถึงความเฉพาะเจาะจง หมายถึง การฝึกเตรียมสภาพร่างกายให้ปรับตัวเข้ากับสภาพการของการใช้ไม้มวยและทักษะนั้น ๆ เช่น ในด้านความแข็งแรงความทนทาน

และการใช้กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้เป็นประโยชน์ ในการฝึกมวยเข่าจะต้องเล่นกล้ามเนื้อท้องให้แข็งแรง บริหารกล้ามเนื้อท้องให้มาก การฝึกมวยเตะจะต้องบริหารกล้ามเนื้อขาให้มาก ๆ และการฝึกซ้อมมวยหมัดจะต้องบริหารกล้ามเนื้อไหล่และแขนให้มาก ๆ นอกจากนั้นยังจะต้องฝึกการใช้ไม้มวยยาว เมื่อคู่แข่งขันใช้ไม้มวยสั้นเพื่อให้สามารถได้เปรียบคู่ต่อสู้เมื่อแข่งขันจริง

5. การฝึกจะต้องให้เกิดความชำนาญ การฝึกมวยไทยในแต่ละท่านจะต้องให้ผู้ฝึกเกิดทักษะความชำนาญ เพราะถ้านักมวยเกิดทักษะ ความชำนาญแล้ว จะใช้พลังงานในการทำกิจกรรมนั้น ๆ น้อยกว่าแต่มีประสิทธิภาพมากกว่า นอกจากนั้นเวลาเข้าแข่งขันจริงจะมีความเชื่อมั่นสูงกว่าทำให้ผลของการแข่งขันประสบผลสำเร็จมากกว่า และความแน่นอนในการแข่งขันสูงกว่า

6. การฝึกแต่ละครั้งจะต้องมีเวลาสำหรับการพักผ่อนอย่างเพียงพอ จะช่วยทำให้ร่างกายของนักมวยมีการนำเอาสารอาหารไปปรับปรุงเสริมสร้างและซ่อมแซมส่วนต่าง ๆ ในร่างกายให้อยู่บนสภาพเดิมหรือดีขึ้นกว่าเดิม ตามปกติแล้วนักมวยควรฝึกหนัก 2 วัน ติดต่อกันแล้วพัก 1 วัน หรือฝึกวันเว้นวันก็ได้ การพักผ่อนอย่างเพียงพอร่างกายจะสร้างโปรตีน เก็บสะสมพลังงาน A.T.P., Glycogenm Glucse ตามหลักวิชาการแล้วสารอาหารจะกลายเป็น A.T.P., Glycogenm ได้อย่างสมบูรณ์นั้นจะใช้เวลาประมาณ 36 – 48 ชั่วโมง

7. การฝึกจะต้องฝึกตลอดปี หรือฝึกระยะยาวจึงจะทำให้เกิดประโยชน์ต่อการฝึก เพราะการที่ร่างกายจะปรับให้เข้ากับสภาพการณ์ต่าง ๆ ของการฝึกได้นั้นจะต้องใช้เวลาอย่างน้อย 2 – 3 เดือน หรือมากกว่านั้น ระยะแรกควรฝึกในด้านสมรรถภาพและความทนทานระยะต่อมาควรมากขึ้น ระยะสุดท้ายก่อนแข่งขันควรเพิ่มความรวดเร็ว และความแข็งแรงให้มากยิ่งขึ้น ในการฝึกมวยไทยจะต้องฝึกเน้นทักษะกีฬามวยไทยตลอดปี รวมทั้งกลวิธีด้วยนอกจากจะฝึกตามโปรแกรม การฝึกตลอดปี และฝึกตามหลักการฝึกแล้ว เชื้อชาติ อายุ และลักษณะของร่างกายยังเป็นข้อจำกัดในความสามารถของนักมวยอีกด้วย

8. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย อาหารที่รับประทานควรจะต้องให้ถูกต้องตามความต้องการของร่างกายและความเคยชินของแต่ละบุคคล ซึ่งมีหลักอยู่ว่า อาหาร แต่ละมื้อจะต้องมีสารอาหารที่จำเป็นครบถ้วนและอาหารมื้อแรกหลังจากฝึกหนักจะต้องเป็นอาหาร ที่มีโปรตีน มื้อต่อไปควรเป็นอาหารที่มีคาร์โบไฮเดรทสูง ชนิดของอาหารอาจจะสลับสับเปลี่ยนกันไปเพื่อไม่ให้เกิดการเบื่ออาหาร

นักมวยส่วนมากจะควบคุมน้ำหนักของตนเอง ดังนั้นการรับประทานอาหารจึงต้องถือเป็นเรื่องสำคัญมาก จะต้องรับประทานอาหารให้ได้ปริมาณเหมาะสมกับพลังงานที่ใช้ไปในการ

ฝึกซ้อมแต่ละวัน ไม่ควรรับประทานอาหารมากกว่าการใช้พลังงาน เพราะจะทำให้น้ำหนักเพิ่มได้การควบคุมน้ำหนักควรใช้เวลายาวนานไม่ควรอดอาหารในทันทีทันใดหรือภายในวันสองวันจะมีผลเสียต่อร่างกายและจิตใจมาก ควรจะลดสารอาหารประเภทแป้ง และน้ำตาลหันไปรับประทานผักผลไม้และโปรตีนแทน และลดปริมาณการดื่มน้ำลง

9. การฝึกซ้อมจะต้องระวังการฝึกซ้อมเกิน การซ้อมเกิน หมายถึง การที่นักมวยฝึกซ้อมมากเกินไป หนักเกินไป แทนที่การฝึกจะได้ผลดีกลับได้ผลตรงข้าม เช่น สถิติลดลงจำนวนครั้งในการใช้ไม้มวยลดลง ความหนักหน่วงรุนแรงในการใช้ไม้มวยลดสมรรถภาพทางกายลดลง เหนื่อยง่าย นอนไม่หลับ หงุดหงิด น้ำหนักลด เบื่อการฝึกซ้อม หงอยเหงา เบื่ออาหาร ผู้ฝึกจะต้องงดการฝึกซ้อมชั่วคราวให้นักมวยได้พักผ่อน และพาไปทัศนศึกษา ทำให้จิตใจสดชื่อเบิกบานเพื่อเรียกเอาความสดชื่นเบิกบานกระปี้กระเปร่ากลับคืนมาอีกครั้งหนึ่ง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในต่างประเทศ

การี่ (Gary. 1977 : 3184 – A) ได้ทำการวิจัย เรื่อง การสำรวจเบื้องหลังทางสังคมของนักเรียนซึ่งเป็นตัวแทนของประเทศสหรัฐอเมริกา ในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิคเกมส์ ฤดูหนาวครั้งที่ 12 ปี ค.ศ. 1976

ผลการวิจัยพบว่า

นักกีฬาส่วนมากมาจากครอบครัวชั้นกลางและชั้นสูง ซึ่งได้รับการสนับสนุนด้านกำลังทรัพย์และกำลังใจจากผู้ปกครอง นับว่าเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาความสามารถของนักเรียนเป็นอย่างยิ่ง นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังได้ชี้ให้เห็นถึงสถานภาพทางสังคมของนักกีฬาว่า นักกีฬาจะมีความก้าวหน้า และประสบความสำเร็จในก้านดารกีฬาจะต้องมีฐานะทางการเงินและทางสังคม เป็นส่วนประกอบอื่น ๆ เช่น คุณภาพ ของผู้ฝึกสอน ประสบการณ์ในการแข่งขันระดับสมองในเชิงกีฬาเป็นต้น การสนับสนุนของญาติ เพื่อนฝูง จะเป็นเครื่องช่วยเผยแพร่ชื่อเสียงของนักกีฬา ทำให้โอกาสในการที่จะประสบผลสำเร็จของนักกีฬามากขึ้น

คอนแนลลี (Connally. 1983 อ้างถึงใน สุชาติ สาระผล. 2534 : 70) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การสังเกตพฤติกรรมอย่างมีระบบของหัวหน้าโค้ชฟุตบอลทีมชนะเลิศ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย” เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมการสอนของหัวหน้าโค้ชฟุตบอลทีมชนะเลิศในช่วงของการฝึกซ้อม โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมอย่างมีระบบ 11 ประการ กับโค้ชที่เคยชนะเลิศ 10 คน ในปี

1982 จากเมืองฟินิกส์ รัฐอริโซนา โค้ชแต่ละคนจะถูกสังเกตพฤติกรรมช่วงก่อนการแข่งขัน ช่วงต้นของการแข่งขัน และช่วงท้ายของการแข่งขัน อีกส่วนหนึ่งเป็นการสังเกตในขณะฝึกซ้อม แบ่งเป็นการอบอุ่นร่างกาย การรวมกลุ่ม การเล่นทีม หรือการสร้างเงื่อนไขต่าง ๆ

ผลการวิจัยพบว่า

คะแนนรวมใน 1 นาที ของการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ในช่วงก่อนการแข่งขันสูงกว่าช่วงอื่น ๆ อีก 2 ช่วง พฤติกรรม 4 ใน 11 ประการ คือ การชมเชย การตำหนิ การสอน และการแสดงแบบอย่างที่ดี มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ระหว่างช่วงก่อนการแข่งขันสูงกว่าช่วงอื่น ๆ และไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างช่วงต้นของการแข่งขันกับช่วงสิ้นสุดการแข่งขัน ส่วนการอบอุ่นร่างกายและการสร้างเงื่อนไขต่าง ๆ มีส่วนเกี่ยวข้องกับโค้ชน้อยกว่า การรวมกลุ่มและการเล่นทีม การใช้พฤติกรรมการเร่งเร้าใช้มากในทุกส่วนของการฝึกซ้อม การชมเชยนั้นถูกใช้มากกว่าการตำหนิ ซึ่งใช้มากในส่วนของการรวบรวมกลุ่ม ในขณะที่การตำหนิมักจะใช้ในส่วนการเล่นทีม แต่ก็ไม่มีส่วนไหนที่มีการใช้การตำหนิมากกว่าการชมเชย

สติทเชอร์ (Stitcher. 1989 : 108) ได้ศึกษาเรื่องผลการกำหนดในการเพิ่มประสิทธิภาพในการแข่งขันกีฬา จุดมุ่งหมายของการศึกษาเพื่อกำหนดเป้าประสงค์ว่าจะมีผลต่อการเล่นกีฬาในสภาพแวดล้อมเป็นจริงตามธรรมชาติและแบบแข่งขันหรือไม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นสมาชิกทีมลาครอส (Lacrosses) จำนวน 24 คน ของสมาชิกกีฬาอุดมศึกษา ระดับถ้วย ค ที่กำหนดให้เป็นกลุ่มประสงค์และกลุ่มที่ต้องทำให้ได้ดีที่สุด หลังจากการประเมินผลการเล่นของกลุ่มตลอดฤดูกาล จำนวน 16 ครั้ง เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามในช่วงฤดูก่อนการแข่งขันระหว่างการแข่งขัน

ผลการวิจัยพบว่า ไม่แตกต่างกัน

โช (Cho. 1990 : 1070) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ทัศนคติของนักกีฬาทีมชาติเกาหลีและโค้ชที่มีผลต่อการเตรียมตัวนักกีฬา โดยใช้แบบสอบถามทัศนคตินักกีฬาของแสตมป์ที่ใช้วัดทัศนคติในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักกีฬาทีมชาติเกาหลี จำนวน 313 คน โค้ช 35 คน ซึ่งโค้ชจำนวน 19 คน เป็นโค้ชกีฬาประเภททีมและอยู่ในระหว่างการเตรียมตัวสำหรับการแข่งขันกีฬาเอเชี่ยนเกมส์ที่กรุงปักกิ่ง เก็บข้อมูลในระหว่างวันที่ 16 มีนาคม ถึงวันที่ 29 มีนาคม 2533 การเก็บตัวฝึกซ้อมในศูนย์ฝึกซ้อมกีฬาแห่งชาติไทนัน

ผลการศึกษาพบว่า

1. นักกีฬาทีมชาติเกาหลี และโค้ชมีทัศนคติเห็นด้วยและให้การสนับสนุนในการเก็บตัวฝึกซ้อมกีฬาก่อนการแข่งขัน

2. นักกีฬาทีมชาติเกาหลี และโค้ชที่มีต่อทัศนคติเห็นด้วยให้การสนับสนุนในการเตรียมตัวในด้านการรับรู้ด้วยตนเองและการพัฒนาทางบุคลิกภาพ สภาวะแวดล้อมและความเป็นอยู่โดยทั่วไป รวมทั้งในด้านทั่ว ๆ ไป

3. นักกีฬาทีมชาติเกาหลี ในกีฬาที่ไม่ปะทะและกีฬาประเภททีม มีความเห็นด้วยอย่างมากในด้านการเตรียมทีมเข้าแข่งขันมากกว่านักกีฬาที่ตอ้งปะทะและนักกีฬาประเภทบุคคล

4. นักกีฬาทีมชาติหญิงของประเทศเกาหลี มีทัศนคติเห็นด้วยและให้การสนับสนุนในการเตรียมทีมมากกว่านักกีฬาเพศชาย

5. นักกีฬาทีมชาติเกาหลีมีโอกาสไปแข่งขันในที่ต่าง ๆ ทั่วโลก มีทัศนคติเห็นด้วยและให้การสนับสนุนในการฝึกซ้อมมากกว่านักกีฬาที่ไม่เคยออกไปแข่งขันในที่ต่าง ๆ ทั่วโลก

6. โค้ชทีมชาติเกาหลี มีทัศนคติเห็นด้วยเป็นอย่างมากในการเตรียมทีมเข้าแข่งขันมากกว่านักกีฬา

ซิมเมอร์แมน (Zimmerman. 1991 : 1745) ได้ศึกษาจิตวิทยากีฬาแนวใหม่เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ โดยใช้กระบวนการบำบัดครอบครัว ทฤษฎีและเทคนิคกับการกีฬา การวิจัยนี้เพื่อต้องการศึกษาวิธีการใหม่ในการทำงานกับทีมกีฬา โดยให้ผู้ฝึกสอนและนักกีฬาใช้จิตวิทยากีฬาเป็นส่วนหนึ่งของการฝึกซ้อมและเตรียมทีมกีฬาเพื่อการแข่งขัน โดยผู้วิจัยให้คำปรึกษากับทีมมหาวิทยาลัยครั้งนี้

ผลการวิจัยพบว่า

ทำให้ทราบผลของปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นโดยละเอียด ซึ่งเหมาะเป็นอย่างยิ่งที่นักบำบัดนำไปใช้ในการให้คำปรึกษา

2. งานวิจัยในประเทศ

จากการศึกษางานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวข้องกับการฝึกซ้อมกีฬา พบว่ามีรายงานการวิจัยเกี่ยวข้องกับปัญหาการจัดและดำเนินการกีฬาในระดับต่าง ๆ ความคิดเห็นของนักกีฬาที่มีต่อการฝึกซ้อมและต่อผู้ฝึกสอน และปัญหาอุปสรรคในการฝึกซ้อม ซึ่งผู้วิจัยได้นำเสนอดังต่อไปนี้

ไพโรจน์ สุวรรณภักดี (2524 : บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเรื่อง ปัญหาการจัดและดำเนินการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน ระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาปัญหาการจัด และดำเนินการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังผู้บริหารโรงเรียน ครูพลศึกษา และครูอื่น ๆ ในโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน

ผลการวิจัยพบว่า

ปัญหาที่พบมากที่สุดตามความเห็นของผู้บริหารโรงเรียน คือ สถานที่ไม่เพียงพอ โดยเฉพาะสถานที่กลางแจ้ง และขาดการตรวจสุขภาพนักเรียนก่อนเข้าร่วมการแข่งขันส่วนครูพลศึกษาและครูอื่น ๆ มีความเห็นว่าปัญหาที่ประสบมากที่สุด คือ ขาดเงินสำหรับจ่ายค่าล่วงเวลาและสวัสดิการสำหรับบุคลากร ขาดการประสานงานและความร่วมมือ และขาดงบประมาณในการจัดและดำเนินการแข่งขัน

เสาวนีย์ สิทธิวุฒิ (2528 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ปัญหาและการจัดดำเนินการแข่งขันกีฬานักเรียนในจังหวัดของเขตการศึกษา 12 โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังผู้บริหารโรงเรียน หัวหน้าสถานศึกษา หัวหน้าหมวดพลานามัย ครูผู้สอนพลศึกษา โรงเรียนในเขตการศึกษา 12 จังหวัดละ 10 โรงเรียน รวมทั้งสิ้น 70 โรงเรียน และศึกษานิเทศน์พลศึกษาประจำจังหวัดทั้ง 7 จังหวัด

ผลการวิจัยพบว่า

ผู้บริหารโรงเรียนขาดความร่วมมือในการให้บริการและส่งเสริมด้านการฝึกซ้อมแก่นักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขัน ครูผู้ควบคุมกีฬาส่วนใหญ่มีโอกาสเข้ารับการอบรมศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมน้อย โรงเรียนขาดสนามและอุปกรณ์ในการฝึกซ้อม สนามแข่งขันมีจำนวนไม่เพียงพอ ขาดการบำรุงรักษา นักกีฬาขาดเงินทุนในการสนับสนุนเตรียมตัวก่อนแข่งขัน ผู้ปกครองเชื่อว่าการฝึกซ้อมมีผลกระทบกระเทือนต่อการเรียนของนักเรียน งบประมาณที่ได้รับจากกรมพลศึกษาไม่เพียงพอต่อการดำเนินการแข่งขัน และกรรมการผู้ตัดสินมีน้อย

ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย (2531 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬาในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันคัดเลือกเป็นตัวแทนเพื่อไปแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ผลการศึกษาพบว่าปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬา 5 ด้าน คือ ด้านสถานที่และอุปกรณ์ในการฝึกซ้อม ด้านผู้ฝึกสอนหรือโค้ช ด้านสุขภาพอนามัยในขณะฝึกซ้อม ด้านขวัญและกำลังใจ และด้านทั่ว ๆ ไป

ผลการศึกษาพบว่า

เมื่อพิจารณารวมกันทุกภาค ปัญหาอยู่ในระดับมากคือ ด้านสุขภาพอนามัย ในขณะฝึกซ้อม ได้แก่ ปัญหาขาดแพทย์ประจำขณะฝึกซ้อม เมื่อพิจารณาเป็นรายภาคพบว่าปัญหาที่อยู่ในระดับมาก มีดังนี้

ภาคเหนือ ด้านสุขภาพอนามัยในขณะฝึกซ้อม ได้แก่ ปัญหาขาดแพทย์ประจำทีมในขณะฝึกซ้อม ด้านทั่ว ๆ ไป ได้แก่ ปัญหาไม่นำเอาเทคโนโลยีใหม่ ๆ เช่น วีดีทัศน์ เกี่ยวกับการกีฬามาใช้

ภาคกลางและภาคอีสาน ด้านสุขภาพอนามัยในขณะฝึกซ้อม ได้แก่ ปัญหาขาดแพทย์ประจำทีมในขณะฝึกซ้อม

ภาคใต้ ด้านสุขภาพอนามัยในขณะฝึกซ้อม ได้แก่ ปัญหาขาดแพทย์ประจำทีมในขณะฝึกซ้อม ด้านขวัญและกำลังใจ ได้แก่ ที่พักสำหรับการเก็บตัวไม่สะดวก ผู้บังคับบัญชา หรือผู้ปกครองไม่สนับสนุนการฝึกซ้อม ด้านทั่ว ๆ ไป ได้แก่ ระยะเวลาในการฝึกซ้อมน้อยเกินไป ไม่นำเอาเทคโนโลยีใหม่ ๆ เช่น วีดีทัศน์ เกี่ยวกับการกีฬามาใช้ และขาดการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

สุเมธ พรหมอินทร์ (2531 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความคิดเห็นของนักกีฬาเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อมในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬานักเรียนมหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 15

ผลการศึกษาพบว่า

1. ความคิดเห็นของนักกีฬาเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อม ในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 15 อยู่ในระดับน้อย

2. ความคิดเห็นของนักกีฬาระหว่างสถาบันเกี่ยวกับปัญหาหารฝึกซ้อม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. ความคิดเห็นของนักกีฬาระหว่างชนิดเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

4. ความคิดเห็นระหว่างนักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิงเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ประเทือง สุวรรณโฆษิต (2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทยในการไปแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 15 โดยใช้แบบสอบถามให้ผู้ฝึกสอนนักกีฬาทีมชาติ จำนวน 70 คน แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคก่อนการเก็บตัวนักกีฬา ระหว่างเก็บตัวนักกีฬา และระหว่างการแข่งขัน

ผลการวิจัยพบว่า

ก่อนการเก็บตัวนักกีฬามีปัญหาและอุปสรรคในระดับมากในเรื่องต่อไปนี้ นักกีฬาติดภาระทำให้มาฝึกซ้อมได้ไม่พร้อมเพียงกัน การวางแผนการสร้างทีมกีฬาระยะยาว นักกีฬามาทำการ

คัดเลือกตัวน้อย การเรียน การทำงานและครอบครัว ผลตอบแทนและสวัสดิการของผู้ฝึกสอน งบประมาณที่ได้รับไม่เพียงพอและมีขั้นตอนการเบิกจ่ายมาก โอกาสในการเสริมสร้างประสบการณ์ในการแข่งขัน โอกาสในการเดินทางไปฝึกซ้อมและเก็บตัว ณ ต่างประเทศ และปัญหาการใช้อุปกรณ์ทางวิทยาศาสตร์การกีฬา ระหว่างการแข่งขัน มีปัญหาและอุปสรรคในระดับมาก ในเรื่องต่อไปนี้การจัดกิจกรรมการตัดสิน แรงกดดันของเสียงเชียร์ที่มีผลต่อการปฏิบัติหน้าที่ของผู้ฝึกสอนและการตัดสินของกรรมการ

สุชาติ สาระผล (2534 : บทคัดย่อ) ศึกษาปัญหาการฝึกซ้อมของนักฟุตบอลถ้วยพระราชทานประเภท ก. โดยใช้แบบสอบถามให้นักฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลถ้วยพระราชทานประเภท ก. ประจำปี พ.ศ. 2534 จำนวน 13 ทีม รวม 126 คน

ผลการวิจัยพบว่า

นักฟุตบอลเป็นปัญหาในด้านต่าง ๆ ทั้ง 7 ด้าน คือ ด้านสวัสดิการ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านสถานที่และอุปกรณ์ ด้านนักกีฬาหรือเพื่อนร่วมทีมด้านผู้ฝึกสอนด้านขวัญและกำลังใจ และด้านสถานภาพส่วนตัว มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย และยังพบว่านักฟุตบอลสโมสรรัฐบาลและรัฐวิสาหกิจกับนักฟุตบอลสโมสรเอกชนมีปัญหาในด้านสวัสดิการ ด้านผู้ฝึกสอน และด้านสถานภาพส่วนตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนด้านอื่น ๆ มีปัญหาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

มงคลชัย ช่างต่อ (2537 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาวิทยาลัยพลศึกษา ในการเตรียมทีมเพื่อเข้าแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2536 โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาปัญหาและเพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นในปัญหาแต่ละด้านของการฝึกซ้อมของนักกีฬาวิทยาลัยพลศึกษา ในการเตรียมทีมเพื่อเข้าแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2536 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬา 432 คน เป็นชาย 324 คน หญิง 108 คน จากวิทยาลัยพลศึกษา 9 แห่งใน 12 ประเภทกีฬา โดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยการหาค่าสัมประสิทธิแอลฟ่า ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach) ได้ความเชื่อมั่นเท่ากับ .87 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย โดย t-test

ผลการวิจัยพบว่า

1. ปัญหาในระดับน้อยที่สุดคือ ด้านความปลอดภัย

2. ปัญหาในระดับน้อย คือ ด้านนักกีฬาและเพื่อนร่วมทีม ด้านผู้ฝึกสอน ด้านการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย ด้านการฝึกทักษะ ด้านอุปกรณ์สถานที่ ส่วนด้านงบประมาณ ด้านโภชนาการ ด้านสุขภาพอนามัย เป็นด้านที่มีปัญหามาก

3. ความคิดเห็นของนักกีฬาและผู้ฝึกสอน เกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาวิทยาลัยพลศึกษา ในการเตรียมทีมเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2536 มี 6 ด้านที่ไม่แตกต่างกันคือ ด้านงบประมาณ ด้านความปลอดภัย ด้านสุขภาพอนามัย และสวัสดิการ ยกเว้น 2 ด้าน คือ นักกีฬาและเพื่อนร่วมทีม ด้านโภชนาการที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประชุม บุญเทียม (2538 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาทีมชาติไทย เพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 17 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาทีมชาติไทย เพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 17 ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเก็บข้อมูลจากนักกีฬาและผู้ฝึกสอน จำนวน 461 คน ประกอบด้วย นักกีฬาชาย 275 คน นักกีฬาหญิง 130 คน และผู้ฝึกสอน 56 คน

ผลการวิจัยพบว่า

1. การเดินทางของนักกีฬาและผู้ฝึกสอนไปสนามฝึกซ้อม ไม่สะดวก

2. สนามและอุปกรณ์การฝึกซ้อม ไม่ได้มาตรฐานและขาดอุปกรณ์ในการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

3. ผู้จัดการทีมชาติไทยขาดการรับฟังความคิดเห็นเกี่ยวกับเทคนคและโปรแกรมการฝึกซ้อม

4. เจ้าหน้าที่สมาคมขาดการอำนวยความสะดวกและประสานงานกับหน่วยงานต้นสังกัดของนักกีฬาและผู้ฝึกสอน ในการขออนุญาตไปทำการฝึกซ้อม และขาดการติดตามผลการฝึกซ้อมอย่างใกล้ชิดและการรับฟังความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬา รวมทั้งการประสานงานด้านธุรการ ด้านสถานที่และอุปกรณ์การฝึกซ้อม ด้านที่พักเก็บตัว ด้านสวัสดิการและสุขภาพอนามัย ไม่ดีเท่าที่ควร

5. นักกีฬาและผู้ฝึกสอน มีภารกิจครอบครัว การเรียนหรือการทำงาน จึงทำให้เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อม

6. ขาดความร่วมมือในการอนุญาตอย่างเป็นทางการให้นักกีฬาและผู้ฝึกสอนเข้าร่วมรับการฝึกจากมโมสร อนึ่งหน่วยงานต้นสังกัดนำนักกีฬาไปแข่งขันในสนามสโมสรระหว่างการเก็บตัวฝึกซ้อม

7. การเบิกจ่ายเงินเบี้ยเลี้ยง งบประมาณที่ได้รับในระหว่างการฝึกซ้อมและสวัสดิการฝึกซ้อมล่าช้า

8. การประสานงานระหว่างคณะกรรมการโอลิมปิคแห่งประเทศไทย กับสมาคมเกี่ยวกับข้อมูลข่าวสาร ระเบียบและกติกาการแข่งขัน ไม่ดีเท่าที่ควร

9. สมาคมกีฬาขาดการวางแผนการฝึกซ้อมระยะยาวอย่างต่อเนื่อง

จะเห็นได้ว่า จากการศึกษาปัญหาต่าง ๆ ในการจัดการแข่งขันกีฬาและการฝึกซ้อมที่ผ่านมาพบว่าปัญหาและอุปสรรคที่พบคือ ปัญหาในเรื่องงบประมาณ วัสดุอุปกรณ์ สถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก รวมทั้งปัญหาบุคลากรเอง ซึ่งงานวิจัยที่ผ่านมายังไม่มีผู้ที่ทำการศึกษาถึงสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมนักกีฬา โรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาในขอบข่ายดังนี้

1. การวางแผนการฝึกซ้อม
2. การกำหนดโปรแกรมการฝึกซ้อม
3. งบประมาณ
4. การประเมินผล

ทั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้เกี่ยวข้องในการเตรียมนักกีฬา เพื่อเข้าแข่งขันนักกีฬานักเรียนกรุงเทพมหานคร ครั้งต่อไป

ประเสริฐ เรืองตระกูล (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง สภาพและปัญหาการฝึกซ้อมนักกีฬาเพื่อเข้าแข่งขันนักกีฬานักเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักเรียนโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร 4 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านโปรแกรมการฝึกซ้อม ด้านงบประมาณ และด้านการประเมินผล โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้บริหารโรงเรียนและผู้ฝึกสอนกีฬาโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร ได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi – Stage Random Sampling) ซึ่งกำหนดโดยใช้ตารางเลขสุ่มของ เครจซีและมอร์แกน (Krejicie and Morgan) ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างจากผู้บริหาร จำนวน 208 คน และผู้ฝึกสอนกีฬาจำนวน 208 คน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งผู้บริหาร และผู้ฝึกสอนกีฬาจำนวน 416 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็น

แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น หลังจากตรวจสอบความสมบูรณ์แล้วเหลือจำนวน 384 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 92 และนำข้อมูลที่ได้ มาวิเคราะห์หาความถี่และค่าร้อยละ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ด้านการวางแผน

โดยส่วนใหญ่ทุกโรงเรียนมีสภาพการวางแผนการฝึกซ้อมนักกีฬา อยู่ในระดับมาก โดยข้อที่อยู่ในระดับมากที่สุด คือ การมีส่วนร่วมในการคัดเลือกตัวนักกีฬา (34.19%) รองลงมาคือ การตั้งจุดมุ่งหมายในการคัดเลือกนักกีฬา (45.40%) นักกีฬาที่ได้รับการคัดเลือกตรงตามจุดมุ่งหมาย (43.96%) การวางแผนการคัดเลือกอย่างมีระบบ (38.79%) วิธีการคัดเลือกนักกีฬาดำเนินการตามแผนที่วางไว้ (38.79%) การกำหนดระยะเวลาการฝึกซ้อมจัดทำแผนไว้ล่วงหน้า (37.35%) การวางการฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่อง (31.60%) และการจัดทำโครงการอย่างต่อเนื่อง (31.03%) จากดังกล่าวข้างต้น จึงทำให้เกิดปัญหาอยู่ในระดับน้อยเป็นส่วนใหญ่

2. ด้านโปรแกรมการฝึก

การกำหนดจุดมุ่งหมายของการฝึกซ้อมในระยะสั้นและระยะยาวมีสภาพอยู่ในระดับมาก (36.49%) การเขียนโปรแกรมการฝึกซ้อมไว้อย่างชัดเจน โปรแกรมการฝึกซ้อมตรงตามความต้องการในการฝึกกีฬามีสภาพอยู่ในระดับมาด (41.09%) การฝึกซ้อมเทคนิคและทักษะกีฬามีสภาพอยู่ในระดับมาก (36.20%) โปรแกรมนันทนาการ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดด้านร่างกายและจิตใจมีสภาพอยู่ในระดับมาก (32.18 %) การให้ความรู้เรื่องป้องกันบาดเจ็บและรักษาการบาดเจ็บจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันมีสภาพอยู่ในระดับมาก (36.49%) และโปรแกรมการสอดแทรกคุณลักษณะของกีฬาและกติกามีสภาพอยู่ในระดับมาก (38.21%) จึงทำให้เกิดปัญหาในระดับน้อย

ส่วนข้อที่มีสภาพอยู่ในระดับน้อย มีดังนี้ การเขียนโปรแกรมการฝึกซ้อมอย่างชัดเจน (37.06%) โปรแกรมการฝึกซ้อมเป็นไปตามพัฒนาการของนักกีฬา (32.18%) โปรแกรมการฝึกทักษะทดสอบทักษะส่วนบุคคลของนักกีฬา (31.32%) โปรแกรมการสร้างและทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬา (30.45%) โปรแกรมการฝึกด้านจิตใจ (แข็งแรง) (32.18%) ตารางโปรแกรมโภชนาการมีความเหมาะสมกับนักกีฬา (31.60%) จึงทำให้เกิดปัญหาอยู่ในระดับมาก

3. ด้านงบประมาณ

ทุกข้อที่เกี่ยวข้องกับงบประมาณ มีสภาพที่อยู่ในระดับน้อย จึงทำให้เกิดปัญหาในระดับมากขึ้น การจัดสรรงบประมาณในการในการฝึกซ้อมตลอดระยะเวลาการฝึกซ้อม (29.31%) บุคลากรและงบประมาณ และอำนวยความสะดวกในการเบิกจ่าย (31.03%) ความสะดวกในการเบิกจ่ายงบประมาณการฝึกซ้อม (30.17%) การจัดสรรงบประมาณซื้ออุปกรณ์การฝึกซ้อม (30.74%) สามารถจัดซื้ออุปกรณ์ได้มาตรฐาน (33.62%) งบประมาณค่าอาหารและเครื่องดื่ม (30.45%) งบประมาณค่าพาหนะ (32.18%) งบประมาณการดูแลรักษาพยาบาล เมื่อเจ็บป่วยหรือประสบอุบัติเหตุ (32.18 %) และงบประมาณด้านอุปกรณ์เสริมสร้างสมรรถภาพ (29.88%) งบประมาณสนับสนุนจากบุคคลหรือหน่วยงานภายนอก (32.18%)

4. ด้านการประเมินผล

การทดสอบสมรรถภาพเพื่อดูพัฒนาการของนักกีฬาอยู่ในระดับมาก (34.77 %) มีการนำผลการทดสอบมาปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมาก (33.04%) การทดสอบก่อนการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมาก (27.58%) และการทดสอบระหว่างการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมาก (35.63%) ดังนั้นปัญหาที่เกิดขึ้นจึงอยู่ในระดับน้อย

ส่วนข้อที่มีสภาพอยู่ในระดับน้อย คือ การทดสอบทักษะส่วนบุคคลประเภทกีฬาหรือเฉพาะตำแหน่ง (32.47%) และการทดสอบหลังการฝึกซ้อม (35.63%) จึงมีปัญหาอยู่ในระดับมาก

สรุปปัญหาส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้น ล้วนเกิดจากความไม่แน่นอนของกรุงเทพมหานครในการจัดการแข่งขัน และการจัดสรร รวมทั้งการเบิกจ่ายงบประมาณ

สุรศักดิ์ ทรัพย์เพิ่ม (2544 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ปัญหาการเตรียมทีมกีฬาวอลเลย์บอลเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 28 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบปัญหาด้านต่าง ๆ ในการเตรียมทีมกีฬาวอลเลย์บอลชายของสถาบันอุดมศึกษา ที่ผ่านการคัดเลือกเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 28 ณ มหาวิทยาลัยณิวัฒนา จังหวัดสุพรรณบุรี ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้จัดการทีม จำนวน 12 คน ผู้ฝึกสอน จำนวน 12 คน ผู้ช่วยผู้ฝึกสอน จำนวน 12 คน รวม 36 คน และนักกีฬา จำนวน 144 คน รวมทั้งสิ้น 180 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง

ผลการวิจัย พบว่า

1. ปัญหาด้านการคัดเลือกตัวนักกีฬา ที่พบมากคือ ระยะเวลาในการคัดเลือกตัวนักกีฬา

2. ปัญหาด้านสถานที่และอุปกรณ์ในการฝึกซ้อม ที่พบมากคือ อุปกรณ์การเสริมสร้างสมรรถภาพทางการและความสะดวกในการใช้สนามฝึกซ้อม

3. ปัญหาด้านการฝึกซ้อม ที่พบมากที่สุดคือ การทดสอบความพร้อมของทีมโดยการส่งทีมเข้าร่วมการแข่งขันรายการต่าง ๆ

4. ปัญหาด้านงบประมาณ ที่พบมากที่สุดคือ งบประมาณในการจัดซื้ออุปกรณ์ในการฝึกซ้อม

5. ปัญหาด้านสวัสดิการ ที่พบมากที่สุดคือ การจัดสอนเสริมด้านการศึกษาให้กับนักกีฬา

จากการวิจัยในต่างประเทศและในประเทศ ที่ผู้วิจัยรวบรวมมาข้างต้น จะพบว่าปัญหาการฝึกซ้อมกีฬาชนิดต่าง ๆ มีความแตกต่างกัน ซึ่งมีหลายสาเหตุ เช่น ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน วัสดุอุปกรณ์ สถานที่ งบประมาณ การเก็บตัวฝึกซ้อม และสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ ทำให้คณะผู้วิจัยมีความเห็นว่าควรมีการศึกษาปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพในด้านต่าง ๆ เพื่อนำข้อมูลที่ได้รับมากำหนดแนวทางแก้ไขปัญหา ให้การฝึกซ้อมมวยไทยอาชีพประสบผลสำเร็จ และบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

บทที่ 3
วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ผู้วิจัยได้ศึกษาตามลำดับขั้นตอนและวิธีการในการดำเนินงานดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ ผู้จัดการค่าย จำนวน 42 คน ผู้ฝึกสอน 42 คน และนักกีฬามวยไทยอาชีพ จำนวน 214 คน รวมทั้งหมด จำนวน 298 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างดังนี้ ผู้จัดการค่ายมวย 42 คน ผู้ฝึกสอน 42 คน นักกีฬามวยไทยอาชีพ 214 คน

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถามปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ ในจังหวัดบุรีรัมย์ ที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ตอน

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามสถานภาพผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อมของกีฬามวยไทยอาชีพ ในจังหวัดบุรีรัมย์ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตรส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด แบ่งออกเป็น 4 ด้านคือ

1. ด้านนักกีฬา
2. ด้านผู้ฝึกสอน
3. ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม
4. ด้านปัจจัยอื่นๆ

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะอื่น ๆ ลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open ended)

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาเอกสาร ตำรา ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาและเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือ
2. ศึกษาหลักการวิธีสร้างเครื่องมือตามแบบของลิเคอร์ท จากเอกสารและตำราการสร้างเครื่องมือ
3. กำหนดขอบข่ายของข้อคำถามที่เกี่ยวข้องกับการจัดการกีฬาใน 4 ด้าน คือ ด้านนักกีฬา ด้านผู้ฝึกสอน ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม และด้านปัจจัยอื่นๆ
4. สร้างแบบสอบถามแบบสอบถามปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ ในจังหวัดบุรีรัมย์ ให้ครอบคลุมขอบข่ายปัญหาทั้ง 4 ด้าน โดยใช้ความรู้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
5. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ และปรับปรุงแก้ไขตามที่ผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะ
6. นำแบบทดสอบที่ได้รับการแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน แล้วนำผลที่ได้วิเคราะห์หาหาค่าความเชื่อมั่น(Reliability) ของแบบสอบถาม โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α – Cronbach) ใช้วิธีการของครอนบาค (Cronbach)
7. ปรับปรุงแบบสอบถามเป็นฉบับสมบูรณ์ เตรียมนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การทำวิจัยครั้งนี้ ได้ดำเนินการส่งแบบสอบถามเพื่อศึกษา และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. ขอความร่วมมืออาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษาของนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ในการใช้กลุ่มตัวอย่าง สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. นำแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง แล้วเก็บรวบรวมแบบสอบถามคืนทั้งหมด

3. นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความสมบูรณ์ ถูกต้อง แล้วนำแบบสอบถามไปดำเนินการวิเคราะห์ต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

คณะผู้ศึกษาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ โดยดำเนินตามขั้นตอนดังนี้

1. ตรวจความสมบูรณ์ของแบบสอบถามแล้ววิเคราะห์ข้อมูลดำเนินการดังนี้ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามวิเคราะห์โดยหาค่าร้อยละ (%)

2. นำผลตอบแบบสอบถามในตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม มาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

3. นำผลตอบแบบสอบถามในตอนที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการแก้ไขในการจัดการการแข่งขันกีฬาและการออกกำลังกายของมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ในด้านต่าง ๆ วิเคราะห์โดยการใช้ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD.) และนำเสนอโดยรูปแบบของตารางประกอบความเรียง ในการแปลความหมายของค่าเฉลี่ยดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด. 2544 : 100)

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.51 – 5.00 มีปัญหาในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.51 – 4.50 มีปัญหาในระดับมาก

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.51 – 3.50 มีปัญหาในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.51 – 2.50 มีปัญหาในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.50 มีปัญหาในระดับน้อยที่สุด

4. นำผลตอบแบบสอบถามในตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถาม มาสรุป

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษา เรื่อง ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. นำผลตอบแบบสอบถามในตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยมาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2. นำผลตอบแบบสอบถามในตอนที่ 2 แบบสอบถาม ปัญหาและแนวทางการแก้ไขการจัดกิจกรรมการแข่งขันกีฬาและการออกกำลังกายมาหาค่าเฉลี่ยค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

3. นำผลตอบแบบสอบถามในตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถาม มาสรุป

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ตารางที่ 4.1 ค่าความถี่และร้อยละของสถานะภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
สำหรับ ผู้จัดการค่ายมวย และผู้ฝึกสอน		
หน้าที่ของท่านในค่ายมวย		
ผู้จัดการค่ายมวย	42	50.0
ผู้ฝึกสอน	42	50.0
รวม	84	100.0
อายุ		
ต่ำกว่า 30 ปี	8	9.5
30 – 35 ปี	5	5.9
36 – 40 ปี	23	27.4
41 ปีขึ้นไป	48	57.2
รวม	84	100.0
วุฒิการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	63	75.0
ปริญญาตรี	21	25.0
ปริญญาโท	-	-
ปริญญาเอก	-	-
รวม	84	100.0
สาขาวิชาที่สำเร็จการศึกษา		
พลศึกษา	45	53.6
สุขศึกษา	3	3.6
วิทยาศาสตร์การีกีฬา	-	-
อื่นๆ (โปรดระบุ)	36	42.8
รวม	84	100.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่		
1 ปี	6	7.1
2 ปี	4	4.8
3 ปี	18	21.4
4 ปี	13	15.5
5 ปี	15	17.9
มากกว่า 5 ปีขึ้นไป	28	33.3
รวม	84	100.0
เคยเป็นนักกีฬามวยไทยอาชีพ		
เคย	71	84.5
ไม่เคย	13	15.5
รวม	84	100.0
เคยได้รับการอบรมผู้ฝึกสอนกีฬามวยไทย		
เคย	56	66.7
ไม่เคย	28	33.3
รวม	84	100.0
สำหรับนักกีฬามวยไทยอาชีพ		
อายุ		
ต่ำกว่า 15 ปี	36	16.8
15 ปี	54	25.2
16 ปี	26	12.1
17 ปี	31	14.5
18 ปี	14	6.5
19 ปี	10	4.7
20 ปี	3	1.4
มากกว่า 20 ปีขึ้นไป	40	18.8
รวม	214	100.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
สถานภาพ		
โสด	172	80.4
สมรส	42	19.6
แยกกันอยู่	-	-
อย่าร้าง	-	-
รวม	298	100.0
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	59	27.6
มัธยมศึกษาตอนต้น	39	18.2
มัธยมศึกษาตอนปลาย (เทียบเท่า ปวช.)	74	34.6
อนุปริญญา (เทียบเท่า ปวส.)	15	7.0
ปริญญาตรี	20	9.3
อื่นๆ(โปรดระบุ)	7	3.3
รวม	214	100.0
ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย		
1 ปี	11	5.1
2 ปี	-	-
3 ปี	35	16.4
4 ปี	33	15.4
5 ปี	14	6.5
มากกว่า 5 ปีขึ้นไป	121	56.6
รวม	214	100.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ระดับสนามที่แข่งขัน		
ราชดำเนิน	74	34.6
ลุมพินี	16	7.5
ช่อง 7 สี	12	5.6
สยามอ้อมน้อย	33	15.4
อื่นๆ(โปรดระบุ)	79	36.9
รวม	214	100.0
ค่าตัวสูงสุดในการชกมวยไทยอาชีพ		
1,000 – 5,000 บาท	54	25.2
5,000 – 10,000 บาท	-	-
10,000 – 50,000 บาท	55	25.7
50,000 – 100,000 บาท	31	14.5
100,000 บาทขึ้นไป	14	6.5
อื่นๆ (โปรดระบุ)	60	28.1
รวม	214	100.0

จากตารางที่ 4.1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยโดยแบ่งเป็น

1. ผู้จัดการค่ายมวย และผู้ฝึกสอน พบว่า เป็นผู้จัดการค่ายมวย 42 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 ผู้ฝึกสอน จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 อายุต่ำกว่า 30 ปี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 9.5 อายุระหว่าง 30 – 35 ปี จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9 อายุระหว่าง 36 – 40 ปี จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 27.4 อายุ 41 ปีขึ้นไป จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 57.2 วุฒิการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 75.0 วุฒิการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 25.0 สำเร็จการศึกษาสาขาวิชาพลศึกษา จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 53.6 สำเร็จการศึกษาสาขาวิชาสุขศึกษา จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 3.6 สำเร็จการศึกษาสาขาวิชาอื่นๆ จำนวน 36 คิดเป็นร้อยละ 42.8 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 1 ปี จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.1 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 2 ปี จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 3 ปี จำนวน

18 คน คิดเป็นร้อยละ 21.4 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 4 ปี จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 15.5 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 5 ปี จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 17.9 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่มากกว่า 5 ปีขึ้นไป จำนวน 28 คิดเป็นร้อยละ 33.3 เคยเป็นนักกีฬามวยไทยอาชีพ จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 84.5 ไม่เคยเป็นนักกีฬามวยไทยอาชีพ จำนวน 13 คิดเป็นร้อยละ 15.5 เคยได้รับการอบรมผู้ฝึกสอนกีฬามวยไทยจำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 ไม่เคยได้รับการอบรมผู้ฝึกสอนกีฬามวยไทยจำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3

2. นักกีฬามวยไทยอาชีพ พบว่า เป็นนักกีฬามวยไทยอาชีพจำนวน 214 คน อายุต่ำกว่า 15 ปี จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 16.8 อายุ 15 ปี จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 25.2 อายุ 16 ปี จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 12.1 อายุ 17 ปี จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ14.5 อายุ 18 ปี จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 อายุ 20 ปี จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.4 อายุมากกว่า 20 ปีขึ้นไป จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 18.8 สถานภาพโสด จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 80.4 สถานภาพสมรส จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 19.6 การศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 27.6 การศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 18.2 การศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (เทียบเท่า ปวช.) จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 34.6 การศึกษาระดับอนุปริญญา (เทียบเท่า ปวส.) จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 7.0 การศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3 การศึกษาระดับอื่น ๆ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 3.3 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย 1 ปี จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 5.1 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย 3 ปี จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 16.4 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย 4 ปี จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 15.4 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย 5 ปี จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทยมากกว่า 5 ปีขึ้นไป จำนวน 121 คน คิดเป็นร้อยละ 56.6 แข่งขันสนามมวย ราชดำเนินจำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 34.6 แข่งขันสนามมวยลุมพินี จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 7.5 แข่งขันสนามมวยช่อง 7 สี จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 5.6 แข่งขันสนามมวยสยามอ้อมน้อย จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 15.4 แข่งขัยสนามมวยอื่นๆจำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 36.9 ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพระหว่าง 1,000 – 5,000 บาทจำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 25.2 ค่าตัวในการ ชกมวยไทยอาชีพระหว่าง 10,000 – 50,000 บาท จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 25.7 ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพระหว่าง 50,000 – 100,000 บาท จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 14.5 ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพ 100,000 บาทขึ้นไป จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพระดับอื่น ๆ จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 28.1

ตารางที่ 4.2 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านนักกีฬา เป็นรายข้อ

ข้อ	ปัญหา	$\bar{x}$ (N = 298)	SD.	ระดับ
1.	การเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายของนักกีฬา ขณะฝึกซ้อม	3.04	0.96	ปานกลาง
2.	การเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางจิตใจในการฝึกซ้อม	3.32	1.11	ปานกลาง
3.	รูปร่าง สัดส่วนของนักกีฬามีความเหมาะสม	2.72	1.34	ปานกลาง
4.	ความขยัน อดทน ในการฝึกซ้อมของนักกีฬา	3.03	1.27	ปานกลาง
5.	ความตรงต่อเวลาในการฝึกซ้อมของนักกีฬา	3.36	1.20	ปานกลาง
6.	การใช้ทักษะ เทคนิค ในการฝึกซ้อม	3.23	1.03	ปานกลาง
7.	การฝึกตามโปรแกรม การฝึกซ้อม	2.76	1.39	ปานกลาง
8.	ความมีระเบียบวินัยในการฝึกซ้อมของนักกีฬา	3.05	1.10	ปานกลาง
9.	การนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อม	3.18	1.46	ปานกลาง
10.	การอยู่ร่วมกันของสมาชิกในการฝึกซ้อม	2.50	1.28	น้อย
	รวม	3.02	1.21	ปานกลาง

จากตารางที่ 4.2 ผลการวิเคราะห์ ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านนักกีฬา ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 3.02) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อ พบว่า ปัญหาการฝึกซ้อมในด้านนักกีฬาสูงสุด ได้แก่ ความตรงต่อเวลาในการฝึกซ้อมของนักกีฬา ($\bar{x}$ = 3.36) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา ได้แก่ การเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางจิตใจในการฝึกซ้อม ($\bar{x}$ = 3.32) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และต่ำสุด ได้แก่ การอยู่ร่วมกันของสมาชิกในการฝึกซ้อม ($\bar{x}$ = 2.50) ซึ่งอยู่ในระดับน้อย

ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านผู้ฝึกสอน เป็นรายข้อ

ข้อ	ปัญหา	$\bar{x}$ (N = 298)	SD	ระดับ
1.	ความรู้ความสามารถของผู้ฝึกสอน	2.89	1.43	ปานกลาง
2.	ประสบการณ์ของผู้ฝึกสอน	3.02	1.07	ปานกลาง
3.	คุณลักษณะของผู้ฝึกสอน	3.02	1.25	ปานกลาง
4.	ความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอน	2.95	1.21	ปานกลาง
5.	การนำความรู้เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ ในการฝึกซ้อมของผู้ฝึกสอน	3.13	1.06	ปานกลาง
6.	การวิเคราะห์ข้อบกพร่องของนักกีฬา	3.05	1.16	ปานกลาง
7.	ผู้ฝึกสอนมีการวางแผนในการฝึกซ้อมของ นักกีฬาแต่ละคน	3.15	1.17	ปานกลาง
8.	ความรู้เกี่ยวกับหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาในการฝึกของผู้ฝึกสอน	3.11	1.23	ปานกลาง
9.	ผู้ฝึกสอนอุทิศเวลาให้กับนักกีฬาอย่างแท้จริง	3.05	1.16	ปานกลาง
10.	ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเป็นที่ยอมรับของนักกีฬา	2.98	1.42	ปานกลาง
	รวม	3.04	1.22	ปานกลาง

จากตารางที่ 4.3 ผลการวิเคราะห์ ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านผู้ฝึกสอน ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 3.04) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อ พบว่า ปัญหาในการฝึกซ้อม ด้านผู้ฝึกสอนสูงสุด ได้แก่ ผู้ฝึกสอนมีการวางแผนในการฝึกซ้อมของนักกีฬาแต่ละคน ($\bar{x}$ = 3.15) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา ได้แก่ การนำความรู้เกี่ยวกับวิทยาสาสตร์การกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อมของผู้ฝึกสอน ($\bar{x}$ = 3.13) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และต่ำสุด ได้แก่ ความรู้ความสามารถของผู้ฝึกสอน ($\bar{x}$ = 2.89) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4.4 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม เป็นรายข้อ

ข้อ	ปัญหา	$\bar{x}$ (N = 298)	SD	ระดับ
1.	โปรแกรมการฝึกซ้อมของนักมวยแต่ละคน	3.17	1.14	ปานกลาง
2.	การเตรียมการในการฝึกซ้อมแต่ละครั้ง	3.36	1.06	ปานกลาง
3.	การฝึกซ้อมมีอุปกรณ์เพียงพอ	3.59	1.13	มาก
4.	การใช้หลักวิทยาศาสตร์การกีฬาในการฝึกซ้อม	3.38	1.11	ปานกลาง
5.	ช่วงระยะเวลาเก็บตัวฝึกซ้อมเหมาะสม	3.12	1.24	ปานกลาง
6.	ใช้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาช่วยในการฝึกซ้อม	3.27	1.31	ปานกลาง
7.	การฝึกซ้อมหนักเกินไป	3.03	1.23	ปานกลาง
8.	นักกีฬามีคู่ซ้อมและคู่ทดสอบที่เหมาะสม	3.19	1.42	ปานกลาง
9.	นักกีฬามีเวลาพักผ่อนเพียงพอ	3.34	1.60	ปานกลาง
10.	นักกีฬาสามารถควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในรุ่นที่ทำการแข่งขัน	3.01	1.48	ปานกลาง
	รวม	3.25	1.27	ปานกลาง

จากตารางที่ 4.4 ผลการวิเคราะห์ ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 3.25) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อ พบว่า ปัญหาในการฝึกซ้อม ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อมสูงสุด ได้แก่ การฝึกซ้อมมีอุปกรณ์เพียงพอ ($\bar{x}$ = 3.59) ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ การใช้หลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาช่วยในการฝึกซ้อม ($\bar{x}$ = 3.38) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และต่ำสุด ได้แก่ นักกีฬาสามารถควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในรุ่นที่ทำการแข่งขันได้ ($\bar{x}$ = 3.01) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4.5 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านปัจจัยอื่นๆ เป็นรายข้อ

ข้อ	ปัญหา	$\bar{x}$ (N=298)	SD	ระดับ
1.	สวัสดิการในเรื่องที่พัก	3.53	1.20	มาก
2.	งบประมาณสำหรับอาหาร และน้ำดื่ม	3.54	1.39	มาก
3.	เบี้ยเลี้ยงในการฝึกซ้อมสำหรับนักกีฬา	4.09	1.18	มาก
4.	สวัสดิการช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลเมื่อนักกีฬาเจ็บป่วยหรือได้รับบาดเจ็บ	3.77	1.24	มาก
5.	ทุนการศึกษาสนับสนุนให้นักกีฬาได้เรียน	4.11	1.23	มาก
6.	การประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุให้กับนักกีฬา	4.14	1.05	มาก
7.	ชุดที่ใช้ในการฝึกซ้อม	3.80	1.25	มาก
8.	งบประมาณจัดซื้ออุปกรณ์ในการเสริมสร้างและทดสอบสมรรถภาพทางกาย	3.84	1.23	มาก
9.	สถานที่ในการฝึกซ้อมมีความเหมาะสม	3.47	1.18	ปานกลาง
10.	การเรียนของนักกีฬาเป็นปัญหาในการฝึกซ้อม	3.13	1.60	ปานกลาง
	รวม	3.74	1.26	มาก

จากตารางที่ 4.5 ผลการวิเคราะห์ ปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านปัจจัยอื่นๆ ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.74$) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อ พบว่า ปัญหาในการฝึกซ้อม ด้านปัจจัยอื่นๆสูงสุดได้แก่ การประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุให้กับนักกีฬา ($\bar{x} = 4.14$) ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ทุนการศึกษาสนับสนุนให้กับนักกีฬาได้เรียน ($\bar{x} = 4.11$) ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ การเรียนของนักกีฬาเป็นปัญหาในการฝึกซ้อม บริการ ($\bar{x} = 3.13$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในด้านนักกีฬา ด้านผู้ฝึกสอน ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม และด้านปัจจัยอื่นๆ

ข้อ	ด้าน	$\bar{x}$ (N = 298)	S.D.	ระดับ
1.	นักกีฬา	3.02	1.21	ปานกลาง
2.	ผู้ฝึกสอน	3.04	1.22	ปานกลาง
3.	กระบวนการของการฝึกซ้อม	3.25	1.27	ปานกลาง
4.	ปัจจัยอื่นๆ	3.74	1.26	มาก
	รวม	3.26	1.24	ปานกลาง

จากตารางที่ 4.6 ผลการวิเคราะห์ พบว่า ระดับปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 3.26) และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า ด้านปัจจัยอื่นๆ มีปัญหาสูงสุด ($\bar{x}$ = 3.74) ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม ($\bar{x}$ = 3.25) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง ด้านผู้ฝึกสอน ($\bar{x}$ = 3.04) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และต่ำสุด ได้แก่ ด้านนักกีฬา ($\bar{x}$ = 3.02) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4.7 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านนักกีฬา เป็นรายข้อ

ข้อ	ความต้องการ	$\bar{x}$ (N = 298)	SD	ระดับ
1.	การเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายของนักกีฬาขณะฝึกซ้อม	4.55	0.66	มากที่สุด
2.	การเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางจิตใจในการฝึกซ้อม	4.39	0.80	มาก
3.	รูปร่าง สัดส่วนของนักกีฬามีความเหมาะสม	3.96	1.04	มาก
4.	ความขยัน อดทน ในการฝึกซ้อมของนักกีฬา	4.39	0.88	มาก
5.	ความตรงต่อเวลาในการฝึกซ้อมของนักกีฬา	4.10	0.90	มาก
6.	การใช้ทักษะ เทคนิค ในการฝึกซ้อม	4.03	1.00	มาก
7.	การฝึกตามโปรแกรม การฝึกซ้อม	3.92	1.30	มาก
8.	ความมีระเบียบวินัยในการฝึกซ้อมของนักกีฬา	4.20	0.89	มาก
9.	การนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อม	3.90	1.43	มาก
10.	การอยู่ร่วมกันของสมาชิกในการฝึกซ้อม	4.10	1.37	มาก
	รวม	4.15	1.03	มาก

จากตารางที่ 4.7 ผลการวิเคราะห์ ความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านนักกีฬา ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}$ = 4.15) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อ พบว่า ความต้องการในการฝึกซ้อมด้านนักกีฬาสูงสุด ได้แก่ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายของนักกีฬาขณะฝึกซ้อม ($\bar{x}$ = 4.55) ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ การเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางจิตใจใจในการฝึกซ้อม และความขยัน อดทน ในการฝึกซ้อมของนักกีฬา ($\bar{x}$ = 4.39) ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ การนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อม ($\bar{x}$ = 3.90) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4.8 ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านผู้ฝึกสอน เป็นรายข้อ

ข้อ	ความต้องการ	$\bar{x}$ (N=298)	S.D.	ระดับ
1.	ความรู้ความสามารถของผู้ฝึกสอน	4.31	1.08	มาก
2.	ประสบการณ์ของผู้ฝึกสอน	4.02	0.99	มาก
3.	คุณลักษณะของผู้ฝึกสอน	4.12	1.10	มาก
4.	ความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอน	4.11	1.09	มาก
5.	การนำความรู้เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ ในการฝึกซ้อมของผู้ฝึกสอน	4.25	0.83	มาก
6.	การวิเคราะห์ข้อบกพร่องของนักกีฬา	4.20	0.85	มาก
7.	ผู้ฝึกสอนมาการวางแผนในการฝึกซ้อมของ นักกีฬาแต่ละคน	4.18	0.82	มาก
8.	ความรู้เกี่ยวกับหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาในการฝึกของผู้ฝึกสอน	4.02	0.95	มาก
9.	ผู้ฝึกสอนอุทิศเวลาให้กับนักกีฬาอย่างแท้จริง	4.42	0.79	มาก
10.	ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเป็นที่ยอมรับของนักกีฬา	4.17	1.11	มาก
	รวม	4.18	0.96	มาก

จากตารางที่ 4.8 ผลการวิเคราะห์ ความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านผู้ฝึกสอน ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}$ = 4.18) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อ พบว่า ความต้องการในการฝึกซ้อมด้านผู้ฝึกสอน ได้แก่ ผู้ฝึกสอนอุทิศเวลาให้กับนักกีฬาอย่างแท้จริง ($\bar{x}$ = 4.42) ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ ความรู้ความสามารถของผู้ฝึกสอน ($\bar{x}$ = 4.31) ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ ประสบการณ์ของผู้ฝึกสอน และความรู้เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬาในการฝึกของผู้ฝึกสอน ($\bar{x}$ = 4.02) ซึ่งอยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.9 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม เป็นรายข้อ

ข้อ	ความต้องการ	$\bar{x}$ (N = 298)	S.D.	ระดับ
1.	โปรแกรมการฝึกซ้อมของนักมวยแต่ละคน	4.21	0.96	มาก
2.	การเตรียมการในการฝึกซ้อมแต่ละครั้ง	4.25	0.98	มาก
3.	การฝึกซ้อมมีอุปกรณ์เพียงพอ	4.53	0.76	มาก
4.	การใช้หลักวิทยาศาสตร์การกีฬาในการฝึกซ้อม	3.99	1.03	มาก
5.	ช่วงระยะเวลาเก็บตัวฝึกซ้อมเหมาะสม	4.13	0.88	มาก
6.	ใช้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาช่วยในการฝึกซ้อม	4.19	0.98	มาก
7.	การฝึกซ้อมหนักเกินไป	3.62	1.17	มาก
8.	นักกีฬามีคู่ซ้อมและคู่ทดสอบที่เหมาะสม	4.01	1.03	มาก
9.	นักกีฬามีเวลาพักผ่อนเพียงพอ	4.23	1.01	มาก
10.	นักกีฬาสามารถควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในรุ่นที่ทำการแข่งขัน	4.02	1.15	มาก
	รวม	4.12	0.99	มาก

จากตารางที่ 4.9 ผลการวิเคราะห์ ความต้องการในการฝึกซ้อมของ นักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}$ = 4.12) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อ พบว่า ความต้องการในการฝึกซ้อม ในด้านบกระบวนการของการฝึกซ้อมสูงสุด ได้แก่ การฝึกซ้อมมีอุปกรณ์เพียงพอ ($\bar{x}$ = 4.53) ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมาได้แก่ การเตรียมการในการฝึกซ้อมแต่ละครั้ง ($\bar{x}$ = 4.25) ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ มีงบมีการจัดการแข่งขันกีฬาระหว่างมหาวิทยาลัยกับชุมชน ($\bar{x}$ = 3.19) ซึ่งอยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.10 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านปัจจัยอื่นๆ เป็นรายข้อ

ข้อ	ความต้องการ	$\bar{x}$ (N=298)	S.D.	ระดับ
1.	สวัสดิการในเรื่องที่พัก	4.12	1.08	มาก
2.	งบประมาณสำหรับอาหาร และน้ำดื่ม	4.51	0.90	มากที่สุด
3.	เบี้ยเลี้ยงในการฝึกซ้อมสำหรับนักกีฬา	4.45	0.96	มาก
4.	สวัสดิการช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลเมื่อนักกีฬาเจ็บป่วย หรือได้รับบาดเจ็บ	4.71	0.62	มากที่สุด
5.	ทุนการศึกษาสนับสนุนให้นักกีฬาได้เรียน	4.68	0.90	มากที่สุด
6.	การประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุให้กับนักกีฬา	4.47	0.81	มาก
7.	ชุดที่ใช้ในการฝึกซ้อม	4.05	1.08	มาก
8.	งบประมาณจัดซื้ออุปกรณ์ในการเสริมสร้างและทดสอบสมรรถภาพทางกาย	4.50	0.99	มาก
9.	สถานที่ในการฝึกซ้อมมีความเหมาะสม	4.28	0.82	มาก
10.	การเรียนของนักกีฬาเป็นปัญหาในการฝึกซ้อม	4.06	1.30	มาก
	รวม	4.38	0.95	มาก

จากตารางที่ 4.10 ผลการวิเคราะห์ ความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านปัจจัยอื่นๆ ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}$ = 4.38) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อ พบว่า ความต้องการในการฝึกซ้อม ในด้านปัจจัยอื่นๆสูงสุด ได้แก่ สวัสดิการช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลเมื่อนักกีฬาเจ็บป่วย หรือได้รับบาดเจ็บ ($\bar{x}$ = 4.71) ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ ทุนการศึกษาสนับสนุนให้นักกีฬาได้เรียน ($\bar{x}$ = 4.68) ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ ชุดที่ใช้ในการฝึกซ้อม ($\bar{x}$ = 4.05) ซึ่งอยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.11 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในด้านนักกีฬา ด้านผู้ฝึกสอน ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม และด้านปัจจัยอื่นๆ

ข้อ	ด้าน	$\bar{x}$ (N = 298)	S.D.	ระดับ
1.	นักกีฬา	4.15	1.03	มาก
2.	ผู้ฝึกสอน	4.18	0.96	มาก
3.	กระบวนการของการฝึกซ้อม	4.12	0.99	มาก
4.	ปัจจัยอื่นๆ	4.38	0.95	มาก
	รวม	4.21	0.98	มาก

จากตารางที่ 4.11 ผลการวิเคราะห์ พบว่า ระดับความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}$ = 4.21) และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน ปัจจัยอื่นๆมีความต้องการสูงสุด ($\bar{x}$ = 4.38) ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ ผู้ฝึกสอน ($\bar{x}$ = 4.18) ซึ่งอยู่ในระดับมาก ด้านนักกีฬา ($\bar{x}$ = 4.15) ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม ($\bar{x}$ = 4.12) ซึ่งอยู่ในระดับมาก

ข้อเสนอแนะอื่นๆ

ด้านนักกีฬา

1. นำนักกีฬามาอบรมมารยาท การทำตัวที่เหมาะสม
2. ที่พักอาศัย
3. ทุนการศึกษา
4. เวลาในการฝึกซ้อม

ด้านผู้ฝึกสอน

1. ควรมีการอบรมให้ความรู้กับผู้ฝึกสอน หาวิธีการที่ทันสมัยมาใช้

ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม

1. มีการแลกเปลี่ยนการฝึกซ้อมกับค่ายใหญ่
2. มีพื้นที่จำกัดในการฝึกซ้อม ทำให้กระบวนการซ้อมไม่เต็มที่

ด้านปัจจัยอื่นๆ

1. หน่วยงานรัฐควรเปิดกว้างเรื่องการการขออนุญาต บางอำเภอไม่ให้ความร่วมมือเท่าที่ควรพยายามมองว่ามวยไทยเป็นเรื่องการพนันเพียงอย่างเดียว
2. สนับสนุนทุนการศึกษา หรืองบประมาณ
3. อุปกรณ์ในการฝึกซ้อมไม่เพียงพอ
4. อยากให้สนับสนุนงบประมาณแต่ละค่าย หรือสวัสดิการให้นักมวย

บทที่ 5
สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัยดังต่อไปนี้

1. จุดมุ่งหมายของการวิจัย
2. วิธีดำเนินการวิจัย
3. สรุปผลการวิจัย
4. อภิปรายผลการวิจัย
5. ข้อเสนอแนะของการวิจัย

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์
2. เพื่อศึกษาปัญหาในด้านนักกีฬา ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์
3. เพื่อศึกษาปัญหาในด้านผู้ฝึกสอน ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ จัดกิจกรรมการแข่งขันกีฬาและการออกกำลังกายของมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์
4. เพื่อศึกษาปัญหาในด้านกระบวนการของการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์
5. เพื่อศึกษาปัญหาในด้านปัจจัยอื่นๆ ของการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์
6. เพื่อศึกษาแนวทางการแก้ไขปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ มุ่งศึกษาถึงปัญหาและความต้องการการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ โดยศึกษาปัญหา 4 ด้าน คือ ด้านนักกีฬา ด้านผู้ฝึกสอน ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม และด้านปัจจัยอื่นๆ

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ ผู้จัดการค่าย จำนวน 42 คน ผู้ฝึกสอน 42 คน และนักกีฬามวยไทยอาชีพ จำนวน 214 คน รวมทั้งหมด จำนวน 298 คน

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างดังนี้ ผู้จัดการค่ายมวย 42 คน ผู้ฝึกสอน 42 คน นักกีฬามวยไทยอาชีพ 214 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถามปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ ในจังหวัดบุรีรัมย์ ที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ตอน

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามสถานภาพผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการการฝึกซ้อมของกีฬามวยไทยอาชีพ ในจังหวัดบุรีรัมย์ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตรส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด แบ่งออกเป็น 4 ด้านคือ

1. ด้านนักกีฬา
2. ด้านผู้ฝึกสอน
3. ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม
4. ด้านปัจจัยอื่นๆ

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะอื่น ๆ ลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open ended) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนการเปรียบเทียบปัญหาการจัดการกีฬาขององค์การบริหารส่วนตำบล ใช้การทดสอบที (t – Test Independent) การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One – way ANOVA) และทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ่ (Scheffe's Method)

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ได้ผลดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยโดยแบ่งเป็น

1. ผู้จัดการค่ายมวย และผู้ฝึกสอน พบว่า เป็นผู้จัดการค่ายมวย 42 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 ผู้ฝึกสอน จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 อายุต่ำกว่า 30 ปี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 9.5 อายุระหว่าง 30 – 35 ปี จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9 อายุระหว่าง 36 – 40 ปี จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 27.4 อายุ 41 ปีขึ้นไป จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 57.2

ระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นผู้จัดการค่ายมวย และผู้ฝึกสอน วุฒิการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 75.0 วุฒิการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 25.0

สำเร็จการศึกษาสาขาวิชาพลศึกษา จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 53.6 สำเร็จการศึกษาสาขาวิชาสุขศึกษา จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 3.6 สำเร็จการศึกษาสาขาวิชาอื่นๆ จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 42.8

ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 1 ปี จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.1 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 2 ปี จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 3 ปี จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 21.4 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 4 ปี จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 15.5 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่ 5 ปี จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 17.9 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่มากกว่า 5 ปีขึ้นไป จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3

เคยเป็นนักกีฬามวยไทยอาชีพจำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 84.5 ไม่เคยเป็นนักกีฬามวยไทยอาชีพ จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 15.5

เคยได้รับการอบรมผู้ฝึกสอนกีฬามวยไทย จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 ไม่เคยได้รับการอบรมผู้ฝึกสอนกีฬามวยไทย จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3

2. นักกีฬามวยไทยอาชีพ พบว่า เป็นนักกีฬามวยไทยอาชีพ จำนวน 214 คน อายุต่ำกว่า 15 ปี จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 16.8 อายุ 15 ปี จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 25.2 อายุ 16 ปี จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 12.1 อายุ 17 ปี จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ14.5 อายุ 18 ปี จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 อายุ 20 ปี จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.4 อายุมากกว่า 20 ปีขึ้นไป จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 18.8

สถานภาพโสด จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 80.4 สถานภาพสมรส จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 19.6

การศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 27.6 การศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 18.2 การศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (เทียบเท่า ปวช.) จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 34.6 การศึกษาระดับอนุปริญญา (เทียบเท่า ปวส.) จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 7.0 การศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3 การศึกษาระดับอื่น ๆ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 3.3

ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย 1 ปี จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 5.1 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย 3 ปี จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 16.4 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย 4 ปี จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 15.4 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทย 5 ปี จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทยมากกว่า 5 ปีขึ้นไป จำนวน 121 คน คิดเป็นร้อยละ 56.6

แข่งขันสนามมวยราชดำเนินจำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 34.6 แข่งขันสนามมวยลุมพินี จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 7.5 แข่งขันสนามมวยช่อง 7 สี จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 5.6 แข่งขันสนามมวยสยามอ้อมน้อย จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 15.4 แข่งขันสนามมวยอื่น ๆ จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 36.9

ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพระหว่าง 1,000 – 5,000 บาท จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 25.2 ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพ ระหว่าง 10,000 –50,000 บาท จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 25.7 ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพ ระหว่าง 50,000 – 100,000 บาท จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 14.5 ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพ 100,000 บาทขึ้นไป จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 ค่าตัวในการชกมวยไทยอาชีพ ระดับอื่น ๆ จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 28.1

ระดับปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิเคราะห์พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า ด้านปัจจัยอื่น ๆ ได้แก่ มีปัญหาสูงสุด ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง ด้านผู้ฝึกสอน ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และต่ำสุด ได้แก่ ด้านนักกีฬา ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ระดับความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิเคราะห์ พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน ปัจจัยอื่น ๆ ได้แก่ มี

ความต้องการสูงสุด ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ ผู้ฝึกสอน ซึ่งอยู่ในระดับมาก ด้านนักกีฬา ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับมาก

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษา ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่าในภาพรวมมีปัญหาในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านแล้วมีประเด็นที่ควรนำมาอภิปราย ดังนี้

ผลการศึกษาปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ด้านปัจจัยอื่น ๆ มีปัญหาสูงสุด ในเรื่องการประกันสุขภาพ และประกันอุบัติเหตุให้กับนักกีฬา เนื่องในระหว่างการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันนักกีฬาที่ได้รับบาดเจ็บ

ปัญหาด้านนักกีฬา ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความคิดเห็นโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาในแต่ละรายการ พบว่า ปัญหาการฝึกซ้อมในด้านนักกีฬาสูงสุด ได้แก่ ความตรงต่อเวลาในการฝึกซ้อมของนักกีฬา ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา ได้แก่ การเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางจิตใจในการฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับปานกลางและต่ำสุด ได้แก่ การอยู่ร่วมกันของสมาชิกในการฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับน้อย

ความต้องการด้านนักกีฬา ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความต้องการโดยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาแต่ละรายการ พบว่า ความต้องการในการฝึกซ้อมด้านนักกีฬาสูงสุด ได้แก่ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายของนักกีฬาขณะฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ การเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางจิตใจในการฝึกซ้อม และความขยันอดทน การฝึกซ้อมของนักกีฬา ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ การนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของประเทือง สุวรรณโฆษิต (2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ในการไปแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 15 ผลการวิจัยพบว่า ก่อนการเก็บตัวนักกีฬามีปัญหาและอุปสรรคในระดับมากในเรื่องต่อไปนี้ นักกีฬาติดภาระทำให้มาฝึกซ้อมได้ไม่พร้อมเพียงกัน การวางแผนการสร้างทีมกีฬาระยะยาว นักกีฬามาทำการคัดเลือกตัวน้อย การเรียน การทำงานและครอบครัว ผลตอบแทนและสวัสดิการของผู้ฝึกสอน งบประมาณที่ได้รับไม่เพียงพอและมีขั้นตอนการเบิกจ่ายมาก โอกาสในการเสริมสร้างประสบการณ์ในการแข่งขัน โอกาสในการเดินทางไปฝึกซ้อมและเก็บตัว ณ ต่างประเทศ และปัญหาการใช้อุปกรณ์ทางวิทยาศาสตร์การกีฬา ระหว่างการแข่งขัน มี

ปัญหาและอุปสรรคในระดับมาก ในเรื่องต่อไปนี้การจัดกิจกรรมการตัดสิน แรงกดดันของเสียงเชียร์ที่มีผลต่อการปฏิบัติหน้าที่ของผู้ฝึกสอน และการตัดสินของกรรมการ

ปัญหาด้านผู้ฝึกสอน ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความคิดเห็นโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาในแต่ละรายการ พบว่า ปัญหาในการฝึกซ้อม ด้านผู้ฝึกสอน สูงสุด ได้แก่ ผู้ฝึกสอนมีการวางแผนในการฝึกซ้อมของนักกีฬาแต่ละคน ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา ได้แก่ การนำความรู้เกี่ยวกับวิทยาสาสตร์การกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อมของผู้ฝึกสอน ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และต่ำสุด ได้แก่ ความรู้ความสามารถของผู้ฝึกสอน ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ความต้องการด้านผู้ฝึกสอน ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความต้องการโดยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาแต่ละรายการ พบว่า ความต้องการในการฝึกซ้อมด้านผู้ฝึกสอน ได้แก่ ผู้ฝึกสอนอุทิศเวลาให้กับนักกีฬาอย่างแท้จริง ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ ความรู้ความสามารถของผู้ฝึกสอน ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ ประสบการณ์ของผู้ฝึกสอน และความรู้เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬาในการฝึกของผู้ฝึกสอน ซึ่งอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประเสริฐ เรืองตระกูล (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมนักกีฬา เพื่อเข้าแข่งขันนักกีฬานักเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า ด้านการวางแผน โดยส่วนใหญ่ทุกโรงเรียนมีสภาพการวางแผนการฝึกซ้อมนักกีฬาอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่อยู่ในระดับมากที่สุด คือ การมีส่วนร่วมในการคัดเลือกตัวนักกีฬา (34.19%) รองลงมาคือ การตั้งจุดมุ่งหมายในการคัดเลือกนักกีฬา (45.40%) นักกีฬาที่ได้รับการคัดเลือกตรงตามจุดมุ่งหมาย (43.96%) การวางแผนการคัดเลือกอย่างมีระบบ (38.79%) วิธีการคัดเลือกนักกีฬาดำเนินการตามแผนที่วางไว้ (38.79%) การกำหนดระยะเวลาการฝึกซ้อมจัดทำแผนไว้ล่วงหน้า (37.35%) การวางการฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่อง (31.60%) และการจัดทำโครงการอย่างต่อเนื่อง (31.03%) จากดังกล่าวข้างต้น จึงทำให้เกิดปัญหาอยู่ในระดับน้อยเป็นส่วนใหญ่ ด้านโปรแกรมการฝึก การกำหนดจุดมุ่งหมายของการฝึกซ้อมในระยะสั้นและระยะยาวมีสภาพอยู่ในระดับมาก (36.49%) การเขียนโปรแกรมการฝึกซ้อมไว้อย่างชัดเจน โปรแกรมการฝึกซ้อมตรงตามความต้องการในการฝึกกีฬามีสภาพอยู่ในระดับมาด (41.09%) การฝึกซ้อมเทคนิคและทักษะกีฬามีสภาพอยู่ในระดับมาก (36.20%) โปรแกรมนันทนาการ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดด้านร่างกายและจิตใจมีสภาพอยู่ในระดับมาก (32.18%) การให้ความรู้เรื่องป้องกันบาดเจ็บและรักษาการบาดเจ็บจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันมีสภาพอยู่ในระดับมาก (36.49%) และโปรแกรมการสอดแทรกคุณลักษณะของกีฬาและกติกามีสภาพอยู่ในระดับมาก (38.21%) จึงทำให้เกิดปัญหาในระดับน้อย

ส่วนข้อที่มีสภาพอยู่ในระดับน้อย มีดังนี้ การเขียนโปรแกรมการฝึกซ้อมอย่างชัดเจน (37.06%) โปรแกรมการฝึกซ้อมเป็นไปตามพัฒนาการของนักกีฬา (32.18%) โปรแกรมการฝึกทักษะทดสอบทักษะส่วนบุคคลของนักกีฬา (31.32%) โปรแกรมการสร้างและทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬา (30.45%) โปรแกรมการฝึกด้านจิตใจ (แข็งแรง) (32.18 %) ตารางโปรแกรมโภชนาการมีความเหมาะสมกับนักกีฬา (31.60%) จึงทำให้เกิดปัญหาอยู่ในระดับมาก ด้านงบประมาณทุกข้อที่เกี่ยวข้องกับงบประมาณ มีสภาพที่อยู่ในระดับน้อย จึงทำให้เกิดปัญหาในระดับมากขึ้น การจัดสรรงบประมาณในการในการฝึกซ้อมตลอดระยะเวลาการฝึกซ้อม (29.31%) บุคลากรและงบประมาณและอำนวยความสะดวกในการเบิกจ่าย (31.03%) ความสะดวกในการเบิกจ่ายงบประมาณการฝึกซ้อม (30.17%) การจัดสรรงบประมาณซื้ออุปกรณ์การฝึกซ้อม (30.74%) สามารถจัดซื้ออุปกรณ์ได้มาตรฐาน (33.62%) งบประมาณค่าอาหารและเครื่องดื่ม (30.45%) งบประมาณค่าพาหนะ (32.18%) งบประมาณการดูแลรักษาพยาบาล เมื่อเจ็บป่วยหรือประสบอุบัติเหตุ (32.18%) และงบประมาณด้านอุปกรณ์เสริมสร้างสมรรถภาพ (29.88%) งบประมาณสนับสนุนจากบุคคลหรือหน่วยงานภายนอก (32.18%). ด้านการประเมินผล การทดสอบสมรรถภาพเพื่อดูพัฒนาการของนักกีฬาอยู่ในระดับมาก (34.77%) มีการนำผลการทดสอบมาปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมาก (33.04%) การทดสอบก่อนการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมาก (27.58%) และการทดสอบระหว่างการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมาก (35.63%) ดังนั้นปัญหาที่เกิดขึ้นจึงอยู่ในระดับน้อย

ปัญหาด้านกระบวนการของการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความคิดเห็นโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาในแต่ละรายการ พบว่า ปัญหาในการฝึกซ้อม ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อมสูงสุด ได้แก่ การฝึกซ้อมมีอุปกรณ์เพียงพอ ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ การใช้หลักวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาช่วยในการฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และต่ำสุด ได้แก่ นักกีฬาสามารถควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในรุ่นที่ทำการแข่งขันได้ ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ความต้องการด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความต้องการโดยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาแต่ละรายการ พบว่า ความต้องการในการฝึกซ้อม ในด้านบกระบวนการของการฝึกซ้อมสูงสุด ได้แก่ การฝึกซ้อมมีอุปกรณ์เพียงพอ ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ การเตรียมการในการฝึกซ้อมแต่ละครั้ง ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ มีงบมีการจัดการแข่งขันกีฬาระหว่างมหาวิทยาลัยกับชุมชน ซึ่งอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ สำราญ วรรณปะกา (2545 : บทคัดย่อ) เรื่องปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยสากล

สมัครเล่นในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 21 ผลการวิจัยพบว่า ทั้งสามกลุ่มเห็นว่า ปัญหาด้านผู้ฝึกสอนอยู่ในระดับน้อย และปัญหาที่อยู่มนระดับมากคือ ผู้ฝึกสอนขาดความมั่นใจในการเป็นผู้ฝึกสอน และผู้ฝึกสอนไม่มีความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา ปัญหาด้านการเก็บตัวอยู่ในระดับน้อย และปัญหารายข้อที่อยู่ในระดับมากคือ นักกีฬามีภาระในช่วงเก็บตัวฝึกซ้อม และนักกีฬาไม่สามารถควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในรุ่นได้

ปัญหาด้านปัจจัยอื่นๆ ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความคิดเห็นโดยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาในแต่ละรายการ พบว่า ปัญหาในการฝึกซ้อม ด้านปัจจัยอื่น ๆ สูงสุด ได้แก่ การประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุให้กับนักกีฬา ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ทุนการศึกษาสนับสนุนให้กับนักกีฬาได้เรียน ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ การเรียนของนักกีฬาเป็นปัญหาในการฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ความต้องการด้านปัจจัยอื่นๆ ของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความต้องการโดยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาแต่ละรายการ พบว่า ความต้องการในการฝึกซ้อม ในด้านปัจจัยอื่น ๆ สูงสุด ได้แก่ สวัสดิการช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลเมื่อนักกีฬาเจ็บป่วย หรือได้รับบาดเจ็บ ซึ่งอยู่ในระดับมาก รองลงมา ได้แก่ ทุนการศึกษาสนับสนุนให้นักกีฬาได้เรียน ซึ่งอยู่ในระดับมาก และต่ำสุด ได้แก่ ชุดที่ใช้ในการฝึกซ้อม ซึ่งอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุรศักดิ์ ทรัพย์เพิ่ม (2544 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ปัญหาการเตรียมทีมกีฬาวอลเลย์บอลเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 28 ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาด้านการคัดเลือกตัวนักกีฬา ที่พบมากคือ ระยะเวลาในการคัดเลือกตัวนักกีฬา ปัญหาด้านสถานที่และอุปกรณ์ในการฝึกซ้อม ที่พบมากคือ อุปกรณ์การเสริมสร้างสมรรถภาพทางการและความสะดวกในการใช้สนามฝึกซ้อม ปัญหาด้านการฝึกซ้อมที่พบมากที่สุดคือ การทดสอบความพร้อมของทีมโดยการส่งทีมเข้าร่วมการแข่งขันรายการต่าง ๆ ปัญหาด้านงบประมาณ ที่พบมากที่สุดคือ งบประมาณในการจัดซื้ออุปกรณ์ในการฝึกซ้อม ปัญหาด้านสวัสดิการ ที่พบมากที่สุดคือ การจัดสอนเสริมด้านการศึกษาให้กับนักกีฬา

ข้อเสนอแนะของการวิจัย

1. นักกีฬามวยไทยอาชีพเป็นนักกีฬาที่ต้องใช้สมรรถภาพทางกายสูงมาก ดังนั้นการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายให้กับนักกีฬามวยไทยเป็นเรื่องที่สำคัญส่งผลต่อการใช้อวัยวะเป็นอาวุธในการต่อสู้มาก ฉะนั้นนักกีฬามวยไทยอาชีพจะต้องมีความแข็งแรงและความแข็งแกร่งของ

ร่างกายสูงมาก ตลอดจนมีความอดทนในการฝึกซ้อม ต้องเป็นผู้ที่มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา และใช้เทคนิคใหม่ ๆ ในการฝึกซ้อม

2. ผู้ฝึกสอนนักกีฬามวยไทยอาชีพเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของความสำเร็จของนักกีฬา ควรมีการส่งเสริมให้ผู้ฝึกสอนมวยไทยมีความรู้ด้านการวางแผนการฝึกซ้อมอย่างเป็นระบบถูกต้องตามหลักการฝึกกีฬาตลอดจนมีการอบรม ให้ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา กับการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬามวยไทย และควรติดตามความเคลื่อนไหวเกี่ยวกับเทคนิคการฝึกซ้อมใหม่ ๆ อยู่เสมอ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาสภาพและปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยที่เตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬาในระดับอื่น ๆ

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

กรรวี บุญชัย. (2540). **คิเนสิโอโลยีเบื้องต้น**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

จรัสเดช อุสิต. (2542). **เอกสารประกอบการสอนมวยไทย 1**. มหาสารคาม : วิทยาลัยพลศึกษา. อัดสำเนา.

จรวย แก่นวงษ์คำ. (2530). **มวยไทย-มวยสากล**. กรุงเทพฯ : โอเดี่ยนสโตร์

เจริญ กระบวนรัตน์. (2525, 8 ตุลาคม). "การฝึกด้านจิตวิทยาก่อนการแข่งขัน", **วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ แห่งประเทศไทย**. (86) : 20.

เจริญทัศน์ จินตนเสรี. (2542,21 ตุลาคม). "กีฬา : ยุทธศาสตร์เชิงรุกการพัฒนาชาติ", **เดลินิวส์**. 23.

เจษฎา เจียระนัย. (2533). **โค้ช.** กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

ชาติชาย อิสรัมย์. (2525). **หลักและวิธีการฝึกกีฬา**. ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์, กรุงเทพ ฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

นิตยา เกิดจันทึก และคณะ. (2539). **การศึกษาสภาพการใช้ออกซิเจน และไม่ใช้ออกซิเจนของขา และแขนในการฝึกกีฬามวยไทยสมัครเล่น**. กรุงเทพฯ : ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย

ประเสริฐ เรืองตระกูล. (2543). **สภาพปัญหาการฝึกซ้อมนักกีฬาเพื่อเข้าแข่งขันนักเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร**. กรุงเทพฯ : ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (อัดสำเนา)

เปรม ติณลสูลานนท์. (2525). **"คำขวัญในพิธีเปิดการแข่งขันกีฬาเขต ครั้งที่ 16 สูจิบัตรในการแข่งขันกีฬาเขต ครั้งที่ 16**. ภูเก็ต : โรงเรียนภูเก็ตวิทยาลัย.

โพธิ์สวัสดิ์ แสงสว่าง. (2524). **มวยไทย**. มหาสาราคาม : ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูมหาสารคาม.

ไพวัลย์ สุวรรณภักดี. (2524). **ปัญหาการจัดและดำเนินการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร**. กรุงเทพฯ : วิทยานิพนธ์ คม. (พลศึกษา) บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (อัดสำเนา).

มงคล คำเมือง. (2532). **การศึกษาเกี่ยวกับมวยไทย**. กรุงเทพฯ : ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, (อัดสำเนา)

มงคล แฝงสาเคน. (2535). **ยุทธศาสตร์สำหรับผู้ฝึกสอน**. มหาสารคาม : ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูมหาสารคาม.

สุชาติ สาระผล. (2534). **ปัญหาการฝึกซ้อมนักฟุตบอลถ้วยพระราชทานประเภท ก**. กรุงเทพฯ : วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อัดสำเนา)

สุพิตร สมาหิโต. (2532). **"จิตวิทยาการกีฬากับโค้ช"**. เอกสารประกอบการสอนวิชาจิตวิทยาการกีฬา กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อัดสำเนา)

สุรศักดิ์ ทรัพย์เพิ่ม. (2544). **ปัญหาการเตรียมทีมกีฬาวอลเลย์บอลเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 28.** กรุงเทพฯ : ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

สุรสิทธิ์ มิทราวงศ์. (2542). **ผลของการบริหารท่าแม่มวยไทยที่มีผลต่อสมรรถภาพทางกลไกลของนักเรียนโรงเรียนบ้านโนนนกหอ**. กรุงเทพฯ : วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อัดสำเนา)

เสาวนีย์ สิทะวุฒิ. (2528). **ปัญหาการจัดและดำเนินการแข่งขันกีฬานักเรียนในจังหวัดของเขตการศึกษา 12**. กรุงเทพฯ : ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (อัดสำเนา)

Gray, P. (1977, November). "An investigation in the Sociological Background of the Athletes Who Represented the United State of America in the XII Winter Olympic Games 1976" **Dissertation Abtracts Intermational**. **38.** November, 1977.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง

ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
เรื่อง
ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

ความมุ่งหมายของงานวิจัย

แบบสอบถามนี้มุ่งที่จะศึกษา ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

คำแนะนำในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามชุดนี้ เป็นแบบสอบถามสำหรับ ผู้จัดการค่ายมวย/ผู้ฝึกสอน/นักกีฬามวยไทยอาชีพ ในจังหวัดบุรีรัมย์
2. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้
   ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพผู้ตอบแบบสอบถาม
   ตอนที่ 2 ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์
   ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง

โปรดทำเครื่องหมาย / ใน ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านเพียงข้อเดียว

---

1. สำหรับ ผู้จัดการค่ายมวย และผู้ฝึกสอน

1.1 หน้าที่ของท่านในค่ายมวย

( ) ผู้จัดการค่ายมวย

( ) ผู้ฝึกสอน

1.2 อายุ

( ) ต่ำกว่า 30 ปี ( ) 30 – 35 ปี

( ) 36 – 40 ปี ( ) 41 ปีขึ้นไป

1.3 วุฒิการศึกษา

( ) ต่ำกว่าปริญญาตรี ( ) ปริญญาตรี

( ) ปริญญาโท ( ) ปริญญาเอก

1.4 สาขาวิชาที่สำเร็จการศึกษา

( ) พลศึกษา ( ) สุขศึกษา

( ) วิทยาศาสตร์การกีฬา ( ) อื่นๆ(โปรดระบุ).....

1.5 ประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่

( ) 1 ปี ( ) 4 ปี

( ) 2 ปี ( ) 5 ปี

( ) 3 ปี ( ) มากกว่า 5 ปีขึ้นไป

1.6 เคยเป็นนักกีฬามวยไทยอาชีพ

( ) เคย ( ) ไม่เคย

1.7 เคยได้รับการอบรมผู้ฝึกสอนกีฬามวยไทย

( ) เคย ( ) ไม่เคย

2. สำหรับ นักกีฬามวยไทยอาชีพ

2.1 อายุ

( ) ต่ำกว่า 15 ปี ( ) 15 ปี

( ) 16 ปี ( ) 17 ปี

( ) 18 ปี ( ) 19 ปี

( ) 20 ปี ( ) มากกว่า 20 ปี ขึ้นไป

2.2 สถานภาพ

( ) โสด ( ) สมรส

( ) แยกกันอยู่ ( ) หม้าย

2.3 ระดับการศึกษา

( ) ประถมศึกษา ( ) มัธยมศึกษา

( ) ปวช. ( ) ปวส.

( ) อนุปริญญา ( ) ปริญญาตรี

( ) อื่นๆ(โปรดระบุ).....

2.4 ประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทยอาชีพ

( ) 1 ปี ( ) 4 ปี

( ) 2 ปี ( ) 5 ปี

( ) 3 ปี ( ) มากกว่า 5 ปีขึ้นไป

2.5 ระดับสนามที่แข่งขัน(เวทีมาตราฐาน) สูงสุด

( ) ราชดำเนิน ( ) ลุมพินี

( ) ช่อง 7 สี ( ) สยามอ้อมน้อย

( ) อื่นๆ(โปรดระบุ).....

2.6 ค่าตัวสูงสุดในการชกมวยไทยอาชีพ

( ) ต่ำกว่า 1,000 บาท ( ) 1,000 – 5,000 บาท

( ) 5,000 – 10,000 บาท ( ) 10,000 – 15,000 บาท

( ) 15,000 – 20,000 บาท ( ) 20,000 บาท ขึ้นไป

ตอนที่ 2 ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์

แบ่งออกเป็น 4 ด้านดังนี้

1. ด้านนักกีฬา
2. ด้านผู้ฝึกสอน
3. ด้านกระบวนการการฝึกซ้อม
4. ด้านปัจจัยอื่น ๆ

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับ ปัญหาและความต้องการในการฝึกซ้อมของนักกีฬามวยไทยอาชีพ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่ประสบปัญหาในการทำหน้าที่เป็นผู้จัดการค่ายมวย ผู้ฝึกสอน นักกีฬามวยไทยอาชีพในการฝึกซ้อมและการแข่งขันอย่างไร ให้ท่านตอบคำถามตามความเป็นจริง โดยการทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง ( ) ที่ตรงกับระดับปัญหาเพียงข้อเดียวโดยกำหนดให้

ระดับปัญหา	ระดับความต้องการ
ช่องหมายเลข 5 หมายถึง มีปัญหาในการฝึกซ้อมมากที่สุด	ช่องหมายเลข 5 หมายถึง ต้องการมากที่สุด
ช่องหมายเลข 4 หมายถึง มีปัญหาในการฝึกซ้อมมาก	ช่องหมายเลข 4 หมายถึง ต้องการมาก
ช่องหมายเลข 3 หมายถึง มีปัญหาในการฝึกซ้อมปานกลาง	ช่องหมายเลข 3 หมายถึง ต้องการปานกลาง
ช่องหมายเลข 2 หมายถึง มีปัญหาในการฝึกซ้อมน้อย	ช่องหมายเลข 2 หมายถึง ต้องการน้อย
ช่องหมายเลข 1 หมายถึง มีปัญหาในการฝึกซ้อมน้อยที่สุด	ช่องหมายเลข 1 หมายถึง ต้องการน้อยที่สุด

ตัวอย่าง

ระดับปัญหา					รายการ	ระดับความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
	/				การเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายของนักกีฬาขณะฝึกซ้อม	/				

คำอธิบาย จากตัวอย่างแสดงว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับปัญหามาก และมีความต้องการมากที่สุด ในเรื่องการเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายของ นักกีฬาขณะฝึกซ้อมมาก

1. ปัญหาและความต้องการด้านนักกีฬา

ระดับปัญหา					รายการ	ระดับความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายของนักกีฬาขณะฝึกซ้อม					
					2. การเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางจิตใจในการฝึกซ้อม					
					3. รูปร่าง สัดส่วนของนักกีฬามีความเหมาะสม					
					4. ความขยัน อดทน ในการฝึกซ้อมของนักกีฬา					
					5. ความตรงต่อเวลาในการฝึกซ้อมของนักกีฬา					
					6. การใช้ทักษะ เทคนิค ในการฝึกซ้อม					
					7. การฝึกตามโปรแกรม การฝึกซ้อม					
					8. ความมีระเบียบวินัยในการฝึกซ้อมของนักกีฬา					
					9. การนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อม					
					10. การอยู่ร่วมกันของสมาชิกในการฝึกซ้อม					

2. ปัญหาและความต้องการด้านผู้ฝึกสอน

ระดับปัญหา					รายการ	ระดับความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. ความรู้ความสามารถของผู้ฝึกสอน					
					2. ประสบการณ์ของผู้ฝึกสอน					
					3. คุณลักษณะของผู้ฝึกสอน					
					4. ความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอน					
					5. การนำความรู้เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการฝึกซ้อมของผู้ฝึกสอน					
					6. การวิเคราะห์ข้อบกพร่องของนักกีฬา					
					7. ผู้ฝึกสอนมาการวางแผนในการฝึกซ้อมของนักกีฬาแต่ละคน					
					8. ความรู้เกี่ยวกับหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาในการฝึกของผู้ฝึกสอน					
					9. ผู้ฝึกสอนอุทิศเวลาให้กับนักกีฬาอย่างแท้จริง					
					10. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเป็นที่ยอมรับของนักกีฬา					

3. ปัญหาและความต้องการด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม

ระดับปัญหา					รายการ	ระดับความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. โปรแกรมการฝึกซ้อมของนักมวยแต่ละคน					
					2. การเตรียมการในการฝึกซ้อมแต่ละครั้ง					
					3. การฝึกซ้อมมีอุปกรณ์เพียงพอ					
					4. การใช้หลักวิทยาศาสตร์การกีฬาในการฝึกซ้อม					
					5. ช่วงระยะเวลาเก็บตัวฝึกซ้อมเหมาะสม					
					6. ใช้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาช่วยในการฝึกซ้อม					
					7. การฝึกซ้อมหนักเกินไป					
					8. นักกีฬามีคู่ซ้อมและคู่ทดสอบที่เหมาะสม					
					9. นักกีฬามีเวลาพักผ่อนเพียงพอ					
					10. นักกีฬาสามารถควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในรุ่นที่ทำการแข่งขัน					

4. ปัญหาและความต้องการด้านปัจจัยอื่นๆ

ระดับปัญหา					รายการ	ระดับความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. สวัสดิการในเรื่องที่พัก					
					2. งบประมาณสำหรับอาหาร และน้ำดื่ม					
					3. เบี้ยเลี้ยงในการฝึกซ้อมสำหรับนักกีฬา					
					4. สวัสดิการช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลเมื่อนักกีฬาเจ็บป่วยหรือได้รับบาดเจ็บ					
					5. ทุนการศึกษาสนับสนุนให้นักกีฬาได้เรียน					
					6. การประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุให้กับนักกีฬา					
					7. ชุดที่ใช้ในการฝึกซ้อม					
					8. งบประมาณจัดซื้ออุปกรณ์ในการเสริมสร้างและทดสอบสมรรถภาพทางกาย					
					9. สถานที่ในการฝึกซ้อมมีความเหมาะสม					
					10. การเรียนของนักกีฬาเป็นปัญหาในการฝึกซ้อม					

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

ด้านนักกีฬา

.....

.....

.....

.....

.....

ด้านผู้ฝึกสอน

.....

.....

.....

.....

.....

ด้านกระบวนการของการฝึกซ้อม

.....

.....

.....

.....

.....

ด้านปัจจัยอื่นๆ

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รัตติกร รัตกูล
   ผู้ช่วยอธิการบดี
   มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรพรรณ คำเมือง
   หัวหน้าสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์
   มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

3. อาจารย์มงคล คำเมือง
   รองผู้อำนวยการสำนักเขตพื้นที่การศึกษาบุรีรัมย์ เขต 1
   อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

ประวัติย่อผู้วิจัย

1. ชื่อ นายสุภาพ สมศรี

วัน เดือน ปี เกิด 19 มีนาคม 2497

การศึกษา กศ.บ. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา

ศษ.ม. (การบริหารการศึกษา) มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ประสบการณ์ทำงาน

2521 – ปัจจุบัน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

ผู้อำนวยการสำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

2. ชื่อ นายบุญเลี้ยง ศรีสุข

วัน เดือน ปี เกิด 11 พฤษภาคม 2494

การศึกษา กศ.บ. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา

M.ED. (Teacher Ed.) Sadar Partel University

ประสบการณ์ทำงาน

2521 – ปัจจุบัน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสาขาวิชาพลศึกษา และ

ประธานสาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์

3. ชื่อ นายสราวุธ ทัศนาวิวัฒน์

วัน เดือน ปี เกิด 28 สิงหาคม 2519

การศึกษา ครุศาสตร์บัณฑิต (ค.บ. พลศึกษา) สถาบันราชภัฏบุรีรัมย์

การศึกษามหาบัณฑิต (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสบการณ์ทำงาน

2545 – 2547 อาจารย์อัตราจ้าง โปรแกรมวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

สถาบันราชภัฏร้อยเอ็ด อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด

2547 – ปัจจุบัน พนักงานราชการสาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์