

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การศึกษาเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 – 12 ปี ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ตามระเบียบวิธีทางสถิติ โดยการหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกาย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง ดังนี้

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 ปี

รายการทดสอบ	จำนวนคน		ชาย		หญิง	
	ชาย	หญิง	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
น้ำหนัก (กิโลกรัม)	536	551	33.96	9.17	34.24	8.48
ส่วนสูง (เมตร)	536	551	1.37	0.07	1.40	0.08
ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	536	551	17.97	3.57	17.41	3.16
นั่งอตัว (เซนติเมตร)	536	551	4.28	5.77	5.33	5.48
นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	536	551	28.26	9.08	24.48	9.00
ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	536	551	8.28	7.04	18.23	8.99
เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	536	551	10.14	2.09	11.53	2.21

จากตารางที่ 4 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 10 ปี มีค่าเฉลี่ยของน้ำหนัก 33.96 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.17 ค่าเฉลี่ยของส่วนสูง 1.37 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.07 มีค่าเฉลี่ยของค่าดัชนีมวลกาย 17.97 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.57 คะแนนเฉลี่ยนั่งอตัว 4.28 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.77 คะแนนเฉลี่ยนอนยกตัว 28.26 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.08 คะแนนเฉลี่ยดันพื้น 8.28 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.04 คะแนนเฉลี่ยเดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร (1 ไมล์) 10.14 นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.09

สำหรับนักเรียนหญิงมีคะแนนเฉลี่ยน้ำหนัก 34.24 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.48  
คะแนนเฉลี่ยส่วนสูง 1.40 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.08 มีคะแนนเฉลี่ยค่าดัชนีมวลกาย  
17.41 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.16 คะแนนเฉลี่ยนั่งงอตัว 5.33 เซนติเมตร  
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.48 คะแนนเฉลี่ยนอนยกตัว 24.48 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
9.00 คะแนนเฉลี่ยดันพื้น 18.23 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.99 คะแนนเฉลี่ยเดิน/วิ่ง  
1.6 กิโลเมตร (1 ไมล์) 11.53 นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.21

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ  
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 11 ปี

รายการทดสอบ	จำนวนคน		ชาย		หญิง	
	ชาย	หญิง	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
น้ำหนัก (กิโลกรัม)	535	540	35.40	9.26	37.56	9.79
ส่วนสูง (เมตร)	535	540	1.41	0.07	1.45	0.06
ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	535	540	17.54	3.51	17.83	3.67
นั่งอตัว (เซนติเมตร)	535	540	4.21	5.35	5.34	4.76
นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	535	540	28.56	9.70	25.41	9.26
ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	535	540	9.40	7.21	17.37	8.64
เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	535	540	10.22	2.24	12.38	2.24

จากตารางที่ 5 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 11 ปี มีคะแนนเฉลี่ยน้ำหนัก 35.40 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.26 คะแนนเฉลี่ยส่วนสูง 1.41 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.07 มีคะแนนเฉลี่ยค่าดัชนีมวลกาย 17.54 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.51 คะแนนเฉลี่ยนั่งอตัว 4.21 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.35 คะแนนเฉลี่ยนอนยกตัว 28.56 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.70 คะแนนเฉลี่ยดันพื้น 9.40 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.21 คะแนนเฉลี่ยเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (1 ไมล์) 10.22 นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.24

สำหรับนักเรียนหญิงมีคะแนนเฉลี่ยน้ำหนัก 37.56 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.79 คะแนนเฉลี่ยส่วนสูง 1.45 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.06 มีคะแนนเฉลี่ยค่าดัชนีมวลกาย 17.83 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.67 คะแนนเฉลี่ยนั่งอตัว 5.34 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.76 คะแนนเฉลี่ยนอนยกตัว 25.41 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.26 คะแนนเฉลี่ยดันพื้น 17.37 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.64 คะแนนเฉลี่ยเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (1 ไมล์) 12.38 นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.24

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ  
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 12 ปี

รายการทดสอบ	จำนวนคน		ชาย		หญิง	
	ชาย	หญิง	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
น้ำหนัก (กิโลกรัม)	544	557	39.81	10.41	41.10	8.36
ส่วนสูง (เมตร)	544	557	1.48	0.09	1.51	0.06
ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	544	557	17.95	3.53	18.01	3.03
นั่งอตัว (เซนติเมตร)	544	557	4.75	5.83	6.85	6.13
นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	544	557	32.28	8.97	25.06	9.33
ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	544	557	10.46	7.07	16.87	9.13
เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	544	557	10.06	2.29	12.00	1.58

จากตารางที่ 6 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 12 ปี มีคะแนนเฉลี่ยน้ำหนัก 39.81 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.41 คะแนนเฉลี่ยส่วนสูง 1.48 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.09 มีคะแนนเฉลี่ยค่าดัชนีมวลกาย 17.95 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.53 คะแนนเฉลี่ยนั่งอตัว 4.75 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.83 คะแนนเฉลี่ยนอนยกตัว 32.28 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.97 คะแนนเฉลี่ยดันพื้น 10.46 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.07 คะแนนเฉลี่ยเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (1 ไมล์) 10.06 นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.29

สำหรับนักเรียนหญิงมีคะแนนเฉลี่ยน้ำหนัก 41.10 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.36 คะแนนเฉลี่ยส่วนสูง 1.51 เมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.06 มีคะแนนเฉลี่ยค่าดัชนีมวลกาย 18.01 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.03 คะแนนเฉลี่ยนั่งอตัว 6.85 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.13 คะแนนเฉลี่ยนอนยกตัว 25.06 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.33 คะแนนเฉลี่ยดันพื้น 16.87 ครั้ง/นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.13 คะแนนเฉลี่ยเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (1 ไมล์) 12.00 นาที ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.58

ตารางที่ 7 เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 10 ปี

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	นั่งอตัว (เซนติเมตร)	นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	ระดับ
ตั้งแต่ 14.39 ลงมา	ตั้งแต่ 10.2 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 38 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 16 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 8.05 ลงมา	ดีมาก
14.40 – 16.17	7.3 – 10.1	34 – 37	13 – 15	8.06 – 9.09	ดี
16.18 – 19.76	1.4 – 7.2	24 – 33	5 – 12	9.10 – 11.18	ปานกลาง
19.77 – 21.54	(-1.5) – 1.3	19 – 23	1 – 4	11.19 – 12.22	ต่ำ
ตั้งแต่ 21.55 ขึ้นไป	ตั้งแต่ (-1.6) ลงมา	ตั้งแต่ 18 ลงมา	0	ตั้งแต่ 12.23 ขึ้นไป	ต่ำมาก

จากตารางที่ 7 จะเห็นได้ว่าเกณฑ์เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 10 ปี ของรายการทดสอบแต่ละรายการ มีช่วงคะแนนในระดับต่างๆของสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพตามลำดับดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 14.39 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 14.40 – 16.17 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับดี, 16.18 – 19.76 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับปานกลาง, 19.77 – 21.54 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 21.55 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

นั่งอตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 10.2 เซนติเมตรขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 7.3 – 10.1 เซนติเมตรอยู่ในระดับดี, 1.4 – 7.2 เซนติเมตรอยู่ในระดับปานกลาง, (-1.5) – 1.3 เซนติเมตรอยู่ในระดับต่ำ และ (-1.6) เซนติเมตรลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

นอนยกตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 38 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 34 – 37 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 24 – 33 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 19 – 25 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 18 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

ดันพื้น มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 16 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 13 – 15 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 5 – 12 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 1 – 4 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และ 0 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำมาก

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 8.05 นาทีลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 8.06 – 9.09 นาทีอยู่ในระดับดี, 9.10 – 11.18 นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 11.19 – 12.22 นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 12.23 นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

ตารางที่ 8 เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 10 ปี

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	นั่งอตัว (เซนติเมตร)	นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	ระดับ
ตั้งแต่ 14.24 ลงมา	ตั้งแต่ 10.9 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 34 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 28 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 9.31 ลงมา	ดีมาก
14.25 – 15.82	8.2 – 10.8	30 – 33	24 – 27	9.32 – 10.41	ดี
15.83 – 18.99	2.6 – 8.1	20 – 29	14 – 23	10.42 – 13.04	ปานกลาง
19.00 – 20.57	(-0.2) – 2.5	15 – 19	9 – 13	13.05 – 14.14	ต่ำ
ตั้งแต่ 20.58 ขึ้นไป	ตั้งแต่ (-0.3) ลงมา	ตั้งแต่ 14 ลงมา	ตั้งแต่ 8 ลงมา	ตั้งแต่ 14.15 ขึ้นไป	ต่ำมาก

จากตารางที่ 8 จะเห็นได้ว่าเกณฑ์เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 10 ปี ของรายการทดสอบแต่ละรายการ มีช่วงคะแนนในระดับต่างๆของสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพตามลำดับดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 14.24 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 14.25 – 15.82 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับดี, 15.83 – 18.99 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับปานกลาง, 19.00 – 20.57 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 20.58 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

นั่งงอตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 10.9 เซนติเมตรขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 8.2 – 10.8 เซนติเมตรอยู่ในระดับดี, 2.6 – 8.1 เซนติเมตรอยู่ในระดับปานกลาง, (-0.2) – 2.5 เซนติเมตรอยู่ในระดับต่ำ และ (-0.3) เซนติเมตรลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

นอนยกตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 34 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 30 – 33 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 20 – 29 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 15 – 19 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 14 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

ดันพื้น มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 28 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 24 – 27 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 14 – 23 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 9 – 13 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 8 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 9.31 นาทีลงมาขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 9.32 – 10.41 นาทีอยู่ในระดับดี, 10.42 – 13.04 นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 13.05 – 14.14 นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 14.15 นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก



ตารางที่ 9 เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 11 ปี

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	นั่งอตัว (เซนติเมตร)	นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	ระดับ
ตั้งแต่ 14.02 ลงมา	ตั้งแต่ 9.7 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 39 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 18 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 7.57 ลงมา	ดีมาก
14.03 – 15.77	7.0 – 9.6	34 – 38	14 – 17	7.58 – 9.09	ดี
15.78 – 19.30	1.5 – 6.9	24 – 33	6 – 13	9.10 – 11.34	ปานกลาง
19.31 – 21.05	(-1.1) – 1.4	19 – 23	2 – 5	11.35 – 12.06	ต่ำ
ตั้งแต่ 21.06 ขึ้นไป	ตั้งแต่ (-1.2) ลงมา	ตั้งแต่ 18 ลงมา	ตั้งแต่ 1 ลงมา	ตั้งแต่ 12.07 ขึ้นไป	ต่ำมาก

จากตารางที่ 9 จะเห็นได้ว่าเกณฑ์เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 11 ปี ของรายการทดสอบแต่ละรายการ มีช่วงคะแนนในระดับต่างๆของสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพตามลำดับดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 14.02 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 14.03 – 15.77 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับดี, 15.78 – 19.30 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับปานกลาง, 19.31 – 21.05 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 21.06 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

นั่งงอตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 9.7 เซนติเมตรขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 7.0 – 9.6 เซนติเมตรอยู่ในระดับดี, 1.5 – 6.9 เซนติเมตรอยู่ในระดับปานกลาง, (-1.1) – 1.4 เซนติเมตรอยู่ในระดับต่ำ และ (-1.2) เซนติเมตรลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

นอนยกตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 39 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 34 – 38 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 24 – 33 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 19 – 23 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 18 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

ดันพื้น มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 18 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 14 – 17 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 6 – 13 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 2 – 5 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 1 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 7.57 นาทีลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 7.58 – 9.09 นาทีอยู่ในระดับดี, 9.10 – 11.34 นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 11.35 – 12.06 นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 12.07 นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

ตารางที่ 10 เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 11 ปี

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	นั่งอตัว (เซนติเมตร)	นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	ระดับ
ตั้งแต่ 14.15 ลงมา	ตั้งแต่ 10.2 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 36 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 27 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 10.13 ลงมา	ดีมาก
14.16 – 15.98	7.8 – 10.1	31 – 35	23 – 26	10.14 – 11.25	ดี
15.99 – 19.67	3.0 – 7.7	21 – 30	13 – 22	11.26 – 13.10	ปานกลาง
19.68 – 21.50	0.6 – 2.9	16 – 20	9 – 12	13.11 – 14.22	ต่ำ
ตั้งแต่ 21.51 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 0.5 ลงมา	ตั้งแต่ 15 ลงมา	ตั้งแต่ 8 ลงมา	ตั้งแต่ 14.23 ขึ้นไป	ต่ำมาก

จากตารางที่ 10 จะเห็นได้ว่าเกณฑ์เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 11 ปี ของรายการทดสอบแต่ละรายการ มีช่วงคะแนนในระดับต่างๆของสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพตามลำดับดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 14.15 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 14.16 – 15.98 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับดี, 15.99 – 19.67 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับปานกลาง, 19.68 – 21.50 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 21.51 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

นั่งอตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 10.2 เซนติเมตรขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 7.8 – 10.1 เซนติเมตรอยู่ในระดับดี, 3.0 – 7.7 เซนติเมตรอยู่ในระดับปานกลาง, 0.6 – 2.9 เซนติเมตรอยู่ในระดับต่ำ และ 0.5 เซนติเมตรลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

นอนยกตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 36 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 31 – 35 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 21 – 30 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 16 – 20 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 15 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

ดันพื้น มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 27 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 23 – 26 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 13 – 22 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 9 – 12 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 8 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 10.13 นาทีลงมาขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 10.14 – 11.25 นาทีอยู่ในระดับดี, 11.26 – 13.10 นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 13.11 – 14.22 นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 14.23 นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

ตารางที่ 11 เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 12 ปี

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	นั่งอตัว (เซนติเมตร)	นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	ระดับ
ตั้งแต่ 14.41 ลงมา	ตั้งแต่ 10.7 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 42 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 19 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 7.36 ลงมา	ดีมาก
14.42 – 16.17	7.8 – 10.6	38 – 41	15 – 18	7.37 – 8.50	ดี
16.18 – 19.72	1.8 – 7.7	28 – 37	7 – 14	8.51 – 11.21	ปานกลาง
19.73 – 21.48	(- 1.1) – 1.7	23 – 27	3 – 6	11.22 – 12.35	ต่ำ
ตั้งแต่ 21.49 ขึ้นไป	ตั้งแต่ (- 1.2) ลงมา	ตั้งแต่ 22 ลงมา	ตั้งแต่ 2 ลงมา	ตั้งแต่ 12.36 ขึ้นไป	ต่ำมาก

จากตารางที่ 11 จะเห็นได้ว่าเกณฑ์เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 12 ปี ของรายการทดสอบแต่ละรายการ มีช่วงคะแนนในระดับต่างๆของสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพตามลำดับดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 14.41 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 14.42 – 16.17 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับดี, 16.18 – 19.72 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับปานกลาง, 19.73 – 21.48 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 21.49 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

นั่งอตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 10.7 เซนติเมตรขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 7.8 – 10.6 เซนติเมตรอยู่ในระดับดี, 1.8 – 7.7 เซนติเมตรอยู่ในระดับปานกลาง, (-1.1) – 1.7 เซนติเมตรอยู่ในระดับต่ำ และ (-1.2) เซนติเมตรลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

นอนยกตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 42 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 38 – 41 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 28 – 37 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 23 – 27 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 22 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

ดันพื้น มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 19 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 15 – 18 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 7 – 14 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 3 – 6 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 2 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 7.36 นาทีลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 7.37 – 8.50 นาทีอยู่ในระดับดี, 8.51 – 11.21 นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 11.22 – 12.35 นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 12.36 นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

ตารางที่ 12 เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 12 ปี

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )	นั่งอตัว (เซนติเมตร)	นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)	ดันพื้น (ครั้ง/นาที)	เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	ระดับ
ตั้งแต่ 14.97 ลงมา	ตั้งแต่ 13.1 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 35 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 27 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 10.01 ลงมา	ดีมาก
14.98 – 16.48	10.0 – 13.0	31 – 34	22 – 26	10.02 – 11.19	ดี
16.49 – 19.53	3.8 – 9.9	20 – 30	12 – 21	11.20 – 12.40	ปานกลาง
19.54 – 21.04	0.7 – 3.7	16 – 19	8 – 11	12.41 – 13.18	ต่ำ
ตั้งแต่ 21.05 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 0.6 ลงมา	ตั้งแต่ 15 ลงมา	ตั้งแต่ 7 ลงมา	13.19 ขึ้นไป	ต่ำมาก

จากตารางที่ 12 จะเห็นได้ว่าเกณฑ์เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 12 ปี ของรายการทดสอบแต่ละรายการ มีช่วงคะแนนในระดับต่างๆของสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพตามลำดับดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 14.97 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 14.98 – 16.48 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับดี, 16.49 – 19.53 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับปานกลาง, 19.54 – 21.04 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>อยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 21.05 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>ขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก

นั่งงอตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 13.1 เซนติเมตรขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 10.0 – 13.0 เซนติเมตรอยู่ในระดับดี, 3.8 – 9.9 เซนติเมตรอยู่ในระดับปานกลาง, 0.7 – 3.7 เซนติเมตรอยู่ในระดับต่ำ และ 0.6 เซนติเมตรลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

นอนยกตัว มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 35 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 31 – 34 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 20 – 30 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 16 – 19 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 15 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

ดันพื้น มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 27 ครั้ง/นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับดีมาก, 22 – 26 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับดี, 12 – 21 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 8 – 11 ครั้ง/นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 7 ครั้ง/นาทีลงมาอยู่ในระดับต่ำมาก

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร มีคะแนนอยู่ในช่วงต่างๆตามลำดับของระดับสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังนี้ ตั้งแต่ 10.01 นาทีลงมาอยู่ในระดับดีมาก, 10.02 – 11.19 นาทีอยู่ในระดับดี, 10.20 – 12.40 นาทีอยู่ในระดับปานกลาง, 12.41 – 13.18 นาทีอยู่ในระดับต่ำ และตั้งแต่ 13.19 นาทีขึ้นไปอยู่ในระดับต่ำมาก



ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 10 ปี ในแต่ละภาคของเขตการปกครอง

เขตการปกครอง	จำนวนคน	ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )		นั่งอตัว (เซนติเมตร)		นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)		ดันพื้น (ครั้ง/นาที)		เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
กรุงเทพมหานคร	108	19.60	4.75	2.18	6.87	26.94	10.99	6.05	6.05	11.39	2.20
เหนือ	105	18.62	3.37	5.89	3.96	27.74	7.80	10.09	8.28	10.58	2.32
กลาง (ไม่รวม กทม.)	107	17.70	3.33	6.20	5.39	27.10	8.42	9.46	6.95	10.38	1.74
ตะวันออกเฉียงเหนือ	112	16.58	2.55	3.95	5.80	28.19	9.27	9.47	6.74	9.06	1.76
ใต้	104	17.38	2.66	3.25	5.46	30.32	8.16	6.26	5.98	10.17	1.85

จากตารางที่ 13 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชาย อายุ 10 ปี ของแต่ละรายการ มีค่าเฉลี่ยต่างๆดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 16.58 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 19.60 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>

นั่งงอตัว ภาคกลางมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 6.20 เซนติเมตร และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 2.18 เซนติเมตร

นอนยกตัว ภาคใต้มีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 30.32 ครั้ง/นาที และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 26.94 ครั้ง/นาที

ดันพื้น ภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 10.09 ครั้ง/นาที และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 6.05 ครั้ง/นาที

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 9.06 นาที และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 11.39 นาที

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 10 ปี ในแต่ละภาคของเขตการปกครอง

เขตการปกครอง	จำนวนคน	ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )		นั่งอตัว (เซนติเมตร)		นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)		ดันพื้น (ครั้ง/นาที)		เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
กรุงเทพมหานคร	104	17.36	3.66	3.71	6.19	24.54	9.67	16.42	9.02	12.37	1.85
เหนือ	113	18.25	3.46	6.65	5.16	20.54	6.83	15.25	7.03	12.57	1.92
กลาง (ไม่รวม กทม.)	110	17.24	3.34	5.93	5.77	19.55	8.05	20.45	10.35	11.21	2.28
ตะวันออกเฉียงเหนือ	119	16.96	2.47	4.72	5.13	28.10	7.47	20.91	7.74	11.35	2.13
ใต้	105	17.23	2.65	5.55	4.71	29.72	8.28	17.88	9.33	11.36	2.40

จากตารางที่ 14 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิง อายุ 10 ปี ของแต่ละรายการมีค่าเฉลี่ยต่างๆดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 16.96 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> และภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 18.25 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>

นั่งงอตัว ภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 6.65 เซนติเมตร และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 3.71 เซนติเมตร

นอนยกตัว ภาคใต้มีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 29.72 ครั้ง/นาที และภาคกลางมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 19.55 ครั้ง/นาที

ดันพื้น ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 20.91 ครั้ง/นาที และภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 15.25 ครั้ง/นาที

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร ภาคกลางมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 11.21 นาที และภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 12.57 นาที

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 11 ปี ในแต่ละภาคของเขตการปกครอง

เขตการปกครอง	จำนวนคน	ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )		นั่งอตัว (เซนติเมตร)		นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)		ดันพื้น (ครั้ง/นาที)		เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
กรุงเทพมหานคร	105	18.68	3.86	2.02	6.80	26.81	9.90	9.32	8.47	11.12	2.19
เหนือ	106	18.07	4.38	5.39	4.95	26.50	9.88	10.03	6.84	10.13	2.08
กลาง (ไม่รวม กทม.)	108	17.32	3.17	4.15	5.07	27.06	8.01	8.19	6.87	10.35	1.84
ตะวันออกเฉียงเหนือ	110	16.74	2.12	5.04	4.13	31.31	9.00	9.80	6.63	8.52	1.72
ใต้	106	16.95	3.34	4.42	4.93	31.02	10.50	9.67	7.13	10.23	2.55

จากตารางที่ 15 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชาย อายุ 11 ปี ของแต่ละรายการ มีค่าเฉลี่ยต่างๆดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 16.74 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 18.68 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>

นั่งงอตัว ภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 5.39 เซนติเมตร และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 2.02 เซนติเมตร

นอนยกตัว ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 31.31 ครั้ง/นาที และภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดใน คือ 26.50 ครั้ง/นาที

ดันพื้น ภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 10.03 ครั้ง/นาที และภาคกลางมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดใน คือ 8.19 ครั้ง/นาที

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 8.52 นาที และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดใน คือ 11.12 นาที

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 11 ปี ในแต่ละภาคของเขตการปกครอง

เขตการปกครอง	จำนวนคน	ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )		นั่งงอตัว (เซนติเมตร)		นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)		ดันพื้น (ครั้ง/นาที)		เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
กรุงเทพมหานคร	105	19.35	4.41	5.00	5.43	23.37	8.41	14.96	8.91	13.08	2.25
เหนือ	112	18.75	4.45	5.34	4.49	24.27	9.31	15.88	7.83	12.17	2.27
กลาง (ไม่รวม กทม.)	115	16.68	2.44	6.14	4.97	25.10	9.55	18.06	7.40	12.51	2.51
ตะวันออกเฉียงเหนือ	106	17.22	2.89	4.98	4.60	27.37	9.30	22.01	8.66	10.53	1.30
ใต้	102	17.17	3.03	5.14	4.16	27.07	9.18	15.91	8.68	12.37	1.99

จากตารางที่ 16 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิง อายุ 11 ปี ของแต่ละรายการ มีค่าเฉลี่ยต่าง ๆ ดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย ภาคกลางมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 16.68 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> และ กรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดใน คือ 19.35 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>

นั่งอตัว ภาคกลางมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 6.14 เซนติเมตร และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดใน คือ 4.98 เซนติเมตร

นอนยกตัว ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 27.36 ครั้ง/นาที และ กรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดใน คือ 23.37 ครั้ง/นาที

ดันพื้น ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 22.01 ครั้ง/นาที และ กรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดใน คือ 14.96 ครั้ง/นาที

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุดใน คือ 10.53 นาที และ กรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดใน คือ 13.08 นาที



ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษา อายุ 12 ปี ในแต่ละภาคของเขตการปกครอง

เขตการปกครอง	จำนวนคน	ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )		นั่งงอตัว (เซนติเมตร)		นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)		ดันพื้น (ครั้ง/นาที)		เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
กรุงเทพมหานคร	105	19.29	4.56	1.85	6.32	31.56	9.96	8.53	6.80	11.34	2.77
เหนือ	107	18.55	3.71	6.43	6.09	33.09	10.18	11.07	8.52	10.25	1.73
กลาง (ไม่รวม กทม.)	113	17.16	3.24	5.09	5.15	29.85	8.08	9.77	6.34	9.55	2.10
ตะวันออกเฉียงเหนือ	116	16.99	2.43	5.91	5.32	34.50	6.58	12.59	6.75	8.10	1.61
ใต้	103	17.92	2.94	4.27	5.23	32.33	9.28	10.15	6.14	9.24	1.73

จากตารางที่ 17 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชาย อายุ 12 ปี ของแต่ละรายการ มีค่าเฉลี่ยต่างๆดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 16.99 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> และกรุงเทพมหานคร มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 19.29 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>

นั่งงอตัว ภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 6.43 เซนติเมตร และกรุงเทพมหานคร มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 1.85 เซนติเมตร

นอนยกตัว ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 34.50 ครั้ง/นาที และภาคกลางมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 29.85 ครั้ง/นาที

ดันพื้น ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 12.59 ครั้ง/นาที และกรุงเทพมหานคร มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 8.53 ครั้ง/นาที

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 8.10 นาที และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 11.34 นาที

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา อายุ 12 ปี ในแต่ละภาคของเขตการปกครอง

เขตการปกครอง	จำนวนคน	ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )		นั่งงอตัว (เซนติเมตร)		นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)		ดันพื้น (ครั้ง/นาที)		เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
กรุงเทพมหานคร	112	19.14	3.95	4.86	7.39	25.07	8.37	13.38	7.09	12.04	1.61
เหนือ	114	18.01	2.71	8.59	5.46	22.82	8.79	14.61	7.65	12.29	1.42
กลาง (ไม่รวม กทม.)	111	18.05	3.26	6.23	5.58	23.48	8.43	18.95	11.94	12.29	1.82
ตะวันออก/เชียงใหม่	114	17.01	2.07	6.95	5.80	29.96	9.96	21.47	7.40	11.06	1.34
ใต้	106	17.85	2.46	7.63	5.64	23.85	9.29	15.89	8.36	11.55	1.57

จากตารางที่ 18 จะเห็นได้ว่าคะแนนสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนหญิง อายุ 12 ปี ของแต่ละรายการ มีค่าเฉลี่ยต่างๆดังนี้

ค่าดัชนีมวลกาย ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 17.01 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 19.14 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>

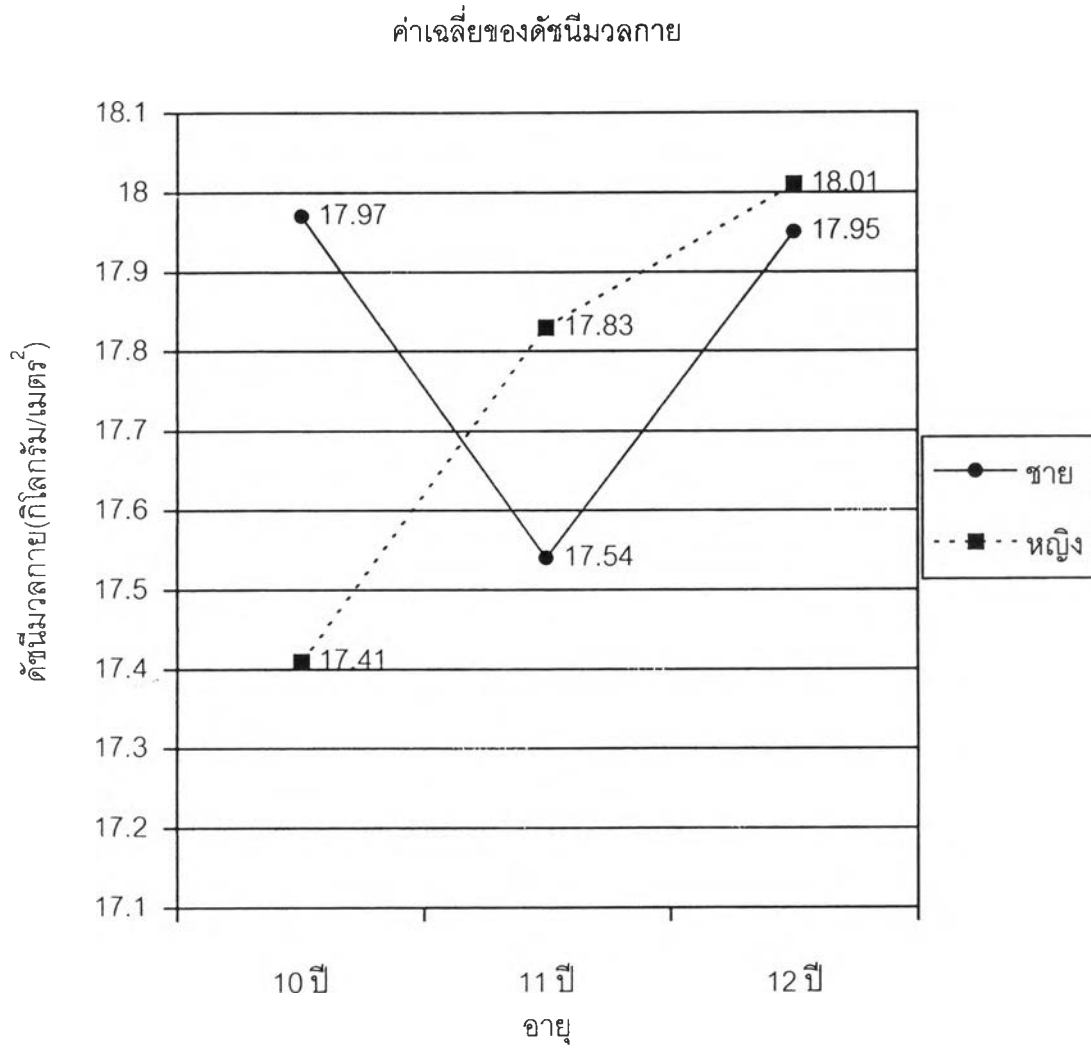
นั่งอตัว ภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 8.59 เซนติเมตร และกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 4.86 เซนติเมตร

นอนยกตัว ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 29.96 ครั้ง/นาที และภาคเหนือมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 22.82 ครั้ง/นาที

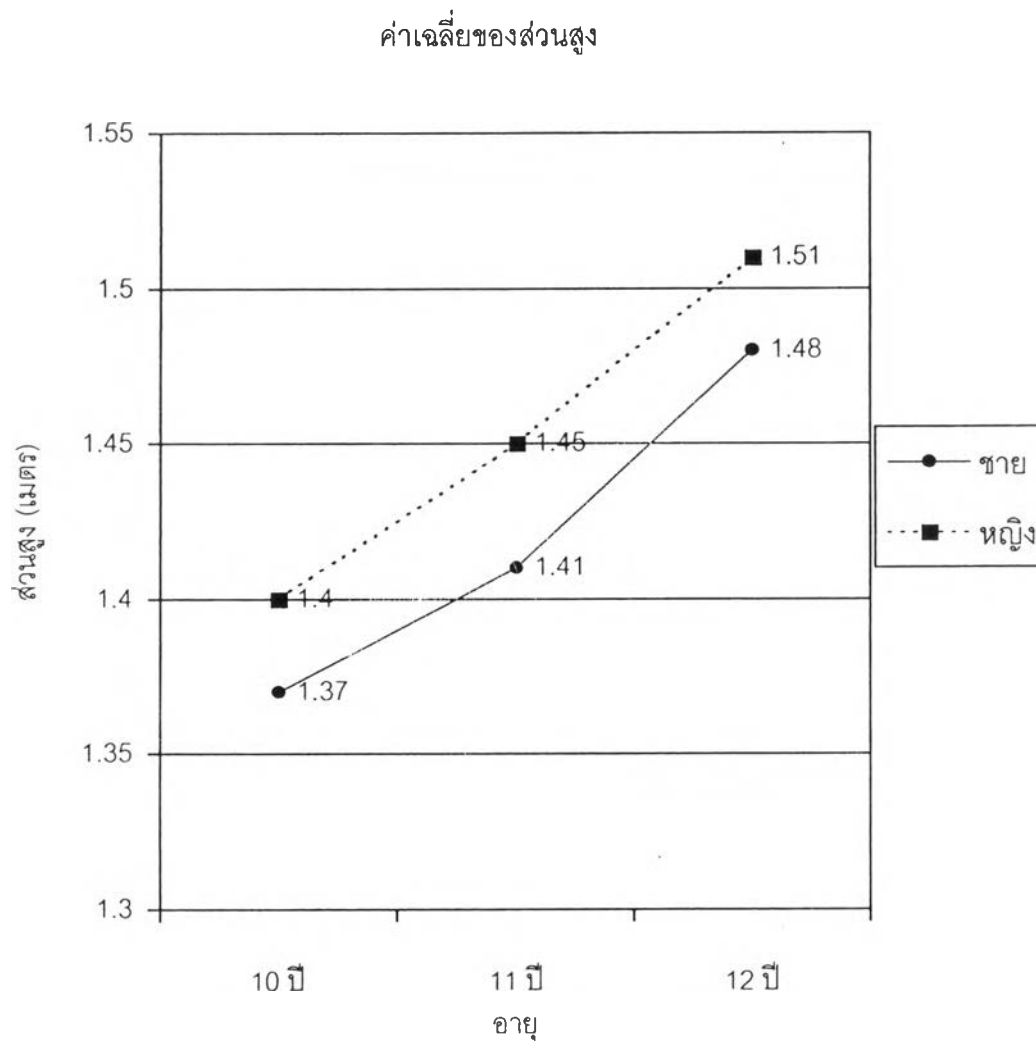
ดันพื้น ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 21.47 ครั้ง/นาที และ กรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 13.38 ครั้ง/นาที

เดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตร ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดีที่สุด คือ 11.06 นาที ภาคเหนือและภาคกลางมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 12.29 นาที

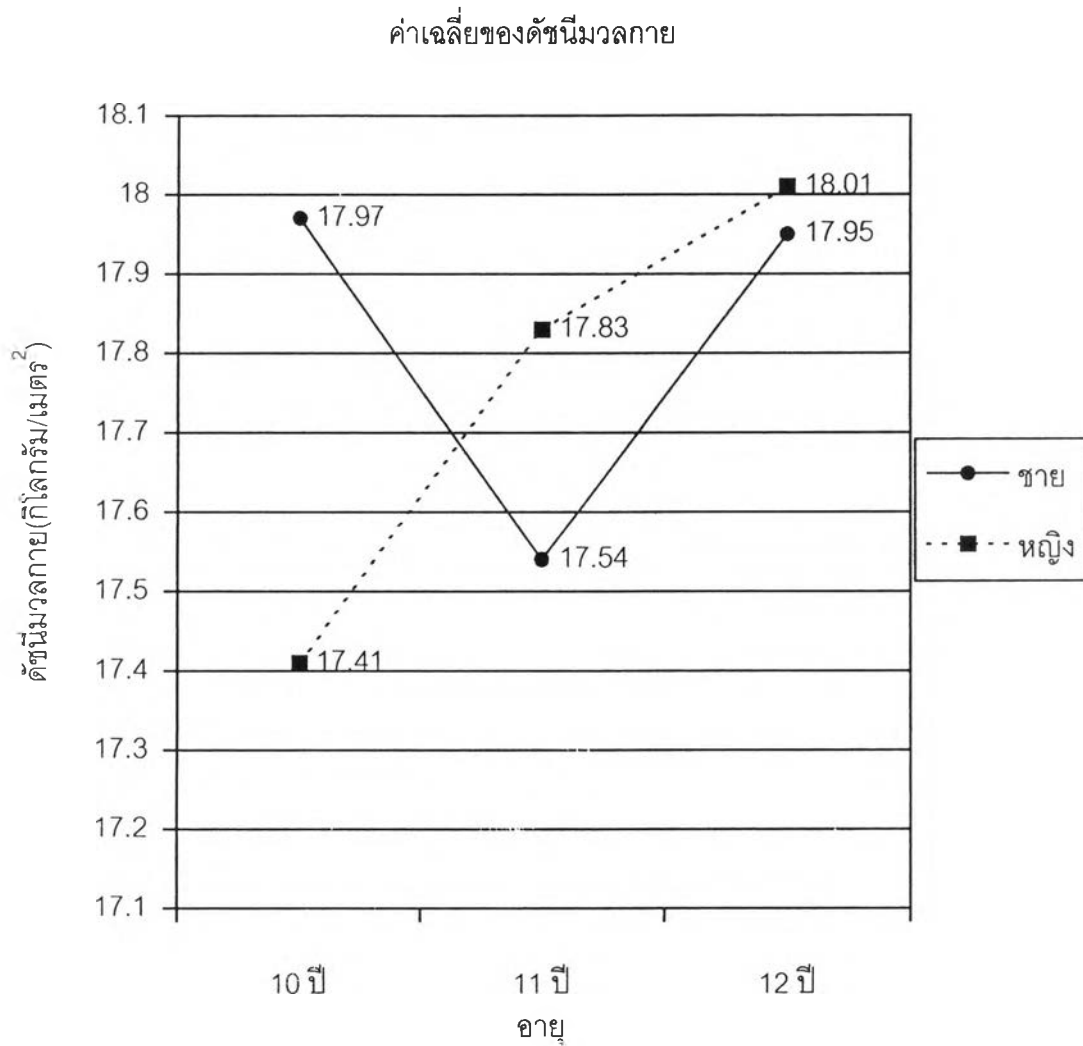
กราฟที่ 1 ค่าเฉลี่ยน้ำหนักของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 – 12 ปี



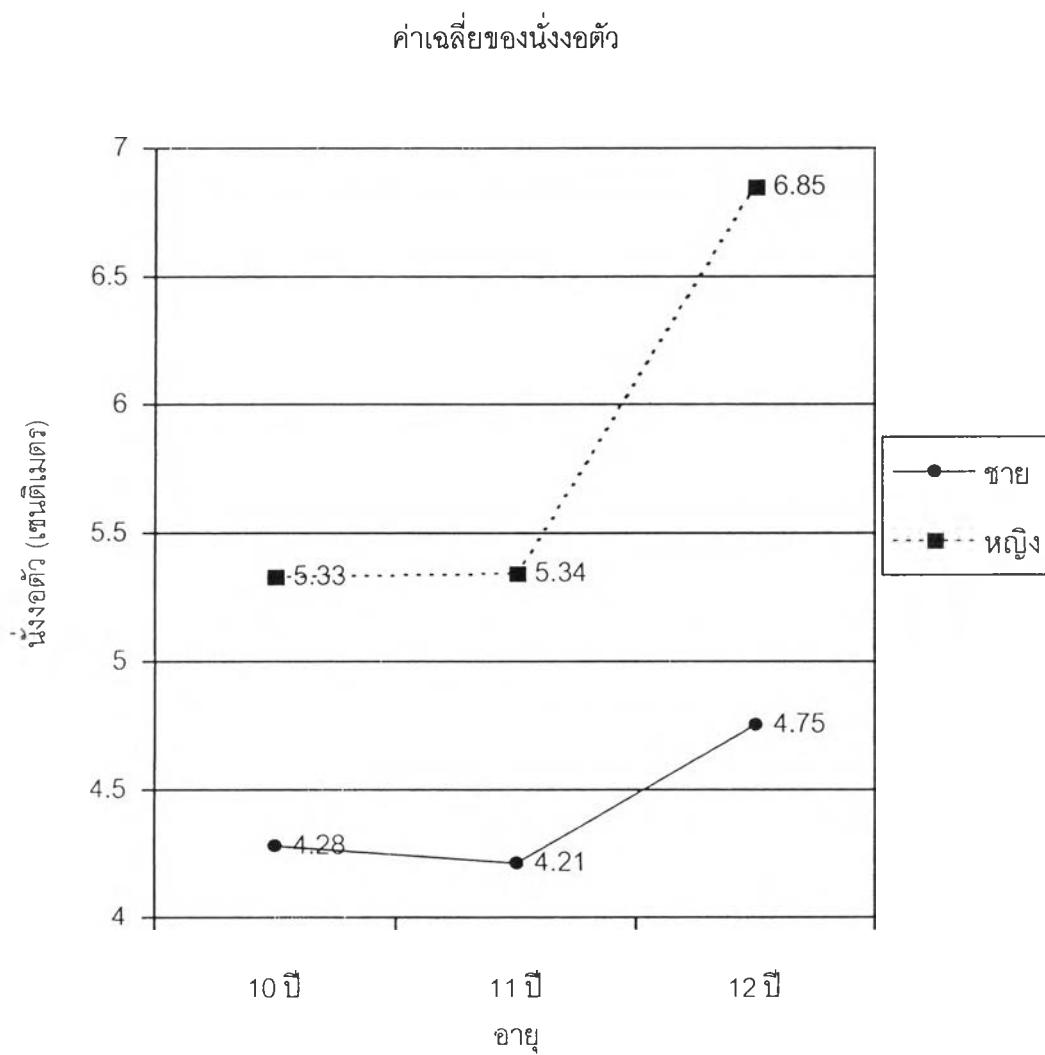
กราฟที่ 2 ค่าเฉลี่ยส่วนสูงของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 – 12 ปี



กราฟที่ 3 ค่าเฉลี่ยค่าดัชนีมวลกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 – 12 ปี

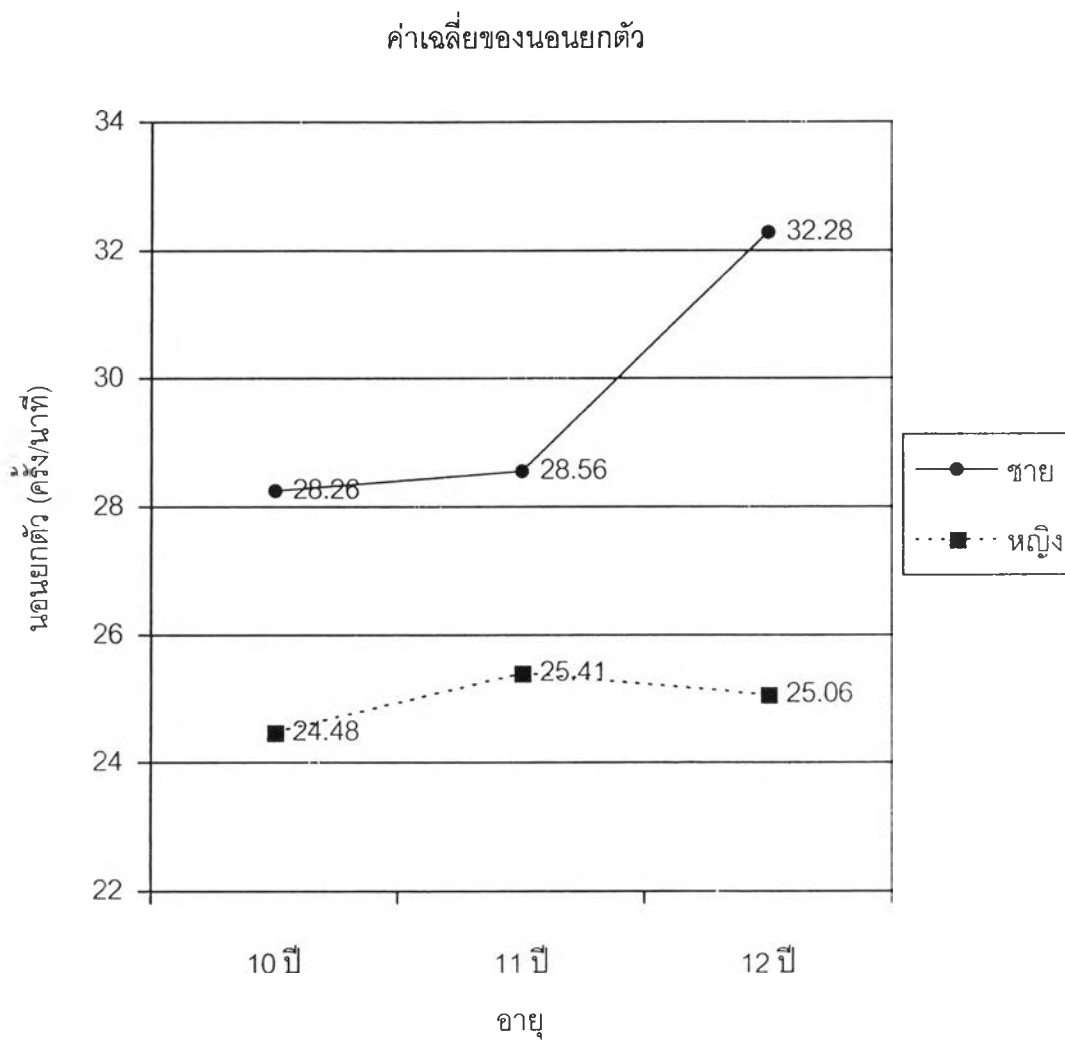


กราฟที่ 4 ค่าเฉลี่ยนั่งอตัวของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 – 12 ปี

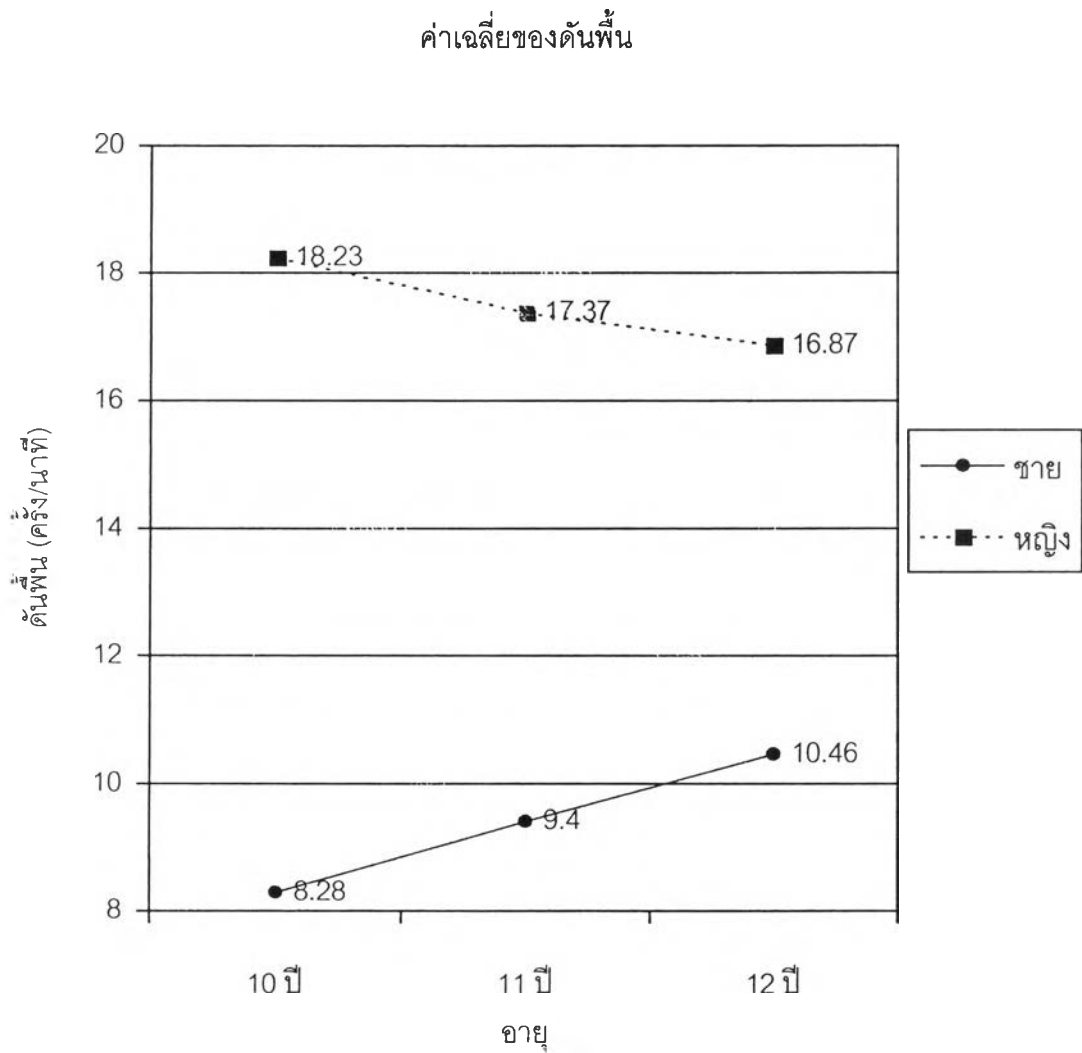




กราฟที่ 5 ค่าเฉลี่ยนอนยกตัวของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 – 12 ปี



กราฟที่ 6 ค่าเฉลี่ยต้นทุนของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 – 12 ปี



กราฟที่ 7 ค่าเฉลี่ยเดินวิ่ง 1.6 กิโลเมตรของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อายุ 10 – 12 ปี

