



รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กรรณิการ์ ตั้งสกุล. **ปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลตนเองบางประการของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตเทศบาลนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมศาสตร์และมานุษยศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2540.

กัลยา วานิชย์บัญชา. **การวิเคราะห์สถิติขั้นสูงด้วย SPSS for Windows**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสาร, 2546

กัลยา วานิชย์บัญชา. **การวิเคราะห์ตัวแปรหลายตัวด้วย SPSS for Windows**. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.

การกีฬาแห่งประเทศไทย. **การประเมินผลแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540-2544) ระยะครึ่งแผน พ.ศ. 2540-2542**. กรุงเทพมหานคร :เอกพิมพ์ไทย, 2544.

การกีฬาแห่งประเทศไทย. **แผนกลยุทธ์การกีฬาแห่งประเทศไทย 2545-2554 : จุดแข็ง จุดอ่อน** [on line]. พ.ศ. 2546. แหล่งที่มา : http://www.sat.or.th/th/01/01_2-2.html (26 พฤศจิกายน 2546)

การกีฬาแห่งประเทศไทย. **แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (2540-2544)**. กรุงเทพมหานคร :นิวไทยมิตรการพิมพ์, 2538.

การกีฬาแห่งประเทศไทย, ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา. **การกีฬาสำหรับผู้ฝึกสอนกีฬาและ นักกีฬา**. กรุงเทพมหานคร : 2534.

การกีฬาแห่งประเทศไทย. **รายงานผลการสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย เล่น กีฬา และดูกีฬาของประชากรในประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร : พรีเมียม แมย์ ออฟเซ็ท, 2538.

การกีฬาแห่งประเทศไทย. **การดำเนินงานของสำนักงานกีฬาอาชีพ**. [on line]. พ.ศ. 2545. แหล่งที่มา : http://www.nfsolution.com/prototype/sat/th/08/08_3-1.html (28 กุมภาพันธ์ 2547)

การท่องเที่ยวและกีฬา, กระทรวง. **พัฒนาการของกระทรวงการท่องเที่ยวและการกีฬา** [on line]. พ.ศ. 2545. แหล่งที่มา : http://www.mots.go.th/ministry_sporttour/vision_develop.asp (26 พฤศจิกายน 2546)

- เกษณี มณีรัตน์. การเปรียบเทียบพฤติกรรมในการใช้กลวิธีเพื่อการสื่อสารวิชาภาษาอังกฤษระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่หกในโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนเอกชนกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, คณะครุศาสตร์บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.
- เกศแก้ว ศรีงาม. ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยาบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.
- เกื้อ วงศ์บุญสิน, สุวानी สุรเสียงสังข์, จินตนา เพชรานนท์, ปรียา มินตรานนท์ และ กิตติ ลี้มสกุล. การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย (พ.ศ. 2543-2546) : ผลต่อการกำหนดทิศทางการนโยบายประชากรในอนาคต. เอกสารวิทยาลัยประชากรหมายเลข 293/46. กรุงเทพมหานคร : วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.
- จรรยาพร ธรณินทร์. กายวิภาคและสรีระวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2525.
- เจริญ กระบวนรัตน์. การออกกำลังกายกับชีวิตและคุณภาพ. กรุงเทพมหานคร, 2530.
- ฉัตรฤดี สุบรรณ ณ อยุธยา. ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.
- เฉลิมพล ต้นสกุล. พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข. ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนสามัญนิติบุคคล, 2541.
- เฉลิมพล รัตนจรัสโรจน์. การศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของอาจารย์ในวิทยาลัยพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538.
- ไชยา อังศุสุนทรกุล. พฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษา เขตภาคเหนือ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษา เอกพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2543.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์ และ กัญญา ปาละวิวัฒน์. สรีระวิทยาของการออกกำลังกาย. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : เทพรัตน์การพิมพ์, 2528.

- ดาร์วิน ไชยาไล. **ความสัมพันธ์ระหว่างความทันสมัย การเปิดรับข่าวสาร และสิ่งแวดล้อมทางสังคม กับพฤติกรรมการแต่งกายและการใช้ภาษาพื้นเมืองของประชาชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่.** วิทยานิพนธ์ปริญญา นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- ถนอมวรรณ อยู่ขำ. **พฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดกรมพลศึกษาในสวนกลาง.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536.
- ณรงค์ หลงสมบูรณ์. **ศาสตร์แห่งการออกกำลังกาย.** วารสารแม่บ้าน. 8 (สิงหาคม 2527) : 97-100.
- ณัฐยา วิสุทธิสิน. **กิจกรรมทางกีฬาและสมรรถภาพทางกาย.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2516.
- ธนารักษ์ อาจวิชัย. **พฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนมัธยมศึกษาในโรงเรียนสังกัดสามัญศึกษา.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.
- ปนัดดา จูภา. **พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2544.
- ประดิษฐ์ นาทวิชัย. **ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมออกกำลังกายของครูในจังหวัดชัยนาท.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2540.
- ประทีป ตั้งรุ่งวงษ์ธนา. **การศึกษาการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. **พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพ และสุขศึกษา.** กรุงเทพมหานคร : คณะสาธารณสุขศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532.
- ปีแห่งกีฬา เทิดพระเกียรติฯ. **ไทยรัฐ.** [on line] พ.ศ. 2548. แหล่งที่มา : <http://www.thairath.co.th/thairath1/2547/sport/jul/30/spo2.php>. (13 พฤศจิกายน 2548)

- บุญชัย รัตนวีระดิษฐ์. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับข่าวสารเกี่ยวกับกีฬาทางวิทยุโทรทัศน์
กับความสนใจและการเข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชน : ศึกษาเฉพาะกรณีสมาชิก
เยาวชนศูนย์ส่งเสริมกีฬาเยาวชนกรุงเทพ (ไทย – ญี่ปุ่น). วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต, ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
2533.
- พลศึกษา, กรม. การออกกำลังกายและการกีฬาเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์คุรุสภา ลาดพร้าว, 2538.
- พัฒนาการกีฬาและนันทนาการ, สำนักงาน.สพท. เตรียมคัตนั้กกีฬาจาก "ฉลามชลเกมส์"
แข่งนักเรียนอาเซียน, เอเชีย 9 รายการ. [on line] พ.ศ. 2548. แหล่งที่มา:
<http://www.osrd.go.th/cnew.php?pa=showpage&pid=10078>. (13 พฤศจิกายน
2548)
- ไพวัลย์ ตันลาพุดม. พลศึกษาเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
2530.
- พิชิต พิทักษ์เทพสมบัติ และ สุวัฒนา วิบูลย์เศรษฐ์. สรุปผลโครงการวิจัยต่อเนื่องระยะยาว
เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ และประชากร. เอกสารการวิจัย
หมายเลข 2. สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2517.
- พิทักษ์ ทองแผ่. การออกกำลังกายของครูในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดกาฬสินธุ์. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษา เอกพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2542.
- พินิจ วัลย์วุฒิ. ความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในจังหวัด
อุดรดิตถ์. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษา เอกพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2540.
- เพ็ญพร ธีระสวัสดิ์. แนวโน้มความเป็นเมือง : อดีต ปัจจุบัน และอนาคต. เอกสารสัมมนา
ทางวิชาการเรื่องการย้ายถิ่นของประชากรและความเป็นเมือง. กรุงเทพมหานคร :
สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- ภิรมย์ รัตนเศรษฐ์. การใช้เวลาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นสองผลัดในเขตกรุงเทพฯ.
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2527.

- นัยนา หันมี. การศึกษาสภาพและปัญหาการดำเนินงานด้านกีฬาขององค์การบริหารส่วนตำบล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, คณะครุศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- รัตนา ตั้งศิริชัยพงษ์. การเปรียบเทียบทรัพยากรทางการศึกษา ประสิทธิภาพการสอน และประสิทธิภาพการบริหารโรงเรียน ระหว่างโรงเรียนมัธยมศึกษาในประเทศไทย จำแนกตามขนาด ประเภท และเขตที่ตั้งของโรงเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, คณะครุศาสตร์ ภาควิชาวิจัยการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- รัตนา เล็กพุก. การเปรียบเทียบความรู้และความสามารถในการเขียนภาษาอังกฤษเชิงบรรยายระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนเอกชน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, คณะครุศาสตร์ ภาควิชามัธยมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.
- รุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง. พฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535.
- ลดาวลัย ผาสุก. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ทางสุขภาพ การสนับสนุนจากหน่วยงานกับแบบแผนกับดำรงชีวิตสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลของรัฐ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, การบริหารการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.
- วรวิมล เจริญศิริ. ชนิดของการออกกำลังกาย. [on line] พ.ศ. 2545. แหล่งที่มา : http://www.bangkokhealth.com/exercise_htdoc/exercise_health_detail.asp?number=9396 (28 กุมภาพันธ์ 2547)
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. การออกกำลังกายสำคัญไฉน. วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ. 8 (ตุลาคม 2525) : 56-64.
- วรรณงค์ ยิ่งเจริญ. ทักษะติดต่อวิชาพลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในส่วนบุคคล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. กีฬากับสังคม. วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ. (2537) : 33 - 34.

- วิรัตน์ จันทรประเสริฐ. **ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการออกกำลังกายของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2541.
- วิไลรัตน์ แสงวณิช. **ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการรับรู้ข่าวสารการออกกำลังกายและกีฬา กับพฤติกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักศึกษา วิทยาลัยอาชีวศึกษา ภาคเหนือ.** วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2542.
- อุดมพงษ์ ปรมัตถากร และ อารี ปรมัตถากร. **วิทยาศาสตร์การกีฬา.** กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2532.
- สกล เจริญวงศ์. **ความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532
- สถาพร เกิดสว่างเนตร. **ความต้องการในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของผู้พิการที่นั่งบนรถเข็น.** วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- สถิตินแห่งชาติ, สำนักงาน. **รายงานการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2540.** กรุงเทพมหานคร : สำนักงานสถิตินแห่งชาติ, 2541.
- สถิตินแห่งชาติ, สำนักงาน. **รายงานผลการสำรวจภาวะการทำงานของประชากรทั่วราชอาณาจักร ไตรมาสที่ 1: มกราคม-มีนาคม 2545.** กรุงเทพมหานคร : สำนักงานสถิตินแห่งชาติ, 2545.
- สถิตินแห่งชาติ, สำนักงาน. **กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. รายงานการสำรวจพฤติกรรมการเล่นกีฬาและการดูกีฬาของประชากร พ.ศ.2545.** กรุงเทพมหานคร : สำนักงานสถิตินแห่งชาติ, 2546.
- สมจิตต์ สุพรรณทัศน์. **พฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลง.** เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษา, หน้า 97, กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2532.
- สมหมาย สุพรรณภพ. **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมด้านสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 ในจังหวัดสุรินทร์.** วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, สาขาวิชาประชากรศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

สมาคมคหเศรษฐศาสตร์แห่งประเทศไทย. โครงการเผยแพร่ความรู้ผ่านสื่อมวลชน. *เดลินิวส์* (2 มกราคม 2545) : 10.

สร้อยรัตน์ พลอินทร์. **ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ความสามารถของตนเองในการออกกำลังกาย การรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกาย และสภาพแวดล้อมของวิทยาลัยกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษายุทธศาสตร์ศึกษา**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาวิชาพยาบาลศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542.

สิริวรรณ เคนผาพงศ์. **การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดนครราชสีมา**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาประชากรศาสตร์ วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

สิริวณี เข็ม. **การศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542.

สุชาดา โภธิพัฒน์. **ความต้องการฝึกอาชีพของผู้ที่อยู่ในวัยแรงงานในชุมชนเขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาวิชาประชากรศาสตร์ วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.

อดิศักดิ์ ชั่วโมงรัมย์. **เพิ่มเติมตรี กีฬา**. กรุงเทพฯ: 13 พฤศจิกายน 2546) : 11.

อวย เกตุสิงห์. **ผลร้ายของการกีฬาเพื่อสุขภาพและการป้องกัน**. วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ. 6 (มีนาคม 2523) : 12.

อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม. **วัง...สู่วิตใหม่**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, 2528.

อุบล ไตรถวิล. **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, วิชาเอกสุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2544.

ภาษาอังกฤษ

- Blumental, J., et al. Physiological and psychological variables predict compliance to prescribed exercise therapy in patients recovering from myocardial infarction. **Psychosomatic Medicine**. 42 (1980): 289-296.
- Bucher, C. **Foundations of Physical Education**. Saint Louis : The C.V. Mosby company, 1960.
- Ferron, C., et al. Sport activity in adolescence : association with health perception and experimental behavior. **Health Education Research**. 14 (1999): 225-233.
- Gall, J., et al. Factors related to adherence to an exercise program for healthy adults. **Medicine and Science in Sport and Exercise**. 16 (1984): 544-549.
- Godin, G., et al. The impact of physical fitness evaluation on behavioral intentions towards regular exercise. **Canadian Journal of Applied Sport Science**. 8 (1983): 240-245.
- Harris, D., and Guten, S. Health-protective behavior : an exploratory study. **Journal of Health and Social Behavior**. 20 (January 1979): 17-29.
- Harris, D. V. Physical activity history and attitudes of middle-aged men. **Medicine and Science in Sport and Exercise**. 2 (1970): 203-208.
- Inkles, A., and Smiths, D. **Becoming modern : the individual change in six developing countries**. Cambridge: Havard University Press, 1976.
- Lusk, S., Kerr, M., and Ronis, D. Health promotion lifestyle of blue-collar skill trade and white-collar worker. **Nursing Research**. 44 (January 1995): 20-24.
- Malm, M. **Adolescent**. New York: Mc Graw Hill Book Co, 1952.
- Monahan, T. Family exercise means relative fitness. **The Psysician and Sports Medicine**. 14(1986): 202-206.
- Mukkenkamp, A., and Sayles, J. Self – esteem, social support and position health practice. **Nursing Research**. 35 (1986): 3347-338.
- Noland, M. P., and Feldman, R. H. Factors related to the leisure exercise behavior of returning women college students. **Health Education**. 15 (March 1984): 32-36.

- Noland, M. P., and Feldman, R. H. An empirical investigation of leisure exercise behavior in adult women. *Health Education*. 16 (October 1985): 29-34.
- Oldridge, N. B., and Jones, N. L. Improving patient compliance in cardiac rehabilitation : Effects of written agreement and self-monitoring. *Journal of Cardiac Rehabilitation*. 3 (1985): 257-262
- Schramm, W. *Mass Media and National Development*. California: Stanford University Press, 1964.
- Shephard, R., and Cox, M. Some characteristics of participants in an industrial fitness program. *Canadian Journal of Applied Sport Science*. 5 (1980): 69-76.
- Stephens, T., Jacobs, R., and White, C. A descriptive epidemiology of leisure-time activity. *Public Health Reports*. 100 (1985): 147-158.
- Wankel, L. M., Enhancing motivation for involvement in voluntary exercise programs. *Advances in Motivation and Achievement* . 5 (1987): 239-286.
- Willis, Joe. D., and Campbell, L. F. *Exercise Psychology*. The United States of America: Braun-Brumfield, 1992.

ภาคผนวก

ตารางที่ ผ.1 การเปรียบเทียบลักษณะของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยต่างๆระหว่าง
จำนวนกลุ่มตัวอย่างก่อนถ่วงน้ำหนักกับหลังถ่วงน้ำหนัก

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	การเปรียบเทียบ (ร้อยละ)	
	กลุ่มตัวอย่าง ก่อนถ่วงน้ำหนัก	กลุ่มตัวอย่าง หลังถ่วงน้ำหนัก
เพศ		
ชาย	44.9 (4,690)	46.3 (6,617)
หญิง	55.1 (5,749)	53.7 (7,688)
อายุ		
15-19 ปี	48.1 (5,017)	42.5 (6,086)
20-24 ปี	51.9 (5,422)	57.5 (8,219)
สถานภาพสมรส		
โสด	74.5 (7,780)	71.0 (10,156)
สมรส	24.5 (2,553)	27.8 (3,978)
หม้าย/หย่า/แยก	1.0 (105)	1.2 (171)
เขตที่อยู่อาศัย		
ในเขตเทศบาล	39.1 (4,083)	33.3 (4,757)
นอกเขตเทศบาล	60.9 (6,356)	66.7 (9,548)
ภาค		
กรุงเทพมหานคร	6.6 (688)	11.9 (1,701)
กลาง (ไม่รวมกรุงเทพมหานคร)	33.4 (3,490)	22.1 (3,155)
เหนือ	19.7 (2,053)	19.4 (2,770)
ตะวันออกเฉียงเหนือ	23.4 (2,441)	35.6 (5,087)
ใต้	16.9 (1,767)	11.0 (1,591)

(ยังมีต่อ)

ตารางที่ ผ.1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	การเปรียบเทียบ (ร้อยละ)	
	กลุ่มตัวอย่าง ก่อนถ่วงน้ำหนัก	กลุ่มตัวอย่าง หลังถ่วงน้ำหนัก
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้รับการศึกษา/ต่ำกว่าประถมศึกษา	3.2 (329)	3.1 (454)
ประถมศึกษา	23.3 (2,432)	27.2 (3,887)
มัธยมศึกษา	65.0 (6,778)	62.0 (8,862)
อุดมศึกษา/หรือสูงกว่า	8.5 (883)	7.7 (1,094)
สถานภาพการทำงาน		
ไม่ได้ทำงาน	50.5 (5,269)	45.3 (6,470)
นายจ้างหรือผู้ประกอบการธุรกิจส่วนตัว	4.5 (469)	4.9 (705)
ช่วยธุรกิจโดยไม่ได้ค่าจ้าง	18.4 (1,924)	24.2 (3,453)
ลูกจ้างรัฐบาล/รัฐวิสาหกิจ	2.1 (219)	1.6 (231)
ลูกจ้างเอกชน	24.5 (2,556)	24.0 (3,428)
รายได้		
ไม่มีรายได้	69.1 (7,190)	69.6 (9,931)
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3,000 บาท	8.8 (918)	9.5 (1,349)
3,001 – 6,000 บาท	16.5 (1,718)	15.6 (2,221)
ตั้งแต่ 6,001 บาท ขึ้นไป	5.6 (581)	5.4 (768)
ประเภทของสถานศึกษา		
ไม่ได้กำลังศึกษา	60.6 (6,323)	65.3 (9,346)
สถานศึกษาสังกัดรัฐบาล	34.4 (3,591)	29.3 (4,191)
สถานศึกษาสังกัดเอกชน	5.0 (525)	5.4 (769)

(ยังมีต่อ)

ตารางที่ ผ.1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	การเปรียบเทียบ (ร้อยละ)	
	กลุ่มตัวอย่าง ก่อนถ่วงน้ำหนัก	กลุ่มตัวอย่าง หลังถ่วงน้ำหนัก
การได้รับข่าวสารด้านกีฬา		
ไม่ได้รับ	4.2 (429)	4.0 (552)
ได้รับ	95.8 (9,745)	96.0 (13,422)
ความถี่ในการดูกีฬา		
ไม่ได้ดู	19.5 (2,035)	19.6 (2,806)
ดูเป็นครั้งคราว	58.3 (6,084)	57.0 (8,151)
ดูเป็นประจำ	22.2 (2,320)	23.4 (3,348)

ตารางที่ ผ.2 การเปรียบเทียบการออกกำลังกายและเรื่องที่เกี่ยวข้องของกลุ่มตัวอย่าง
ก่อนถ่วงน้ำหนักและหลังถ่วงน้ำหนัก

การออกกำลังกาย และเรื่องที่เกี่ยวข้อง	การเปรียบเทียบ (ร้อยละ)	
	กลุ่มตัวอย่าง ก่อนถ่วงน้ำหนัก	กลุ่มตัวอย่าง หลังถ่วงน้ำหนัก
ความถี่ในการออกกำลังกาย		
ไม่ออกกำลังกาย	49.1 (5,124)	50.0 (7,152)
ออกกำลังกายเป็นครั้งคราว	14.3 (1,491)	13.9 (1,989)
ออกกำลังกายเป็นประจำ	36.6 (3,824)	36.1 (5,165)

(ยังมีต่อ)

ตารางที่ ผ.2 (ต่อ)

การออกกำลังกาย และเรื่องที่เกี่ยวข้อง	การเปรียบเทียบ (ร้อยละ)	
	กลุ่มตัวอย่าง ก่อนถ่วงน้ำหนัก	กลุ่มตัวอย่าง หลังถ่วงน้ำหนัก
สาเหตุของการออกกำลังกาย		
เพื่อสุขภาพ	42.7 (2,264)	41.0 (2,924)
เพื่อแก้ไขความบกพร่องของร่างกาย	0.3 (17)	0.2 (16)
เพื่อครบหลักสูตรการเรียนการสอน/ เพื่อการแข่งขัน	22.0 (1,166)	19.9 (1,423)
เพื่อสรรค์สรรค์/สนุกสนาน	35.0 (1,859)	38.9 (2,776)
สาเหตุของการไม่ออกกำลังกาย		
ไม่สนใจ	38.4 (1,942)	38.9 (2,728)
ไม่มีเวลา	58.2 (2,939)	56.9 (3,992)
ไม่มีสถานที่/อุปกรณ์/ผู้สนับสนุน	3.4 (170)	4.3 (298)
ช่วงเวลาในการออกกำลังกาย		
05.00 – 10.59 น.	6.0 (318)	6.1 (436)
11.00 – 16.59 น.	21.7 (1,152)	20.7 (1,477)
17.00 ขึ้นไป	72.3 (3,844)	73.3 (5,240)
ระยะเวลาในการออกกำลังกาย		
ตั้งแต่ 1- 20 นาที	1.4 (69)	1.1 (78)
ตั้งแต่ 21-60 นาที	57.9 (3,079)	58.7 (4,200)
มากกว่า 1 ชั่วโมง ขึ้นไป	40.7 (2,167)	40.2 (2,875)

(ยังมีต่อ)

ตารางที่ ๘.2 (ต่อ)

การออกกำลังกาย และเรื่องที่เกี่ยวข้อง	การเปรียบเทียบ (ร้อยละ)	
	กลุ่มตัวอย่าง ก่อนถ่วงน้ำหนัก	กลุ่มตัวอย่าง หลังถ่วงน้ำหนัก
สถานที่ในการออกกำลังกาย		
สนามกีฬาของสถานศึกษา	55.2 (2,897)	55.2 (3,898)
สนามหน่วยงานของราชการ	6.9 (362)	6.8 (483)
สนามกีฬาของเอกชน	3.2 (168)	3.1 (216)
สวนสาธารณะ	8.1 (425)	8.2 (579)
บริเวณบ้าน วัด โบสถ์ ที่ว่าง	26.6 (1,397)	26.7 (1,885)
สถานที่ในการดูหรือฟังกีฬา		
สนามกีฬา	2.7 (230)	2.7 (306)
สนามที่เล่นหรือแข่งกีฬา	6.9 (577)	7.0 (796)
โทรทัศน์/vdo/วิทยุ	90.4 (7,565)	90.4 (10,335)
ประเภทของการออกกำลังกาย		
ประเภททีม/ชุด	74.5 (3,928)	77.0 (5,476)
ประเภทส่วนบุคคล/ประเภทคู่	13.7 (720)	12.1 (861)
ประเภทกิจกรรมทางน้ำ	1.7 (90)	1.7 (118)
ประเภททดสอบสมรรถภาพตนเอง	10.1 (535)	9.2 (657)
ประเภทของกีฬาที่ดูหรือฟัง		
ประเภททีม/ชุด	92.8 (7,794)	92.9 (10,680)
ประเภทส่วนบุคคล/ประเภทคู่	5.2 (433)	5.3 (605)
ประเภทกิจกรรมทางน้ำ	1.6 (133)	1.6 (182)
ประเภททดสอบสมรรถภาพตนเอง	0.4 (41)	0.2 (27)

แบบสอบถาม
การสำรวจเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2545

ข้อที่ 1 ภาค.....จังหวัด.....

ข้อที่ 2 ในเขตเทศบาล ED..... BLK.....

นอกเขตเทศบาล ED..... หมู่ที่..... ชื่อหมู่บ้าน.....

ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของสมาชิกในครัวเรือน

คำถามข้อ F4 เพศ

ชาย.....1

หญิง.....2

คำถามข้อ F5 อายุ (บันทึกอายุเต็มปี ถ้าต่ำกว่า 1 ปี บันทึก "00")

คำถามข้อ F6 สถานภาพสมรส

โสด.....1

สมรส.....2

หม้าย.....3

หย่า.....4

แยกกันอยู่.....5

ตอนที่ 2 การศึกษา

คำถามข้อ F7 "..... (ชื่อ).....จบการศึกษาสูงสุดชั้นใด"

บันทึก ชั้น ปี และประกาศนียบัตร หรือปริญญาที่สำเร็จมาโดยละเอียด

ถ้ากำลังเรียนมหาวิทยาลัย ฝึกหัดครู (สายวิชาการศึกษา) หรืออาชีวศึกษา ให้บันทึกระดับ

การศึกษาสูงสุดก่อนเข้าเรียนและชื่อสถาบันที่กำลังเรียน

ถ้าจบมหาวิทยาลัย ฝึกหัดครู (สายวิชาการศึกษา) หรืออาชีวศึกษา ให้บันทึกชื่อสถาบันที่

เรียนจบ

ถ้า ไม่เคยเรียน บันทึก "ไม่เคยเรียน"

ตอนที่ 3 ลักษณะการทำงานระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

คำถามข้อ F8 อาชีพ "ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์..... (ชื่อ)..... ทำงานอะไร"

ถ้า ทำงาน ให้บันทึกอาชีพหรือตำแหน่งหน้าที่การงานที่มีชั่วโมงการทำงานสูงสุด (ถามต่อไป)

ถ้า ไม่ได้ทำงาน ให้บันทึก "ไม่ได้ทำงาน" (ข้ามไปถาม F12)

คำถามข้อ F10 สถานภาพการทำงาน "..... (ชื่อ).....ทำงานในฐานะอะไร"

นายจ้าง.....1

ประกอบธุรกิจส่วนตัวโดยไม่มีลูกจ้าง.....2

ช่วยธุรกิจในครัวเรือนโดยไม่ได้รับค่าจ้าง.....3 (ข้ามไปถาม F18)

ลูกจ้างรัฐบาล.....4

ลูกจ้างรัฐวิสาหกิจ.....5

ลูกจ้างเอกชน.....6

การรวมกลุ่ม.....7

คำถามข้อ F11 รายได้ "..... (ชื่อ).....มีรายได้เฉลี่ยประมาณเดือนละเท่าไร"

น้อยกว่า 750 บาท.....01

750 – 1,500 บาท.....02

1,501 – 2,000 บาท.....03

2,001 – 2,500 บาท.....04

2,501 – 3,000 บาท.....05

3,001 – 4,000 บาท.....06

4,001 – 5,000 บาท.....07

5,001 – 6,000 บาท.....08

6,001 – 7,000 บาท.....09

7,001 – 8,000 บาท.....10

8,001 – 9,000 บาท.....11

9,001 – 10,000 บาท.....12

10,001 – 15,000 บาท.....13

15,001 – 20,000 บาท.....14

20,000 บาทขึ้นไป.....15

ตอนที่ 5 การศึกษาของเด็กและเยาวชน ในปีการศึกษา 2545 (ถามผู้ที่มีอายุ 3-24 ปี)

คำถามข้อ F18 “..... (ชื่อ).....ในปีการศึกษา 2545 เรียนอยู่หรือไม่”

เรียน.....1 (ถามต่อไป)

ไม่เรียน.....2 (ถ้าอายุ 3-5 ปี ยุติการสัมภาษณ์, ถ้าอายุ 6-24 ปี

ข้ามไปถาม F34)

คำถามข้อ F23 “ขณะนี้โรงเรียนที่..... (ชื่อ).....เรียนอยู่เป็นโรงเรียนรัฐบาลหรือโรงเรียนเอกชน”

โรงเรียนรัฐบาล.....1

โรงเรียนเอกชน.....2

ตอนที่ 9 การเล่นและการดูกีฬาระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ (ถามผู้ที่มีอายุ 6 ปีขึ้นไป)

คำถามข้อ F53 “ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์..... (ชื่อ).....เล่นกีฬาหรือออกกำลังกายหรือไม่”

เล่น.....1

ไม่เล่น เพราะ

ไม่สนใจ.....2

ไม่มีเวลา.....3

ไม่มีสถานที่เล่น.....4

ไม่มีอุปกรณ์กีฬา.....5

ไม่มีผู้สนับสนุน.....6

อื่นๆ (ระบุ).....7

(ถ้าบันทึกรหัส 2-7 ข้ามไปถาม F61)

คำถามข้อ F54 “..... (ชื่อ).....เล่นกีฬาหรือออกกำลังกายประเภทใด”

เพื่อสุขภาพ.....1

เพื่อการแข่งขัน.....2

เพื่อสังสรรค์สมาคม.....3

เพื่อแก้ไขความบกพร่องทางร่างกาย.....4

เพื่อความสนุกสนาน.....5

เพื่อให้ครบตามหลักสูตรของการเรียน.....6

ถูกบังคับ.....7

อื่นๆ (ระบุ).....8

คำถามข้อ F55 “..... (ชื่อ).....เล่นกีฬา หรือออกกำลังกายประเภทใด”

ให้บันทึกกีฬา หรือการออกกำลังกายที่เล่นบ่อยที่สุด

คำถามข้อ F56 “..... (ชื่อ).....เล่นกีฬา หรือออกกำลังกายโดยเฉลี่ยครั้งละเป็นเวลานานเท่าใด”

คำถามข้อ F58 “..... (ชื่อ).....เล่นกีฬา หรือออกกำลังกายในช่วงเวลาใด”

05:00 – 07:59.....1

08:00 – 10:59.....2

11:00 – 13:59.....3

14:00 – 16:59.....4

17:00 – 19:59.....5

20:00 น. ขึ้นไป.....6

คำถามข้อ F59 “ตามปกติ..... (ชื่อ).....เล่นกีฬา หรือออกกำลังกายโดยเฉลี่ยกี่วันต่อสัปดาห์”

คำถามข้อ F60 “..... (ชื่อ).....ส่วนมากใช้สถานที่ใดในการเล่นกีฬา หรือออกกำลังกาย”

สนามกีฬา/สถานที่ออกกำลังกาย

ของสถานศึกษา.....1

ของหน่วยงานราชการ.....2

ของเอกชน.....3

สวนสาธารณะ.....4

บริเวณบ้าน.....5

บริเวณวัด มัสยิด โบสถ์.....6

ที่ว่าง.....7

อื่นๆ (ระบุ).....8

ให้บันทึกสถานที่ที่เล่นกีฬา หรือออกกำลังกายบ่อยที่สุด

คำถามข้อ F61 “ระหว่าง 12 เดือน ก่อนวันสัมภาษณ์..... (ชื่อ).....ดูกีฬาหรือไม่”

ดูเป็นประจำ.....1 (ถามต่อไป)

ดูเป็นครั้งคราว.....2 (ถามต่อไป)

ไม่เคยดู.....3 (ข้ามไปตาม F68)

คำถามข้อ F62 "..... (ชื่อ).....ดูกีฬาประเภทใดบ้าง"

บันทึกชื่อกีฬาที่ดู ได้ไม่เกิน 3 คำตอบ เรียงลำดับตามประเภทกีฬาที่ดูมากที่สุด

คำถามข้อ F65 "..... (ชื่อ).....ส่วนใหญ่แล้วดู / ฟังกีฬาแต่ละประเภทจากที่ใด"

สนามกีฬา.....1

สถานที่ที่มีการเล่น / แข่งขันกีฬา.....2

โทรทัศน์.....3

วีดีโอ / ซีดี.....4

วิทยุ.....5

อื่นๆ (ระบุ).....6

ให้บันทึกแหล่งให้ตรงกับประเภทกีฬาที่ดู

คำถามข้อ F68 "..... (ชื่อ).....ส่วนใหญ่ได้รับข่าวสารด้านกีฬาจากแหล่งใด"

ได้รับ

หนังสือพิมพ์ / วารสาร.....0

วิทยุ.....1

โทรทัศน์.....2

อินเทอร์เน็ต.....3

โทรศัพท์เคลื่อนที่ / เพจเจอร์.....4

เพื่อน.....5

ญาติ.....6

อื่นๆ (ระบุ).....7

ไม่ได้รับ.....8

คำถามข้อ F69 ผู้ตอบสัมภาษณ์

ตอบเอง.....1

ผู้อื่นตอบแทน.....

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาว อรุณี ศรีวรรณวิทย์ เกิดเมื่อวันที่ 6 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2523 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนสตรีศรีสุริโยทัย จ.กรุงเทพมหานคร และระดับปริญญาบัณฑิต ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2545 และเข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาโทที่วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

