

การพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในการสอนพลศึกษารายวิชากระบี่กระบอง โดยใช้แบบฝึกตาราง

12 ช่อง ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา

Development of 1-2 bat skills in teaching physical education in the Krabi Krabong course. Using a 12-box grid exercise for Mathayom 2 students at Kantharalak

Wittaya School

ดำรงศฤทธิ จันทร^{1*}, พิชชาพร อาษา²

Dumrongrit Chantra^{1*}, Phitchaphorn Arsa²

^{1,2}คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ

เลขที่ 319 ตำบลโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ 33000 ประเทศไทย

^{1,2}Faculty of Education, Sisaket Rajabhat University

319 Pho Sub-district, Mueang District, Sisaket Province, 33000, Thailand

รับบทความ: 31 ตุลาคม 2566

ปรับปรุงบทความ: 28 ธันวาคม 2566

ตอบรับตีพิมพ์บทความ: 31 ธันวาคม 2566

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในรายวิชากระบี่กระบองโดยใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา 2) การเปรียบเทียบทักษะก่อนและหลังใช้แบบฝึกทักษะทำต่อสู่ไม้ตีที่ 1-2 ในรายวิชากระบี่กระบองก่อนและหลังใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบฝึกทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง โดยใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง และแบบทดสอบทักษะไม้ตี 1-2 วิธีดำเนินการทดลอง ใช้วิธีการวิจัยก่อนมีแบบการวิจัยเชิงทดลอง Pre-experimental design รูปแบบที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบกลุ่มทดลองกลุ่มเดียว และมีการวัดผลการทดลอง 2 ครั้ง ก่อนและหลังการทดลอง Difference between Two Means, for Dependent Samples สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า t-test แบบ Paired Samples t-test or Dependent Samples t-test กลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ คือนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา ที่เรียนวิชาพลศึกษาเรื่องทักษะไม้ตี ในวิชากระบี่กระบอง ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 จำนวนนักเรียน 20 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง ผลการวิจัยพบว่า หลังจากใช้แบบฝึก

* ผู้เขียนหลัก (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ)

อีเมล: crooritsskru2016@gmail.com

ตาราง 12 ช่อง เพื่อส่งเสริมทักษะไม้ตีที่ 1 (ฟันบน ซ้าย-ขวา) มีคะแนนเฉลี่ยหลังเรียน $\bar{X} = 7.29$ และ S.D. = 0.918 สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียน ซึ่งมีค่าคะแนนเฉลี่ย $\bar{X} = 3.85$ และ S.D. = 0.654 ทักษะไม้ตีที่ 2 (ฟันบน ซ้าย-ขวา ล่าง ซ้าย-ขวา) คะแนนเฉลี่ยหลังเรียน $\bar{X} = 8.59$ และ S.D. = 0.795 สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียน ซึ่งมีค่าคะแนนเฉลี่ย $\bar{X} = 4.65$ และ S.D. = 0.638 จากการวิเคราะห์พบว่าทักษะไม้ตีที่ 1-2 ในวิชาการกระบี่กระบองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษ์วิทยา ที่ใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

คำสำคัญ

การพัฒนาทักษะ กระบี่กระบอง แบบฝึกตาราง 12 ช่อง

Abstract

This research aims to: 1) develop batting skills 1-2 in the Krabi Krabong course using a 12-square grid practice for Mattayomsuksa 2 students at Kantharalak Wittaya School, and 2) Comparison of skills before and after use of Bat Fighting Exercises 1-2 in the Krabi Krabong course before and after using a 12-square grid exercise. The tools used in the research were Bat Skill Training 1-2 in Krabi Krabong using a 12-square grid practice and Bat Skill test 1-2. To conduct an experiment, the research method employed a pre-experimental design. The design used in the research was a single experimental group design, and the experimental results were measured two times before and after the experiment. The statistical methods used in the research were mean, standard deviation, and t-test (Paired Samples t-test or Dependent Samples t-test). The participants in this research study comprised Mattayomsuksa 2 students at Kantharalak Wittaya School who studied Bat Dancing Skills in Krabi Krabong course in the 1st semester of the academic year 2023. The 20 participants were selected by purposive sampling method. The research results revealed that after using the 12-square grid exercise to promote batting skills number 1 (Fencing skills, left-right) have an average score after studying $\bar{X} = 7.29$ and S.D. = 0.918 higher than the average score before studying which has an average score $\bar{X} = 3.85$ and S.D. = 0.654 batting skills number 2 (Fencing skills, left-right bottom left-right) Average score after studying $\bar{X} = 8.59$ and S.D. = 0.795 Higher than the average score before studying, which had an average score $\bar{X} = 4.65$ and S.D. = 0.638 from the analysis it was found that 12-square grid exercise the Krabi Krabong course using a 12-square grid practice for Mattayomsuksa 2 students at Kantharalak Wittaya School, after using

a 12-square grid exercise. after studying was significantly higher than before studying at the .05 level.

Keywords

Skill Development, Krabi Krabong, 12-Square Grid Exercise

บทนำ

กีฬากระบี่กระบองเป็นศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวของไทย ซึ่งสืบทอดมาจากสมัยบรรพบุรุษหลายชั่วคน จนไม่สามารถที่จะหาแหล่งที่มาและบุคคลที่เป็นผู้คิดค้นได้อย่างไรก็ตามกระบี่กระบองก็ได้แพร่หลายไปในหมู่คนไทย ปัจจุบันกระบี่กระบองได้กลายมาเป็นศิลปะการกีฬาประจำชาติไทยอย่างหนึ่ง ซึ่งถือว่าเป็นเอกลักษณ์ของชาติไทยที่บรรพบุรุษได้ใช้ป้องกันประเทศจากการรุกรานของข้าศึกศัตรู จนทำให้ประเทศไทยเป็นเอกราช トラบเท่าทุกวันนี้ (พิชัยณรงค์ กงแก้ว, 2564)

สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะเป็นสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องในการสนับสนุนให้เกิดระดับความสามารถและทักษะในการแสดงออกของการเคลื่อนไหว และการเล่นกีฬามีประสิทธิภาพมากขึ้น สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการปฏิบัติภารกิจหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยังมีพลังเหลือเพื่อประกอบกิจกรรมอื่นๆ ทั้งในภาวะปกติและภาวะวิกฤต โดยสมรรถภาพทางกายมี 2 ประเภท คือ สมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวกับสุขภาพ เป็นสมรรถภาพทางกายที่สำคัญและจำเป็นสำหรับบุคคลทั่วไปที่มีผลต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดี และสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวกับทักษะซึ่งเป็นสมรรถภาพทางกลไกการเคลื่อนไหวที่เฉพาะสำหรับนักกีฬา (จตุรงค์ เหมรา, 2560) ดังนั้นสมรรถภาพทางกายจึงมีความสำคัญต่อการ เล่น กระบี่กระบอง แต่ผู้เรียนไม่สามารถแสดงได้อย่างเต็มที่ต่อเนื่อง วิชากระบี่กระบองเป็นวิชาชนิดหนึ่ง ที่เห็นว่าเป็นวิชาที่สามารถใช้เป็นสื่อในการพัฒนานักเรียนให้มีการพัฒนาการทางด้านร่างกาย ทักษะการเคลื่อนไหว วิชากระบี่กระบอง ต้องใช้ทักษะพื้นฐานในการทรงตัวและความจำเป็นอย่างมาก ซึ่งเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดสัมฤทธิ์ผลในการปฏิบัติให้เกิดท่าร้ายรำที่สวยงามมากขึ้น ช่วยเสริมสมรรถภาพทางกายในเรื่องของการทรงตัว ความอดทนของกล้ามเนื้อและการประสานงานของกล้ามเนื้อกับสมองปัจจัยดังกล่าวมีผลต่อความสามารถทาง กลไกซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้เกิดจากสมรรถภาพการทำงานที่สัมพันธ์กันเองกับอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย (เอกบุรุษ หนูเล็ก และคณะ, 2563)

กระบี่กระบองเป็นวิชาที่ผู้เรียนต้องฝึกท่าของทักษะการต่อสู้และทักษะการรำ ทักษะการต่อสู้ของ กระบี่กระบองที่เป็นท่าพื้นฐาน หรือท่าหลักเรียกว่าแม่ไม้ม้วนเดียวกับมวยไทย แม่ไม้ม้วนในการฝึกกระบี่มีทั้งท่ารุก และท่ารับ ซึ่งเป็นท่าที่ผู้เรียนต้องฝึกหัดให้คล่องแคล่ว และชำนาญ เทคนิคการสอนเป็นหัวใจสำคัญของ กระบวนการศึกษาที่จะพัฒนาการศึกษาให้มีคุณภาพ ดังนั้นนักการศึกษาจึงพยายามศึกษารูปแบบการสอน ต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งได้มีการนำนวัตกรรมใหม่ๆ มาใช้ให้สอดคล้องกับธรรมชาติของเนื้อหาและวิชาที่สอน เพื่อให้การเรียนการสอนมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นให้ครบองค์ประกอบทางการศึกษา (พิชัยณรงค์ กงแก้ว, 2564)

จากการจัดการเรียนการสอนในปีการศึกษาที่ผ่านมาได้วิเคราะห์ปัญหาหลัก ๆ ที่พบจากการเรียนการสอนของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีปัญหาทางด้านการเคลื่อนที่เคลื่อนไหวที่ไม่ถูกต้อง ส่งผลให้เกิดปัญหาการเคลื่อนที่ในการต่อสู้ประกอบทักษะท่าไม้ตีซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญในวิชากระบี่กระบอง ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้ผู้วิจัยจึงได้นำแบบฝึกการเคลื่อนไหวโดยใช้ตาราง 9 และ 24 ช่อง มาศึกษา และได้เพิ่มเติมและนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับการเคลื่อนที่ในวิชากระบี่กระบองเพื่อให้มีความเหมาะสมสะดวกและง่ายต่อการปฏิบัติ เหมาะสมกับบริบทของผู้เรียน จึงได้จัดทำแบบฝึกตาราง 12 ช่อง เพื่อให้ให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติทักษะในการเคลื่อนที่เคลื่อนไหวได้อย่างถูกต้องและง่ายยิ่งขึ้น และฝึกปฏิบัติทำการต่อสู้ท่าไม้ตีในท่า 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง เพื่อปรับปรุงแก้ไขปัญหาและพัฒนาทักษะการปฏิบัติไม้ตี ในวิชากระบี่กระบองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา ให้มีผลการเรียนรู้ที่ดียิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบองโดยใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะท่าต่อสู้ไม้ตีที่ 1-2 ในวิชากระบี่กระบองก่อนและหลังใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง

ทบทวนวรรณกรรม

ทักษะการตีไม้ตี 1-2

ไม้ตีที่ 1 ฟันบน ซ้าย-ขวา

ท่าที่ 1 ฝ่ายรุกก้าวเท้าขวาไปข้างหน้า พร้อมกับยกกระบี่ขึ้นฟันเฉียงลงทางไหล่ซ้ายของฝ่ายรับ (ฟันสะพายแล่ง) มือซ้ายกำยกขึ้นทางข้างเสมอคิ้ว ยืนด้วยปลายเท้า ฝ่ายรับถอยเท้าซ้าย ยกกระบี่ขึ้นรับกระบี่ของฝ่ายรุก มือซ้ายกำยกขึ้นทางข้างเสมอคิ้ว ยืนด้วยปลายเท้า

ท่าที่ 2 ฝ่ายรุกก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้า หมุนกระบี่ไปทางซ้าย ฟันเฉียงไหล่ ขวาฝ่ายรับ มือซ้ายกำเข้าอก ฝ่ายรับถอยเท้าขวาไปข้างหลัง พลิกกระบี่ตั้งรับกระบี่ฝ่ายรุก มือซ้ายกำเข้าอก แล้วปฏิบัติจังหวะที่ 1 ต่อไปใหม่

ไม้ตีที่ 2 ฟันบน ซ้าย-ขวา ล่าง ซ้าย-ขวา

ท่าที่ 1 ฝ่ายรุกก้าวเท้าขวา ยกกระบี่ฟันเฉียงทางบ่าซ้าย ฝ่ายรับ มือซ้ายกำยกขึ้น ฝ่ายถอยเท้าซ้ายยกกระบี่ขึ้นรับ มือซ้ายกำเข้าอก

ท่าที่ 2 ฝ่ายรุกก้าวเท้าซ้ายฟันเฉียงบ่าขวา มือซ้ายเข้าอกฝ่ายรับถอยเท้าขวา ยกกระบี่ขึ้นรับมือซ้ายเข้าอก

ท่าที่ 3 ฝ่ายรุกก้าวเท้าขวาฟันขาซ้ายฝ่ายรับ มือซ้ายยกขึ้น ฝ่ายรับถอยเท้าซ้ายรับกระบี่ของฝ่ายรุก มือซ้ายยกขึ้น

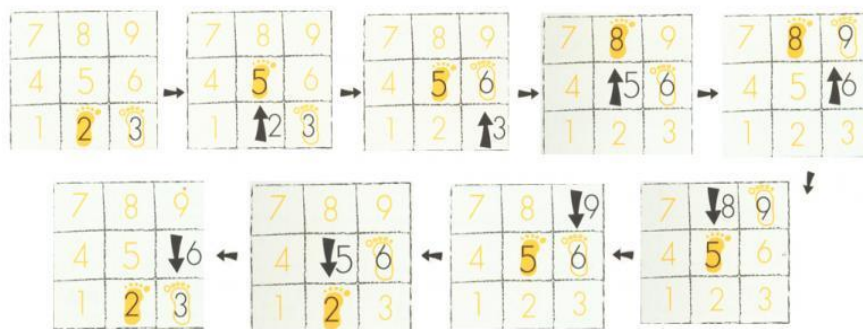
ท่าที่ 4 ฝ่ายรุกก้าวเท้าซ้าย ฟันขวาฝ่ายรับ มือซ้ายเข้าออก ฝ่ายรับถอยเท้าขวา พลิกกระบี่ปรับฟันของฝ่ายรุก มือซ้ายเข้าออก

รูปแบบการฝึกตาราง 9 ช่อง

เจริญ กระบวนรัตน์ (2558, 271-272) ได้สร้างตาราง 9 ช่องขึ้นมาโดยอาศัยหลักการเคลื่อนไหวของมนุษย์ ซึ่งการใช้งานขึ้นอยู่กับว่า “เราจะวางเงื่อนไขให้กับสมองอย่างไร” โดยกำหนดการเคลื่อนที่ในรูปแบบต่างๆ ที่ไม่มีหลักตายตัว ทุกคนสามารถใช้ได้ตั้งแต่เด็กจนถึงผู้สูงอายุ เพราะถือเป็นการออกกำลังกายที่ใช้พื้นที่น้อยมาก ทั้งยังมีประโยชน์ในด้านกระตุ้นการทำงานของสมองเพื่อพัฒนาความสามารถในการคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหาไปพร้อมๆ กันด้วย โดยมีรูปแบบการปฏิบัติ ดังนี้

1) แบบที่ 1 ก้าวขึ้น-ลง

การวางเท้าซ้ายที่ช่องหมายเลข 2 เท้าขวาอยู่ที่ช่องหมายเลข 3 จากนั้นก้าวเท้าซ้ายขึ้นไปช่องหมายเลข 5 ก้าวเท้าขวาขึ้นไปช่องหมายเลข 6 ต่อด้วยก้าวเท้าซ้ายต่อไปที่ช่องหมายเลข 8 เท้าขวาก้าวต่อไปที่ช่องหมายเลข 9 จากนั้นถอยเท้าซ้ายลงไปที่ช่องหมายเลข 5 ถอยเท้าขวาไปที่ช่องหมายเลข 6 ถอยเท้าซ้ายลงไปที่ช่องหมายเลข 2 สุดท้ายถอยเท้าขวาลงไปที่ช่องหมายเลข 3

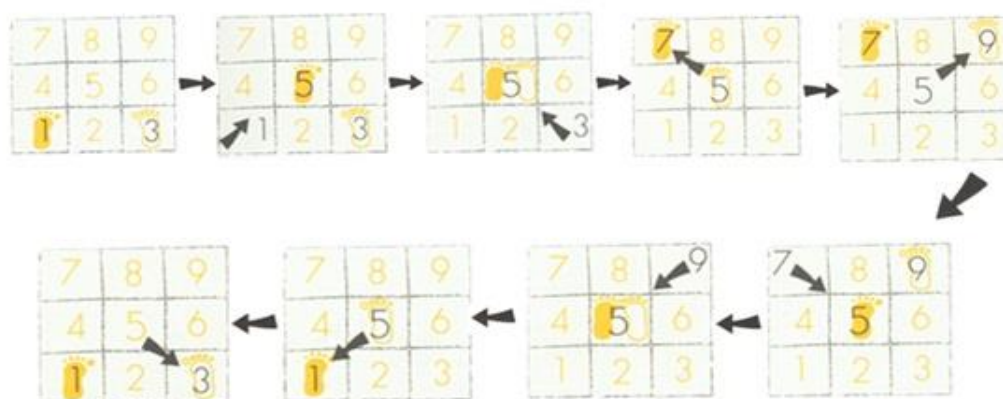


ภาพที่ 1: รูปแบบการฝึกตาราง 9 ช่อง (แบบที่ 1 ก้าวขึ้น-ลง)

ที่มา : เจริญ กระบวนรัตน์ (2558)

2) แบบที่ 2 ก้าวเป็นรูปกากบาท

ท่าเตรียม วางเท้าซ้ายไว้ที่ช่องหมายเลข 1 เท้าขวาอยู่ที่ช่องหมายเลข 3 จากนั้นก้าวเท้าซ้ายขึ้นไปช่องหมายเลข 5 พร้อมกับก้าวเท้าขวาต่อไปที่ช่องหมายเลข 5 ด้วย ก้าวเท้าซ้ายขึ้นไปช่องหมายเลข 7 ก้าวเท้าขวาขึ้นไปช่องหมายเลข 9 ต่อด้วยถอยเท้าซ้ายลงไปที่ช่องหมายเลข 5 ถอยเท้าขวาลงไปที่ช่องหมายเลข 5 และถอยเท้าซ้ายลงไปที่ช่องหมายเลข 1 สุดท้ายถอยเท้าขวาลงไปที่ช่องหมายเลข 3

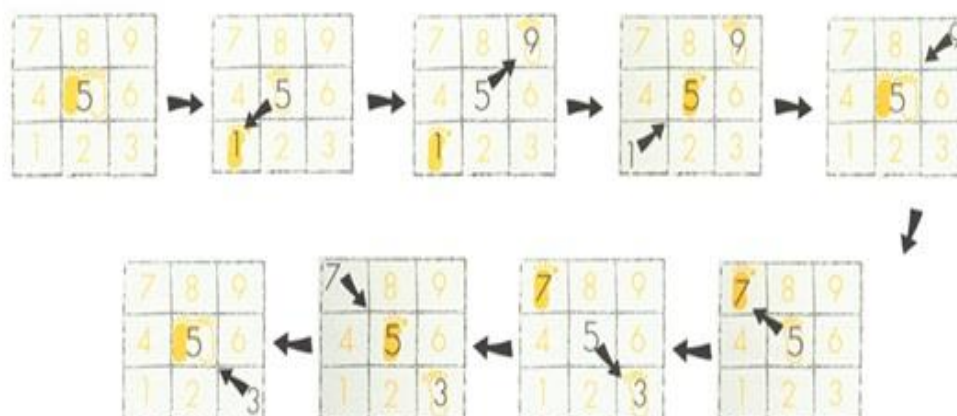


ภาพที่ 2: รูปแบบการฝึกตาราง 9 ช่อง (แบบที่ 2 ก้าวเป็นรูปกากบาท)

ที่มา: เจริญ กระบวนรัตน์ (2558)

3) แบบที่ 3 ก้าวทแยงมุมแบบรัศมีดาว

ทำเตรียม เท้าทั้งสองข้างยืนอยู่ที่ช่องหมายเลข 5 จากนั้นเริ่มต้นด้วยก้าวเท้าซ้ายเฉียงลงไปที่ช่องหมายเลข 1 ก้าวเท้าขวาเฉียงขึ้นไปช่องหมายเลข 9 และก้าวเท้าซ้ายกลับมาที่ช่องหมายเลข 5 พร้อมด้วยก้าวเท้าขวากลับไปช่องหมายเลข 5 เช่นกัน ต่อด้วยก้าวเท้าซ้ายเฉียงขึ้นไปช่องหมายเลข 7 ก้าวเท้าขวาเฉียงลงไปที่ช่องหมายเลข 3 จากนั้นก้าวเท้าซ้ายกลับมาที่ช่องหมายเลข 5 ก้าวเท้าขวากลับมาช่องหมายเลข 5

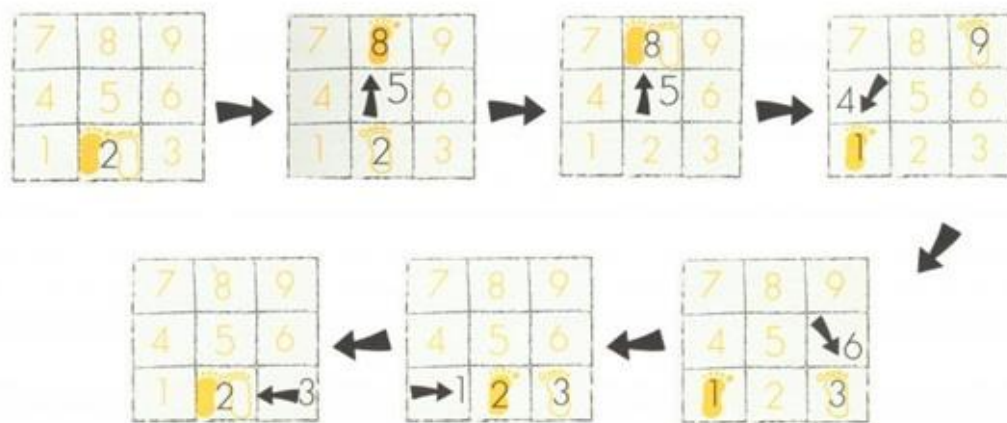


ภาพที่ 3: รูปแบบการฝึกตาราง 9 ช่อง (แบบที่ 3 ก้าวทแยงมุมแบบรัศมีดาว)

ที่มา: เจริญ กระบวนรัตน์ (2558)

4) แบบที่ 4 ก้าวสามเหลี่ยม

ท่าเตรียม ยืนด้วยเท้าทั้งสองข้างในช่องหมายเลข 2 จากนั้นเริ่มต้นก้าวเท้าซ้ายขึ้นไปช่องหมายเลข 8 ตามด้วยก้าวเท้าขวาขึ้นไปช่องหมายเลข 8 จากนั้นถอยเท้าซ้ายลงมาที่ช่องหมายเลข 1 ถอยเท้าขวาลงมาที่ช่องหมายเลข 3 ต่อด้วยก้าวเท้าซ้ายกลับมาที่ช่องหมายเลข 2 และก้าวเท้าขวากลับมาที่ช่องหมายเลข 2 ด้วย



ภาพที่ 4: รูปแบบการฝึกตาราง 9 ช่อง (แบบที่ 4 ก้าวสามเหลี่ยม)

ที่มา: เจริญ กระบวนรัตน์ (2558)



ภาพที่ 5: แบบฝึกตาราง 24 ช่อง

ที่มา: เอกบุรุษ หนูเล็ก, ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์, ธีรนนท์ ตันพานิชย์, และ วินัย พูลศรี (2563)

จากการทบทวนนวัตกรรม ผู้วิจัยได้นำทักษะกระป๋อง และรูปแบบการเคลื่อนที่เคลื่อนไหวแบบตาราง 9 ช่อง และแบบตาราง 24 ช่อง มาประยุกต์เพิ่มเติมเป็นการเคลื่อนไหวแบบตาราง 12 ช่อง เพื่อให้เกิดความสะดวกและง่ายต่อการฝึกของผู้เรียน และนำมาประยุกต์ใช้ร่วมกับการพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง โดยประยุกต์เพิ่มเติมและใช้รูปแบบการฝึกด้วยตาราง 12 ช่อง เพื่อใช้ในการสอนพลศึกษารายวิชากระบี่กระบอง ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา ให้เหมาะสมและมีความสอดคล้องกับการนำผลงานมาใช้พัฒนาเทคนิคและวิธีการฝึกให้มากที่สุด

วิธีการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบองโดยใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง เพื่อใช้ในการสอนพลศึกษารายวิชากระบี่กระบอง ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา วิธีดำเนินการทดลองใช้วิธีการวิจัยแบบการวิจัยเชิงทดลอง (Pre-experimental design) รูปแบบที่ใช้ในการวิจัย คือ เป็นแบบ (One-Group-pretest-posttest Design) โดยมีวิธีการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา จังหวัดศรีสะเกษ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 จำนวน 4 ห้องเรียน รวม 180 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา จังหวัดศรีสะเกษ ซึ่งเรียนวิชาพลศึกษา เรื่อง ทักษะการป้องกันการต่อสู้ในวิชากระบี่กระบอง ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 จำนวนนักเรียน 20 คน โดยการเลือกแบบเจาะจงจากนักเรียนที่ปฏิบัติทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง โดยเลือกนักเรียนทั้ง 4 ห้อง ที่ได้คะแนนน้อยในแต่ละห้องจำนวนห้องละ 5 คน มาจนครบจำนวน 20 คน

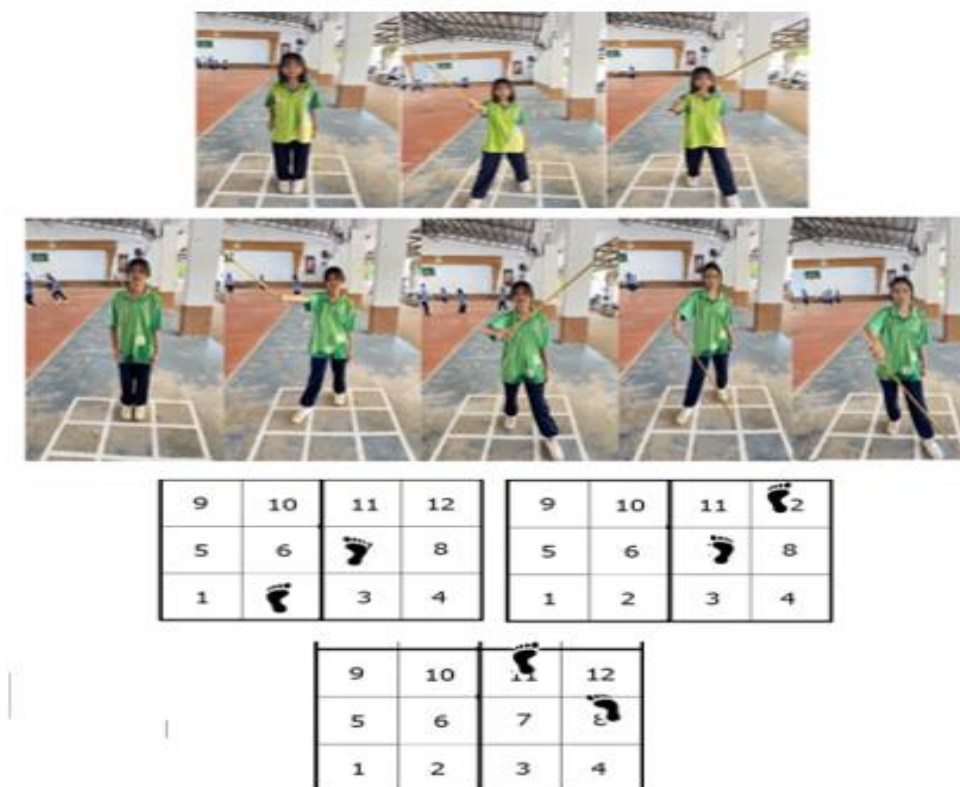
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1) แบบฝึกตาราง 12 ช่อง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย

แบบฝึกที่ 1 การเดินตามช่องในตารางเก้าช่องพร้อมจำจังหวะการก้าวขาเดินและจำว่าฝ่ายไหนที่ก้าวเดินอย่างไร (พร้อมจำช่องที่เดินในตาราง 12 ช่อง)

แบบฝึกที่ 2 การเดินให้เป็นจังหวะโดยการเตะเท้าตามจังหวะของแต่ละไม้ตีพร้อมทั้งยกไม้ฟัน (พร้อมจำช่องที่เดินในตาราง 12 ช่อง)

2) แบบทดสอบทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ผลการพิจารณาค่า IOC เท่ากับ 1.00



ภาพที่ 6: แบบฝึกตาราง 12 ช่อง

ที่มา: ถ่ายภาพโดยผู้เขียน

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินงานและเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

- 1) ศึกษาแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ต้องการจะสร้างเครื่องมือเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในรูปแบบการฝึกตาราง 12 ช่อง
- 2) นำแนวคิด ทฤษฎี และวิธีการมาพัฒนาทักษะไม้ตีที่ 1-2 โดยใช้รูปแบบฝึกตาราง 12 ช่อง ในวิชาการกระบี่กระบอง
- 3) เลือกวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลว่าควรใช้แบบสอบถาม โดยผู้ทรงคุณวุฒิที่เชี่ยวชาญทางด้านพลศึกษาหรือผู้เชี่ยวชาญทางการสอนหรือการวัดและประเมินผล จำนวน 3 ท่าน
- 4) นำผลที่ได้จากการประเมินหรือข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ มาปรับแบบฝึกตาราง 12 ช่อง เพื่อให้งานมีคุณภาพยิ่งขึ้น
- 5) นำโปรแกรมพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 โดยใช้รูปแบบฝึกตาราง 12 ช่อง ที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้กับนักเรียน กลุ่มทดลองห้องอื่นที่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

6) นำรูปแบบการฝึกพัฒนาทักษะไม้ตี ด้วยตาราง 12 ช่อง ไปใช้ทดลองกลุ่มนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง โดยทำการทดลอง เป็นระยะเวลา 2 สัปดาห์

7) เก็บรวบรวมข้อมูล ทำการทดสอบและประเมินผล จากการทดลอง

8) นำข้อมูลที่ได้มาสรุปผลการวิจัย

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 การวิเคราะห์ความสอดคล้องของแบบทดสอบรายข้อกับวัตถุประสงค์

1) แบบฝึกตาราง 12 ช่องเพื่อพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง พัฒนาแบบฝึกตาราง 12 ช่อง เพื่อพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบองที่สมบูรณ์แล้วให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านตรวจสอบ เพื่อวัดความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC

2) แบบทดสอบทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบองนำแบบทดสอบทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบองไปให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านตรวจสอบ เพื่อวัดความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา และพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC

4.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ผลการวิจัย

1) หาค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของผลการทำแบบทดสอบแบบฝึกตาราง 12 ช่องเพื่อพัฒนาทักษะไม้ตี 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง นำเสนอในรูปแบบของตารางและความเรียง

2) เปรียบเทียบทักษะก่อนและหลังการฝึกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ด้วยการทดสอบ (t-test) แบบ Paired Samples t-test or Dependent Samples t-test ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทางด้านโปรแกรมคอมพิวเตอร์ ที่ได้จากดุลยพินิจของผู้เชี่ยวชาญทางด้านการสอนหรือการวัดประเมินผล สาขาพลศึกษา

ผลการวิจัย

ตารางที่ 1

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะไม้ตีที่ 1 ในวิชากระบี่กระบองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา ไม้ตีที่ 1 (ฟันบน ซ้าย-ขวา) ที่ใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง ก่อนเรียนและหลังเรียน

	$\bar{x}$	S.D.	ผลต่างของค่าเฉลี่ย	ผลต่างของ S.D.	t
ก่อนเรียน	3.85	0.654	3.44	0.264	16.548
หลังเรียน	7.29	0.918			

จากตาราง 1 ไม้ตีที่ 1 (ฟันบน ซ้าย-ขวา) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา มีคะแนนเฉลี่ยหลังเรียน ซึ่งมีค่าคะแนนเฉลี่ย $\bar{x} = 7.29$ และ S.D. = 0.918 สูงกว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนเรียน ซึ่งมีค่าคะแนนเฉลี่ย $\bar{x} = 3.85$ และ S.D. = 0.654 จากการวิเคราะห์พบว่าทักษะ ไม้ตีที่ 1 ในวิชากระบี่กระบอง

ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา ที่ใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ตารางที่ 2

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะแบบฝึกตาราง 12 ช่อง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา ไม้ดีที่ 2 (ฟันบน ซ้าย-ขวา ล่าง ซ้าย-ขวา) ก่อนเรียนและหลังเรียนโดยการใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง เพื่อเสริมสร้างทักษะไม้ดีที่ 2 ในวิชากระบี่กระบอง

	$\bar{X}$	S.D.	ผลต่างของค่าเฉลี่ย	ผลต่างของ S.D.	t
ก่อนเรียน	4.65	0.638	3.94	0.128	16.130*
หลังเรียน	8.59	0.795			

จากตาราง 2 ทักษะไม้ดีที่ 2 (ฟันบน ซ้าย-ขวา ล่าง ซ้าย-ขวา) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา มีคะแนนเฉลี่ยหลังเรียน ซึ่งมีค่าคะแนนเฉลี่ย $\bar{X} = 8.59$ และ S.D. = 0.795 สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียนซึ่งมีค่าคะแนนเฉลี่ย $\bar{X} = 4.65$ และ S.D. = 0.638 จากการวิเคราะห์พบว่าทักษะไม้ดีที่ 2 ในวิชากระบี่กระบองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา ที่ใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยครั้งนี้พบว่าทักษะไม้ดีที่ 1 (ฟันบน ซ้าย-ขวา) ทักษะไม้ดีที่ 2 (ฟันบน ซ้าย-ขวา ล่าง ซ้าย-ขวา) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา ที่ใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 เนื่องจากผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติทักษะไม้ดีที่ 1-2 ร่วมกับการเคลื่อนไหวที่เคลื่อนไหวโดยใช้ตาราง 12 ช่อง เป็นระยะเวลาต่อเนื่องกัน 4 สัปดาห์ ซึ่งแบบฝึกนั้นมีความเหมาะสม สะดวก และง่ายต่อผู้เรียนในการฝึกโดยมีวิธีการฝึกจากทักษะที่ง่ายและเพิ่มความซับซ้อนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดทักษะการเคลื่อนไหวที่เคลื่อนไหวที่ดียิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เอกบุรุษ หนูเล็ก และคณะ (2563, 146) 1) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาทักษะไม้รำ 1-2 ในวิชากระบี่กระบองโดยใช้แบบฝึกตาราง 24 ช่องสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนตลิ่งชันวิทยา ผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า ทักษะไม้รำที่ 1 ลอยชาย (เดินสลับฟันปลา) และทักษะไม้รำที่ 2 คงทัดหู (เดินสลับฟันปลา) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนตลิ่งชันวิทยามีคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 เนื่องจากผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติทักษะไม้รำที่ 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง โดยใช้แบบฝึกตาราง 24 ช่องเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีรูปแบบที่เหมาะสมกับวัยของนักเรียน เรียงลำดับความยากง่ายได้อย่างเหมาะสม ทำให้นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะไม้รำที่ 1-2 ในวิชากระบี่กระบองที่สูงขึ้น และสอดคล้องกับผลวิจัยของ พิชัย จันทรช่วย (2562) ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการใช้ชุดฝึกทักษะกระบี่กระบอง เพื่อพัฒนาทักษะกระบี่กระบอง มีประสิทธิภาพ เท่ากับ

86.99/85.42 สูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 80/80 มีทักษะปฏิบัติโดยรวมคิดเป็นคะแนนร้อยละ 87.96 อยู่ในระดับระดับดี ผลการเรียนรู้หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุป

การพัฒนาทักษะไม้ตีที่ 1-2 ในวิชากระบี่กระบอง โดยใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง เพื่อใช้ในการสอนวิชากระบี่กระบอง เรื่องทักษะไม้ตี ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกันทรลักษณ์วิทยา สามารถที่จะนำรูปแบบตาราง 12 ช่อง ไปใช้ร่วมในการฝึกผสมผสานการเคลื่อนไหวประกอบกับการฝึกทักษะกระบี่กระบองในการฝึกทักษะท่าไม้ตีท่าที่ 1 และท่าที่ 2 มีผลช่วยในการพัฒนาทักษะของผู้เรียนได้มีผลสัมฤทธิ์ที่ดีขึ้นได้ และช่วยกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานท้าทาย และสร้างความสนใจในการเรียนในรายวิชากระบี่กระบอง และเกิดแนวคิด ต้นแบบในการพัฒนาการจัดการเรียนการสอนพลศึกษา โดยใช้วิธีการนำเทคนิคในการฝึกโดยผสมผสานร่วมกับแบบฝึกตาราง 12 ช่อง ประยุกต์ร่วมกับท่าไม้ตี 1 และ 2 รวมถึงสามารถประยุกต์ร่วมกับท่าอื่น ๆ ได้เป็นอย่างดีได้ด้วย

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1) การประยุกต์ใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง ร่วมกับการฝึกทักษะท่าไม้ตี ท่าที่ 1 และท่าที่ 2 ควรมีการนำไปใช้ร่วมกับการฝึกทักษะ โดยสม่ำเสมอ จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดทักษะ รวมถึงสมรรถภาพทางกายที่ดีขึ้นได้

2) การประยุกต์ใช้แบบฝึกตาราง 12 ช่อง ร่วมกับการฝึกทักษะกระบี่กระบองนั้น สามารถนำไปใช้ร่วมกับการฝึกทักษะ กระบี่กระบองในท่าอื่น ๆ ก็ได้ ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดทักษะ รวมถึงสมรรถภาพทางกายที่ดีขึ้นได้ รวมถึงเกิดทักษะและเทคนิควิธีการสอนแบบ Active Learning ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานท้าทาย และมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมได้ดียิ่งขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรนำแบบฝึกตาราง 12 ช่อง ประยุกต์ใช้ร่วมกับท่าการฝึกทักษะไม้ตีอื่น ๆ ในรายวิชากระบี่กระบองให้ครบทุกทักษะ

2) ควรนำแบบฝึกตาราง 12 ช่อง หรือการฝึกตาราง 9 ช่อง หรือแบบฝึกในรูปแบบตารางในรูปแบบอื่นๆ มาประยุกต์ใช้ร่วมกับท่าการฝึกทักษะในรายวิชากระบี่กระบอง หรือประยุกต์ใช้ร่วมกับการฝึกทักษะในรายวิชากีฬาอื่น ๆ เพื่อเป็นการพัฒนาเทคนิคและวิธีการสอนในรูปแบบใหม่ ๆ เพื่อเพิ่มความสนใจและพัฒนาทักษะและเพิ่มผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้ ได้อีกด้วย

เอกสารอ้างอิง

จตุรงค์ เหมรา. (2560). *หลักการและการปฏิบัติ: การทดสอบสมรรถภาพทางกาย*. หจก.ลำปางบรรณกิจ
พริ้งดั่ง.

เจริญ กระบวนรัตน์. (2558). *ตาราง 9 ช่องกับการพัฒนาสมอง*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

พิชัยณรงค์ กงแก้ว. (2564). แนวทางการจัดการเรียนการสอนกีฬากระโดดร่ม เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกการอนุรักษ์กีฬาภูมิปัญญาไทย. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยฟาร์อีสเทอร์น, 15(3), 60-77.

<https://so01.tci-thaijo.org/index.php/FEU/article/view/249554/169245>

พิชัย จันทร์ช่วย. (2562). รายงานผลการเรียนรู้วิชาพลศึกษา โดยใช้ชุดฝึกทักษะ เรื่อง กระโดดร่ม กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกีฬาหมื่นศรี.

https://www.kroobannok.com/board_view.php?b_id=161983&bcat_id=16.

เอกบุรุษ หนูเล็ก, ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์, อธิรัตน์ ตันพานิชย์, และ วินัย พูลศรี. (2563). การพัฒนาทักษะไม้รำ 1-2 ในวิชากระโดดร่มโดยใช้แบบฝึกตาราง 24 ช่องสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่2

โรงเรียนตลิ่งชันวิทยา. วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ, 46(2), 141-149.

<https://so03.tci-thaijo.org/index.php/tahper/article/view/244373/166653>