

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาของปัญหาและปัญหา

พลศึกษา (Physical Education) เป็นศาสตร์ที่มุ่งพัฒนาบุคคลให้มีความเจริญองงามทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ตลอดจนสร้างเสริมความเป็นพลเมืองดีของชาติ โดยใช้กิจกรรมในการเคลื่อนไหวเป็นสื่อกลาง (พิชิต ภูติจันทร์, 2547 : 1) พลศึกษาก็เป็นวิชาที่เป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการส่งเสริมการพัฒนาคน ให้มีความสมบูรณ์ด้วยการเข้าร่วม ในกิจกรรมการออกกำลังกาย และกีฬา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความสามารถในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพจนมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยให้มีทั้งความรู้ความเข้าใจทักษะหรือกระบวนการและคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมมีการพัฒนาที่เป็นองค์รวมของความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ (กรมวิชาการกระทรวงศึกษาธิการ, 2545 : 7) การเรียนการสอนพลศึกษาเป็นการใช้การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ เพื่อพัฒนาทักษะกลไกที่สันทัดและสุขนิสัย เป็นส่วนสำคัญยิ่งในการพัฒนาสมรรถภาพทางกายของบุคคล นับตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งเป็นผู้ใหญ่ และในชีวิตประจำวันของเราจะต้องมีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอ ต้องประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะช่วยทำให้ร่างกายเจริญเติบโตนอกจากนี้ยังฝึกให้ร่างกายแข็งแรงคล่องแคล่วว่องไว (เอกรินทร์ สีมหาศาล, 2544 : 241) ฉะนั้นการจัดกิจกรรมต้องคำนึงถึงความเหมาะสมกับระดับความสามารถ ความต้องการ และความสนใจของผู้เรียนเพราะกิจกรรมทางด้านพลศึกษานั้นมีหลายชนิด ซึ่งแต่ละกิจกรรมจะพัฒนาอวัยวะของร่างกายแตกต่างกันไปด้วย การพลศึกษาจึงเป็นเครื่องมือที่สำคัญยิ่งที่จะช่วยพัฒนาคนให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดีมีประสิทธิภาพ ซึ่งย่อมเป็นพื้นฐานในการเคลื่อนไหวการดำรงชีวิต การประกอบกิจกรรมต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพ (สมศักดิ์ ศิรินันต์, 2544 : 129) การที่บุคคลได้ออกกำลังกายอยู่เสมอและถูกวิธีนั้น จะช่วยให้เซลล์ เนื้อเยื่อ อวัยวะ และระบบการทำงานของร่างกายมีการพัฒนาและทำงานได้ดียิ่งขึ้น เพราะเมื่อร่างกายเราแข็งแรงสมบูรณ์แล้วทำให้ร่างกายสามารถที่จะประกอบภารกิจหรือกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างว่องไว กระฉับกระเฉง การเคลื่อนไหวท่าทาง การแสดงออกของร่างกายก็จะสง่างาม และช่วยปรับปรุงส่งเสริมบุคลิกภาพโดยทั่วไปให้ดีขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการพลศึกษาสร้างคนให้มีสมรรถภาพทางกายทุกด้านอย่างดีที่สุดดังนั้นสถาบันการศึกษา จึงเป็นสถาบันที่สำคัญอย่างยิ่งต่อการที่จะส่งเสริมสมรรถภาพและสุขภาพของนักเรียนนิสิตนักศึกษาและสมาชิกในชุมชน เพราะสถาบันการศึกษามีสถานที่ อุปกรณ์ และบุคลากรที่มีความรู้หลายด้านเพื่อที่จะช่วยเหลือได้เป็นอย่างดี (วุฒิพงษ์

ปรมัตถการ, 2537 : 100)

เอกรินทร์ สีมหาศาล (2544 : 299) ได้ให้ทัศนะของสมรรถภาพทางกายไว้ว่าการที่บุคคลมีสมรรถภาพทางกายดี นอกจากร่างกายจะมีประสิทธิภาพในการทำงานแล้วก่อให้เกิดพัฒนาการด้านอื่น ๆ อีกด้วย คนที่ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอและไม่หักโหมจะทำให้มีสมรรถภาพทางกายอยู่ในระดับดี เช่น สามารถปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้ติดต่อกันเป็นเวลานาน กล้ามเนื้อแข็งแรง ไม่อ่อน หัวใจทำงานได้ดี วุฒิพงษ์ ปรมัตถการ (2537 : 77) กล่าวว่า สมรรถภาพทางกายตลอดชั่วชีวิตของเราจะดีขึ้นเรื่อย ๆ จากวัยเด็กจนถึงจุดสูงสุดในช่วงอายุ 25 - 30 ปี ต่อจากนั้นจะค่อยลดลงตามลำดับ ดังนั้นการมีสุขภาพที่ดีจะเป็นรากฐานของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี วรรณศักดิ์ เพียรชอบ (2527 : 89) ได้กล่าวว่า การที่บุคคลจะมีสมรรถภาพทางกายที่ดีได้นั้น ควรจะได้มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทุกวัน โดยเฉพาะในวัยเรียนต้องให้นักเรียนทุกคนได้เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาที่โรงเรียนจัดขึ้น เช่น กายบริหาร เกมสกี กีฬา กิจกรรมเข้าจังหวะต่าง ๆ ฯลฯ ซึ่งจะช่วยสร้างเสริมและแก้ไขข้อบกพร่องทางด้านร่างกายของนักเรียนที่เข้าร่วมในกิจกรรมเหล่านี้ ให้เป็นผู้มีสมรรถภาพทางกายดี มีสุขภาพสมบูรณ์ ในการจัดการศึกษาจึงมีความจำเป็นที่จะต้องส่งเสริมให้มีการเรียนการสอนและการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนให้ครบในทุก ๆ ด้านอย่างจริงจัง แต่ทั้งนี้ต้องอาศัยผู้นำที่มีความสามารถในกิจกรรมต่าง ๆ และแนะนำนักเรียนให้มีส่วนร่วมอย่างมีแบบแผนถูกต้องตามหลักวิชาการ ตามความต้องการและความสนใจของนักเรียนด้วยจึงจะบังเกิดผลอย่างแท้จริง

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2544 : 5) เล็งเห็นความสำคัญและความจำเป็นของสมรรถภาพทางกายของเด็กอย่างชัดเจน จึงได้กำหนดสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ไว้ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 บางส่วน ดังนี้

สาระที่ 3 : การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬา สังคม
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

สาระที่ 4 : การเสริมสร้างสุขภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงด้านสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

จากหลักสูตร และความสำคัญของสมรรถภาพทางกาย จะเห็นว่าสมรรถภาพทางกายนั้นมี

ความสำคัญต่อเด็กเป็นอย่างมาก เนื่องจากเด็กที่มีสมรรถภาพทางร่างกายที่ดี สามารถบ่งบอกได้ว่า มีสุขภาพดีตามไปด้วย เมื่อเด็กมีสุขภาพดีก็สามารถดำรงชีวิตและปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพและความสุข

ในปัจจุบันมีหลายหน่วยงานที่ให้ความสำคัญกับสมรรถภาพทางกายของนักเรียน เช่น กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้จัดโครงการส่งเสริมสุขภาพ สำหรับเด็กในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อจัดบริการสุขภาพและส่งเสริมสุขภาพที่ดีแก่นักเรียนอย่างสม่ำเสมอ และทั่วถึง โดยให้โรงเรียนกำหนดเป็นนโยบายมอบหมายให้ครูจัดทำแผนการดำเนินงาน เตรียมสถานที่ อุปกรณ์ และการดำเนินการจัดกิจกรรมในโรงเรียนให้ครบทุกกระบวนการ พร้อมกันนี้ได้แต่งตั้งคณะกรรมการเพื่อการประเมินผลการจัดดำเนินการในโครงการนี้ โดยกำหนดเกณฑ์การประเมินผลกระบวนการจัดกิจกรรมไว้ 10 องค์ประกอบ และองค์ประกอบที่ 4 ระบุไว้ว่า “มีการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ” (กรมอนามัย, 2549 : 2) โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1,เขต 2 และเขต 3 ก็เป็นหน่วยงานหนึ่งที่ได้จัดให้โรงเรียนเข้าร่วมโครงการดังกล่าวด้วย จึงจะต้องมีการวางแผนเตรียมความพร้อมทุกอย่าง เพื่อดำเนินการให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข นอกจากนั้นสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี (2542 : 10) ได้กำหนดมาตรฐานการศึกษาเพื่อการประเมินคุณภาพภายนอกไว้ในมาตรฐานที่ 10 ว่า “ผู้เรียนมีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี” โดยมีตัวบ่งชี้ 5 ข้อ ดังนี้ คือ

1. มีน้ำหนัก ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน
2. มีสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์มาตรฐาน
3. ร่าเริงแจ่มใส มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับครู เพื่อน และบุคคลทั่วไป
4. รู้จักดูแลสุขภาพและป้องกันตัวเองไม่ให้เกิดอุบัติเหตุ
5. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับโทษของสิ่งเสพติด และสิ่งมอมเมาไม่เสพสิ่งเสพติด และปลอดจากสิ่งมึนเมา

จากที่ได้กล่าวมาแล้วนี้ จะเห็นได้ชัดเจนว่าสมรรถภาพทางกายมีความจำเป็น และสำคัญยิ่งต่อตัวนักเรียน หากนักเรียนมีสมรรถภาพทางกายที่ไม่ดีพอนั้นหมายความว่า สมรรถภาพของกำลังคนที่ด้อยเป็นผลทำให้เกิดความกระทบกระเทือนต่อระบบเศรษฐกิจ การเมือง และการทหาร ซึ่งจะส่งผลต่อความมั่นคงของชาติในอนาคต ด้วยเหตุนี้ สมรรถภาพทางกายจึงมีบทบาทสำคัญในการดำรงชีวิต และประกอบภารกิจประจำวันของนักเรียน จึงจำเป็นที่จะต้องสร้างเสริมร่างกายตนเองให้มีสมรรถภาพทางกายที่ได้อย่างเพียงพอ การออกกำลังกายสม่ำเสมอที่ดี หรือการเข้าร่วมกีฬาทั้งประเภทเดี่ยวและประเภทชุด หรือกีฬาสนันทนาการที่อาจจะเลือกเล่นได้ในเวลาว่างก็ดี หรือ

เป็นกิจกรรมทางด้านพลศึกษาต่าง ๆ ก็นับว่าเป็นช่องทางที่จะก่อให้เกิดสมรรถภาพทางกายทั้งสิ้น สมรรถภาพทางกายมีความจำเป็นสำหรับคนทุกเพศและทุกวัย ในส่วนของเยาวชนซึ่งคือนักเรียน จะเจริญเติบโตต่อไปในอนาคต เป็นกำลังสำคัญของชาติจำเป็นต้องมีการส่งเสริมให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดี เพื่อเป็นเยาวชนที่จะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

ในปัจจุบันสมรรถภาพทางกายของนักเรียนส่วนมากจะถูกทอดทิ้งและมองข้ามไป โดยจะมุ่งเน้นและส่งเสริมแต่เฉพาะทางด้านสติปัญญาเป็นสำคัญ ซึ่งเราจะเห็นได้จากโครงสร้างหลักสูตร การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ประกอบด้วย สาระการเรียนรู้หลัก 8 กลุ่มสาระ กลุ่มสาระ ที่ 5 คือ สุขศึกษาและพลศึกษา มีการจัดการเรียนการสอนเพียง 1 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ประกอบกับความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ทำให้เวลาเรียนของนักเรียนไม่ครบ 100 เปอร์เซ็นต์ โรงเรียนเปิดบ้างปิดบ้างทำให้เวลาเรียนไม่เต็มที่ การเรียนการสอนในวิชาพลศึกษาซึ่งมีอยู่น้อยมาก อาจจะไม่เพียงพอต่อการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของนักเรียนให้แข็งแรงสมบูรณ์ได้ทุกส่วน การออกกำลังกายเป็นการออกกำลังกายตามสบายตามใจชอบของนักเรียน ออกกำลังกายแบบไม่มีหลักการบริหารเฉพาะส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ทำให้บางส่วนของร่างกายไม่ได้รับการสร้างเสริมสมรรถภาพที่ดี ทำให้บางส่วนของร่างกายไม่แข็งแรงสมบูรณ์ และกิจวัตรประจำวันของนักเรียน ในจังหวัดปัตตานีก็แตกต่างกับจังหวัดอื่น ๆ ที่อยู่ห่างไกลออกไป ซึ่งอันที่จริงแล้วสมรรถภาพทางกายเป็นสิ่งจำเป็น และสำคัญยิ่งต่อการประกอบภารกิจในชีวิตประจำวันของนักเรียนทุกคน ตามที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำวิจัยเรื่องสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี เพื่อต้องการทราบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานีมีสมรรถภาพทางกายเป็นอย่างไร เพื่อนำผลการวิจัยมาวางแผนในการดำเนินการส่งเสริมสมรรถภาพทางกายของนักเรียนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติของคะแนนสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี
2. เพื่อเปรียบเทียบเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

สมมติฐานของการวิจัย

เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการ ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา มีความแตกต่างกัน

ความสำคัญและประโยชน์ของการวิจัย

1. ทำให้ทราบผลการเปรียบเทียบเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา
2. ได้เกณฑ์ปกติของสมรรถภาพทางกายทุกด้าน ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี
3. เพื่อนำผลในการศึกษาไปใช้ในการปรับปรุงด้านการเรียนการสอนหรือการจัดกิจกรรมการเรียนทางพลศึกษาเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย
4. เพื่อนำผลจากการศึกษามาใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนาและมาปรับปรุงจากส่วนที่บกพร่อง รวมทั้งยกระดับมาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนให้สูงขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี จำนวน 11,294 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี จำนวน 564 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling)
3. เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษา ใช้ทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี แบบทดสอบมี 8 รายการ ดังนี้ คือ (กรมพลศึกษา, 2539 : 70)
 1. วิ่งเร็ว 50 เมตร (50 Meter Sprint)
 2. ยืนกระโดดไกล (Standing broad Jump)

3. แรงบีบมือ (Grip Strength)
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (30 Second Sit-up)
5. ดึงข้อ (Pull-Up)
 - 5.1 ดึงข้อ สำหรับนักเรียนชาย
 - 5.2 งอแขนห้อยตัว สำหรับนักเรียนหญิง
6. วิ่งเก็บของ 40 เมตร (40 Meter Shuttle Run)
7. งอตัวไปข้างหน้า (Trunk Forward Flexion)
8. วิ่งระยะไกล (Distance Run)
 - 8.1 วิ่ง 1,000 เมตร สำหรับนักเรียนชาย
 - 8.2 วิ่ง 800 เมตร สำหรับนักเรียนหญิง
4. ตัวแปร (Variables) ในการศึกษาครั้งนี้ว่า
 - 4.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) ได้แก่
 - 4.1.1 นักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี
 - 4.1.2 นักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา
 - 4.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variables) ได้แก่ เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกาย

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. การทดสอบสมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness Test) แต่ละรายการให้ผู้รับการทดสอบกระทำรายการละ 2 ครั้ง เอาผลการทดสอบครั้งที่ดีที่สุด
2. ไม่ควบคุมตัวแปรเกี่ยวกับอุณหภูมิ ความชื้นของอากาศ ขณะที่ทำการทดลอง รวมทั้งการพักผ่อน สุขภาพอนามัยของนักเรียน
3. ในการทดสอบทุกครั้ง กลุ่มตัวอย่างแต่งกายด้วยชุดฝึกที่สะดวกและปลอดภัย

คำนิยามศัพท์เฉพาะ

สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการที่จะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งในกิจกรรมนั้นจะต้องใช้ความสามารถของการ

ทำงานของอวัยวะและระบบต่าง ๆ ในร่างกายเป็นสำคัญ มีองค์ประกอบสำคัญที่เป็นพื้นฐานของสมรรถภาพทางกาย คือ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscular Strength) ความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscular Endurance) กำลังของกล้ามเนื้อ (Muscular Power) ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ (Muscular Flexibility) สมรรถภาพของหัวใจและเส้นเลือด (Cardiovascular) และการประสานงานของประสาทและกล้ามเนื้อ (Neuromuscular Coordination) (วุฒิพงษ์ ปรมัตถากร, 2537 : 100)

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 หมายถึง เขตที่มีการจัดการ และรับผิดชอบ การศึกษาระดับต่าง ๆ ในจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย 4 อำเภอ คือ อำเภอเมือง อำเภอหนองจิก อำเภอปะนาเระ และอำเภอยะหริ่ง

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 2 หมายถึง เขตที่มีการจัดการ และรับผิดชอบ การศึกษาระดับต่าง ๆ ในจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย 4 อำเภอ คือ อำเภอโคกโพธิ์ อำเภอมายอ อำเภอแม่ลาน และอำเภอยะรัง

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 3 หมายถึง เขตที่มีการจัดการ และรับผิดชอบ การศึกษาระดับต่าง ๆ ในจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย 4 อำเภอ คือ อำเภอสาบบุรี อำเภอทุ่งยางแดง อำเภอไม้แก่น และอำเภอกะพ้อ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หมายถึง นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนที่อยู่ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1, เขต 2 และเขต 3

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย(Physical Fitness Test)หมายถึง แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษา ใช้ทดสอบนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1, เขต 2 และ เขต 3 ซึ่งแบบทดสอบมี 8 รายการ ดังนี้ คือ

1. วิ่งเร็ว 50 เมตร (50 Meter Sprint)
2. ยืนกระโดดไกล (Standing broad Jump)
3. แรงบีบมือ (Grip Strength)
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที (30 Second Sit-up)
5. ดึงข้อ (Pull-Up)
 - 5.1 ดึงข้อ สำหรับนักเรียนชาย
 - 5.2 งอแขนห้อยตัว สำหรับนักเรียนหญิง
6. วิ่งเก็บของ 40 เมตร (40 Meter Shuttle Run)

7. งอตัวไปข้างหน้า (Trunk Forward Flexion)

8. วิ่งระยะไกล (Distance Run)

8.1 วิ่ง 1,000 เมตร สำหรับนักเรียนชาย

8.2 วิ่ง 800 เมตร สำหรับนักเรียนหญิง

(กรมพลศึกษา, 2539 : 70) (รายละเอียดดังภาคผนวก ก)