

## บทที่ 4

### ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง สมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและผลการวิจัยโดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 รายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี

ตอนที่ 2 ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี จำแนกตามรายการทดสอบ

ตอนที่ 3 เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกาย จากผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี จำแนกตามรายการทดสอบ

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

#### สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิจัยครั้งนี้ ได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลไว้เพื่อความสะดวกและแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูลให้เกิดความเข้าใจตรงกัน จึงกำหนดไว้ดังนี้

n	หมายถึง ขนาดหรือจำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	หมายถึง ค่าเฉลี่ย
S.D.	หมายถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	หมายถึง ค่าการทดสอบที่ (t-value)
*	หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. รายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 564 คน โดยจำแนกตามตัวแปร เขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ และเขตพื้นที่การศึกษา

เขตพื้นที่การศึกษา	เพศชาย		เพศหญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เขต 1	97	33.22	91	33.45
เขต 2	97	33.22	91	33.45
เขต 3	98	33.56	90	33.10
	292	100.00	272	100.00

จากตาราง 2 แสดงถึงรายละเอียดข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเขตพื้นที่การศึกษา เขต 1 เป็นนักเรียนเพศชาย จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 33.22 เป็นนักเรียนเพศหญิง จำนวน 91 คน คิดเป็นร้อยละ 33.45 เขต 2 เป็นนักเรียนเพศชาย จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 33.22 เป็นนักเรียนเพศหญิง จำนวน 91 คน คิดเป็นร้อยละ 33.45 เขต 3 เป็นนักเรียนเพศชาย จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 33.56 เป็นนักเรียนเพศหญิง จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 33.10

2. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี ปรากฏผลในตารางที่ 3-11

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายในการวิ่งเร็ว 50 เมตร ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขตพื้นที่ การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี

เขตพื้นที่ การศึกษา	วิ่งเร็ว 50 เมตร			
	เพศชาย		เพศหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
เขต 1	9.13	1.97	9.84	1.60
เขต 2	8.98	1.45	9.58	1.29
เขต 3	8.87	2.00	10.10	1.36
	8.87	1.37	9.85	1.43

จากตาราง 3 พบว่า จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ในการวิ่งเร็ว 50 เมตร ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี โดยส่วนรวมนักเรียนชาย มีค่าเฉลี่ย 8.87 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.37 ส่วนนักเรียนหญิง มีค่าเฉลี่ย 9.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.43

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายในการยืน ระเบิดไกล ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี

เขตพื้นที่ การศึกษา	ยืนระเบิดไกล			
	เพศชาย		เพศหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
เขต 1	154.77	19.11	134.00	18.97
เขต 2	151.41	22.33	140.65	17.77
เขต 3	156.83	25.28	141.66	20.06
	154.48	22.43	138.77	19.11

จากตาราง 4 พบว่า จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ในการยื่นกระโดดไกล ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี โดยส่วนรวมนักเรียนชาย มีค่าเฉลี่ย 154.48 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 22.43 ส่วนนักเรียนหญิง มีค่าเฉลี่ย 138.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 19.11

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายแรงบีบมือ ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี

เขตพื้นที่การศึกษา	แรงบีบมือ			
	เพศชาย		เพศหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
เขต 1	18.85	5.57	17.58	3.54
เขต 2	18.78	5.06	18.24	4.23
เขต 3	20.52	6.67	17.86	4.52
	19.39	5.86	17.91	4.11

จากตาราง 5 พบว่า จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย แรงบีบมือ ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี โดยส่วนรวมนักเรียนชาย มีค่าเฉลี่ย 19.39 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.86 ส่วนนักเรียนหญิง มีค่าเฉลี่ย 17.91 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.11

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายในการ ลูก-นั่ง 30 วินาที ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และจังหวัดปัตตานี

เขตพื้นที่การศึกษา	ลูก-นั่ง 30 วินาที			
	เพศชาย		เพศหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
เขต 1	20.94	5.82	18.17	5.48
เขต 2	20.07	4.98	17.34	5.47
เขต 3	19.21	5.17	17.58	5.61
	20.12	5.37	17.67	5.51

จากตาราง 6 พบว่า จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย การลูก-นั่ง 30 วินาที ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี โดยส่วนรวมนักเรียนชาย มีค่าเฉลี่ย 20.12 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.37 ส่วนนักเรียนหญิง มีค่าเฉลี่ย 17.67 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.51

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายในการดึงข้อ (ชาย) และงอแขนห้อยตัว (หญิง) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี

เขตพื้นที่การศึกษา	ดึงข้อ		งอแขนห้อยตัว	
	เพศชาย		เพศหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
เขต 1	6.58	5.98	9.83	8.13
เขต 2	7.17	5.74	10.62	10.09
เขต 3	7.19	5.29	9.02	5.84
	7.00	5.67	9.78	8.19

จากตาราง 7 พบว่า จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ในการดึงข้อ (ชาย) และงอแขน  
 ห้อยตัว (หญิง) ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี  
 โดยส่วนรวมนักเรียนชายดึงข้อ มีค่าเฉลี่ย 7.00 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.67 ส่วนนักเรียนหญิง  
 งอแขนห้อยตัว มีค่าเฉลี่ย 9.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.19

ตาราง 8 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายในการวิ่งเก็บ  
 ของ 40 เมตร ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขต  
 พื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี

เขตพื้นที่ การศึกษา	วิ่งเก็บของ 40 เมตร			
	เพศชาย		เพศหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
เขต 1	12.21	1.64	13.32	1.64
เขต 2	12.74	1.65	13.60	2.23
เขต 3	12.62	1.99	13.78	1.89
	12.50	1.76	13.58	2.07

จากตาราง 8 พบว่า จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ในการวิ่งเก็บของ 40 เมตร  
 ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี  
 โดยส่วนรวมนักเรียนชาย มีค่าเฉลี่ย 12.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.76 ส่วนนักเรียนหญิง มี  
 ค่าเฉลี่ย 13.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.07

ตาราง 9 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายในการงอตัวไปข้างหน้า ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี

เขตพื้นที่การศึกษา	งอตัวไปข้างหน้า			
	เพศชาย		เพศหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
เขต 1	7.48	6.03	7.71	4.67
เขต 2	7.75	4.70	8.33	4.69
เขต 3	7.42	6.50	8.57	4.77
	7.52	5.79	8.24	4.69

จากตาราง 9 พบว่า จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ในการงอตัวไปข้างหน้า ของนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี โดยส่วนรวมนักเรียนชาย มีค่าเฉลี่ย 7.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.79 ส่วนนักเรียนหญิง มีค่าเฉลี่ย 8.24 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.69

ตาราง 10 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายในการวิ่ง 1,000 เมตร (ชาย) และวิ่ง 800 เมตร (หญิง) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ในเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1 เขต 2 เขต 3 และในจังหวัดปัตตานี

เขตพื้นที่การศึกษา	วิ่ง 1,000 เมตร		วิ่ง 800 เมตร	
	เพศชาย		เพศหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
เขต 1	7.25	1.98	6.75	2.23
เขต 2	6.96	1.72	6.87	1.60
เขต 3	7.03	1.50	8.04	2.47
	7.08	1.75	7.22	2.19

จากตาราง 10 พบว่า จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ในการวิ่ง 1,000 เมตร (ชาย) และวิ่ง 800 เมตร (หญิง) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี โดยส่วนรวมนักเรียนชาย มีค่าเฉลี่ย 7.08 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.75 ส่วนนักเรียนหญิง มีค่าเฉลี่ย 7.22 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.19

**ตาราง 11** ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายทุกรายการ ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียน ในจังหวัดปัตตานี

รายการทดสอบ	นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. วิ่งเร็ว 50 เมตร	8.87	1.37	9.85	1.43
2. ยืนกระโดดไกล	154.48	22.43	138.77	19.11
3. แรงบีบมือ	19.39	5.86	17.91	4.11
4. ลูก-นั่ง 30 วินาที	20.12	5.37	17.67	5.51
5. ก. ดึงข้อ (ชาย)	7.00	5.67	-	-
ข. งอแขนห้อยตัว (หญิง)	-	-	9.78	8.19
6. วิ่งเก็บของ 40 เมตร	12.50	1.76	13.58	2.07
7. งอตัวไปข้างหน้า	7.52	5.79	8.24	4.69
8. ก. วิ่ง 1,000 เมตร (ชาย)	7.08	1.75	-	-
ข. วิ่ง 800 เมตร (หญิง)	-	-	7.22	2.19

จากตาราง 11 พบว่าจากการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชาย ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ทุกรายการ ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี ได้แก่ วิ่งเร็ว 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 8.87 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.37 ยืนกระโดดไกล มีค่าเฉลี่ย 154.48 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 22.43 แรงบีบมือ มีค่าเฉลี่ย 19.39 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.86 ลูก-นั่ง 30 วินาที มีค่าเฉลี่ย 20.12 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.37 ดึงข้อ มีค่าเฉลี่ย 7.00 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.67 วิ่งเก็บของ 40 เมตร มีค่าเฉลี่ย 12.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.76 งอตัวไปข้างหน้า มีค่าเฉลี่ย 7.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.79 และวิ่ง 1,000 เมตร มีค่าเฉลี่ย 7.08 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.75 ตามลำดับ



สำหรับนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ทุกรายการ ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี ได้แก่ วิ่งเร็ว 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 9.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.43 ยืนกระโดดไกล มีค่าเฉลี่ย 138.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 19.11 แรงบีบมือ มีค่าเฉลี่ย 17.91 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.11 ลูก-นั่ง 30 วินาที มีค่าเฉลี่ย 17.67 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.51 งอแขนห้อยตัว มีค่าเฉลี่ย 9.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.19 วิ่งเก็บของ 40 เมตร มีค่าเฉลี่ย 13.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.07 งอตัวไปข้างหน้า มีค่าเฉลี่ย 8.24 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.69 และวิ่ง 800 เมตร มีค่าเฉลี่ย 7.22 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.19 ตามลำดับ

### 3. เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกาย จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายทุกรายการของนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี

การหาเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายทุกรายการของนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง โดยใช้คะแนนที่ปกติ (Normalized T-score) การแบ่งระดับเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายแบ่งตามเกณฑ์ของชาวอเมริกัน (2520 : 20) โดยใช้ช่วง 1 S.D. ได้เป็น 5 ระดับดังนี้ คือ

ตั้งแต่ T 65 หรือ สูงกว่า	หมายถึง	ดีมาก
ตั้งแต่ T 55-64	หมายถึง	ดี
ตั้งแต่ T 45-54	หมายถึง	ปานกลาง
ตั้งแต่ T 35-44	หมายถึง	พอใช้
ตั้งแต่ T 34 หรือ ต่ำกว่า	หมายถึง	ควรปรับปรุง

การหาเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกาย ปรากฏผลดังตาราง 12-15

ตาราง 12 เกณฑ์ปกติของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ยืนกระโดดไกล แรงบีบมือ ลูก-นั่ง 30 วินาที จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชาย 292 คน

เกณฑ์ปกติ	วิ่งเร็ว 50 เมตร	ยืนกระโดด ไกล	แรงบีบมือ	ลูก-นั่ง 30 วินาที	เกณฑ์ปกติ
80					80
79					79
78					78
77					77
76	6.10	203			76

ตาราง 12 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ขึ้นกระโดดไกล แรงบีบมือ ลูก-นั่ง  
30 วินาที จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชาย 292 คน

เกณฑ์ปกติ	วิ่งเร็ว 50 เมตร	ขึ้นกระโดด ไกล	แรงบีบมือ	ลูก-นั่ง 30 วินาที	เกณฑ์ปกติ	
75	ดี				75	ดี
74	ม			29	74	ม
73	า				73	า
72	ก	200			72	ก
71		198			71	
70		195	38.30		70	
69		194			69	
68				28	68	
67		190	36.40		67	
66					66	
65		189	30.70		65	
64			26.90	27	64	
63			25.90		63	
62		185	24.40		62	
61			23.90		61	
60		183	23.80	26	60	
59	ดี	179	23.50		59	ดี
58		175	22.60	25	58	
57		170	21.90		57	
56		168	21.20	24	56	
55		165	20.80		55	

ตาราง 12 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ขึ้นกระโดดไกล แรงบีบมือ ลูก-นั่ง  
30 วินาที จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชาย 292 คน

เกณฑ์ปกติ	วิ่งเร็ว 50 เมตร	ขึ้นกระโดด ไกล	แรงบีบมือ	ลูก-นั่ง 30 วินาที	เกณฑ์ปกติ		
54	ป	8.23	163	20.30	23	54	ป
53	า	8.35	160	19.70		53	า
52	น	8.42	159	19.00	22	52	น
51	ก	8.72	155	18.50	21	51	ก
50	ล	8.82		18.00		50	ล
49	า	8.94	151	17.50	20	49	า
48	ง	9.11	150	17.10	48	48	ง
47		9.34	148	16.70	18	47	
46		9.48	146	16.30		46	
45		9.78	145	16.00		45	
44		9.84	143	15.70	17	44	
43		9.96	142	15.40		43	
42		10.04	140	15.10		42	
41		10.18	135	14.90	16	41	
40	พ	10.36	133	14.60	15	40	พ
39	อ	10.68	130	14.30		39	อ
38	ใ	10.84	127	14.20	14	38	ใ
37	ซ้	11.02	120	13.90		37	ซ้
36			117	13.80	13	36	
35		11.45		13.70		35	
34		11.89	115	13.30	12	34	
33		12.88		13.00		33	
32		13.18	110	12.90	11	32	

ตาราง 12 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ยืนกระโดดไกล แรงบีบมือ ลูก-นั่ง  
30 วินาที จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชาย 292 คน

เกณฑ์ปกติ	วิ่งเร็ว 50 เมตร	ยืนกระโดด ไกล	แรงบีบมือ	ลูก-นั่ง 30 วินาที	เกณฑ์ปกติ	เกณฑ์ปกติ
31	ค	13.54		10	31	ค
30	ว			5	30	ว
29	ร		108	4	29	ร
28	ป	14.93			28	ป
27	รั	15.81	107		27	รั
26	บ			3	26	บ
25	ป				25	ป
24	รุ		104	11.40	24	รุ
23	ง	16.20			23	ง
22					22	
21			100	2.18	21	
20					20	

จากตาราง 12 พบว่า เกณฑ์ปกติของการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนชาย  
รายการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร มีคะแนนดิบตั้งแต่ 6.10-16.20 วินาที ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่า  
ตั้งแต่ T76 – T23 เมื่อเปรียบเทียบกับวินาที ปรากฏผลดังนี้ ทำเวลาได้ตั้งแต่ 6.44 วินาทีลงมาอยู่  
ในระดับดีมาก 6.45-8.15 วินาที อยู่ในระดับดี 8.16-9.78 วินาที อยู่ในระดับปานกลาง 9.79-11.45  
วินาที อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 11.46 วินาทีขึ้นไป อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบยืนกระโดดไกล มีคะแนนดิบตั้งแต่ 100-203 เซนติเมตร ตรงกับคะแนน  
ที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T21 – T76 เมื่อเปรียบเทียบกับเซนติเมตร ปรากฏผลดังนี้ ได้ระยะทาง ตั้งแต่  
189 เซนติเมตรขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 165-188 เซนติเมตร อยู่ในระดับดี 145-164 เซนติเมตร  
อยู่ในระดับปานกลาง 117-144 เซนติเมตร อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 116 เซนติเมตรลงมา  
อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบแรงบีบมือ มีคะแนนดิบตั้งแต่ 2.18-38.30 กิโลกรัม ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T21 – T70 เมื่อเปรียบเทียบกับกิโลกรัม ปรากฏผลดังนี้ ได้น้ำหนักตั้งแต่ 30.70 กิโลกรัมขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 20.80-30.69 กิโลกรัม อยู่ในระดับดี 16.00-20.79 กิโลกรัม อยู่ในระดับปานกลาง 13.70-15.99 กิโลกรัม อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 13.69 กิโลกรัมลงมา อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบลุก-นั่ง 30 วินาที มีคะแนนดิบตั้งแต่ 3-29 ครั้ง ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T26 – T74 เมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนครั้ง ปรากฏผลดังนี้ ได้จำนวนครั้งตั้งแต่ 28 ครั้งขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 24-27 ครั้ง อยู่ในระดับดี 18-23 ครั้ง อยู่ในระดับปานกลาง 13-17 ครั้ง อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 12 ครั้งลงมา อยู่ในระดับควรปรับปรุง

**ตาราง 13** เกณฑ์ปกติของการทดสอบดึงข้อ วิ่งเก็บของ 40 เมตร งอตัวไปข้างหน้า วิ่งระยะไกล จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชาย 292 คน

เกณฑ์ปกติ	ดึงข้อ	วิ่งเก็บของ 40 เมตร	งอตัวไป ข้างหน้า	วิ่งระยะไกล	เกณฑ์ปกติ
80					80
79	24	10.17			79
78					78
77				4.22	77
76		10.29	23.9		76
75					75
74				5.02	74
73		10.42			73
72	ดี			5.05	72
71	ม	22	21.9	5.06	71
70	า		10.45	20.5	70
69	ก	20	10.46		69
68				5.07	68
67			20.3	5.10	67
66		19	10.51	19.1	66
		17			66

ตาราง 13 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบคิงซ์ วึ่งเก็บของ 40 เมตร งอตัวไปข้างหน้า วึ่ง  
ระยะไกล จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชาย 292 คน

เกณฑ์ปกติ	คิงซ์	วึ่งเก็บของ 40 เมตร	งอตัวไป ข้างหน้า	วึ่งระยะไกล	เกณฑ์ปกติ		
65	16	10.56			65		
64		10.61	17.9	5.12	64		
63	15	10.78	17.4	5.14	63		
62		10.79	14.9	5.21	62		
61	ดี	14	10.85	14	5.24	61	ดี
60		13	10.92	13.1	5.25	60	
59		12	11.04	12.5	5.29	59	
58		11	11.14	12	5.35	58	
57			11.30	10.7	5.45	57	
56		9	11.39	10.2	5.79	56	
55			11.48	9.9	6.03	55	
54		8	11.56	9.8	6.13	54	
53	ป	7	11.69	9.3	6.23	53	ป
52	า		11.75	8.8	6.27	52	า
51	น	6	11.90	7.8	6.45	51	น
50	ก		12.08	7.5	7.01	50	ก
49	ล	5	12.41	6.8	7.14	49	ล
48	า	4	12.57	6.4	7.27	48	า
47	ง		12.79	6	7.31	47	ง
46		3	12.89	5.6	7.46	46	
45			13.03	5.2	7.58	45	
44			13.21	4.8	8.10	44	
43			13.32	4.4	8.20	43	

ตาราง 13 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบคิงซ์ วึ่งเก็บของ 40 เมตร งอตัวไปข้างหน้า วึ่ง  
ระยะไกล จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชาย 292 คน

เกณฑ์ปกติ	คิงซ์	วึ่งเก็บของ 40 เมตร	งอตัวไป ข้างหน้า	วึ่งระยะไกล	เกณฑ์ปกติ		
42	2	13.36	4.3	8.27	42		
41		13.53	3.8	8.37	41		
40	พ	13.77	3.5	8.50	40	พ	
39	อ	1	13.86	2.8	9.00	39	อ
38	ใ		14.47	2.3	9.27	38	ใ
37	ช้		14.67	1.8	9.36	37	ช้
36			14.80	1.2	9.40	36	
35			15.31	-0.4	9.53	35	
34			15.81	-0.5	9.55	34	
33			15.82	-0.7	10.32	33	
32		0	17	-1.3	10.68	32	
31	ค		17.37	-2	11.36	31	ค
30	ว		17.90		12.14	30	ว
29	ร		17.94	-2.3	12.16	29	ร
28	ป		18.22		12.17	28	ป
27	รั		18.77		12.23	27	รั
26	บ		18.90		12.44	26	บ
25	ป			-2.6		25	ป
24	รุ				13.41	24	รุ
23	ง		20.77			23	ง
22						22	
21				-7.1	14.36	21	
20						20	

จากตาราง 13 พบว่า เกณฑ์ปกติของการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชาย รายการทดสอบดึงข้อ มีคะแนนดิบตั้งแต่ 0-24 ครั้ง ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T32 – T79 เมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนครั้ง ปรากฏผลดังนี้ ได้จำนวนครั้งตั้งแต่ 16 ครั้งขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 9-15 ครั้ง อยู่ในระดับดี 3-8 ครั้ง อยู่ในระดับปานกลาง 1-2 ครั้ง อยู่ในระดับพอใช้ และ 0 ครั้ง อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบวิ่งเก็บของ 40 เมตร มีคะแนนดิบตั้งแต่ 10.17-20.77 วินาที ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T79 – T23 เมื่อเปรียบเทียบกับวินาที ปรากฏผลดังนี้ ทำเวลาได้ตั้งแต่ 10.56 วินาทีลงมา อยู่ในระดับดีมาก 10.57-11.48 วินาที อยู่ในระดับดี 11.49-13.03 วินาที อยู่ในระดับปานกลาง 13.04-15.31 วินาที อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 15.32 วินาทีขึ้นไป อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบงอตัวไปข้างหน้า มีคะแนนดิบตั้งแต่ -7.1-23.9 เซนติเมตร ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T21 – T76 เมื่อเปรียบเทียบกับเซนติเมตร ปรากฏผลดังนี้ ได้ระยะทางตั้งแต่ 19.1 เซนติเมตรขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 9.9 - 19.0 เซนติเมตร อยู่ในระดับดี 5.2 - 9.8 เซนติเมตร อยู่ในระดับปานกลาง -0.4 - 5.1 เซนติเมตร อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ -0.5 เซนติเมตรลงมา อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบวิ่งระยะไกล มีคะแนนดิบตั้งแต่ 4.22 - 14.36 นาที ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T77 – T21 เมื่อเปรียบเทียบกับนาที ปรากฏผลดังนี้ ทำเวลาได้ตั้งแต่ 5.11 นาทีลงมา อยู่ในระดับดีมาก 6.03-5.12 นาที อยู่ในระดับดี 7.58-6.04 นาที อยู่ในระดับปานกลาง 7.59-9.53 นาที อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 9.54 นาทีขึ้นไป อยู่ในระดับควรปรับปรุง

ตาราง 14 เกณฑ์ปกติของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ยืนกระโดดไกล แร้งปีบมือ ลูก-นั่ง 30 วินาที จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิง 272 คน

เกณฑ์ปกติ	วิ่งเร็ว 50 เมตร	ยืนกระโดด ไกล	แร้งปีบมือ	ลูก-นั่ง 30 วินาที	เกณฑ์ปกติ
80					80
79	6.24				79
78					78
77			31.9		77
76	6.46	195			76



ตาราง 14 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ขึ้นกระโดดไกล แรงบีบมือ ลูก-นั่ง  
30 วินาที จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิง 272 คน

เกณฑ์ปกติ	วิ่งเร็ว 50 เมตร	ขึ้นกระโดด ไกล	แรงบีบมือ	ลูก-นั่ง 30 วินาที	เกณฑ์ปกติ
75 ดี	6.62			27	75 ดี
74 ม					74 ม
73 ำ	6.70				73 ำ
72 ก			29.2		72 ก
71	6.78	185			71
70	6.90		28.6		70
69	6.95	182	27.4		69
68	7.09	180	27.1	26	68
67	7.15	175	26.7	25	67
66		173	25.6		66
65	7.31	171	24.7	24	65
64	7.44	167	24.1		64
63	7.72	165	24.0	23	63
62	7.98	163	22.7		62
61	8.36	160	21.9	22	61
60 ดี	8.61	157	21.3		60 ดี
59	8.82		20.8		59
58	8.89	155	20.4		58
5756	8.96	153	19.9		57
55	9.06	150	19.5	21	56
	9.21	149	19.1		55
54	9.38	147	18.7		54
53	9.46	142	18.4	20	53
52	9.60	140	18.1		52

ตาราง 14 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ขึ้นกระโดดไกล แรงบีบมือ ลูก-นั่ง  
30 วินาที จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิง 272 คน

เกณฑ์ปกติ	วิ่งเร็ว 50 เมตร	ขึ้นกระโดด ไกล	แรงบีบมือ	ลูก-นั่ง 30 วินาที	เกณฑ์ปกติ		
51	ป	9.72	139	17.8	51	ป	
50	า	9.77	135	17.6	19	50	า
49	น	9.93	134	17.5	18	49	น
48	ก	10.04	131	17.0		48	ก
47	ล	10.27		16.7	17	47	ล
46	า	10.47	130	16.4	16	46	า
45	ง	10.57	127	15.9	15	45	ง
44		10.76	126	15.7	14	44	
43		10.86	125	15.4		43	
42		11.04	124	15.1	13	42	
41		11.07	122	14.8	12	41	
40	พ	11.24	121	13.9		40	พ
39	อ	11.41	120	13.3	11	39	อ
38	ใ	11.61	117	13.2		38	ใ
37	ช	11.70	116	13.0	10	37	ช
36		11.96	115	12.7		36	
35		12.04	111	12.3	9	35	
34		12.07		11.9		34	
33		12.16	110	11.5	8	33	
32		12.39		11.0	6	32	
31		12.63	107	10.9	5	31	
30						30	

ตาราง 14 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ยืนกระโดดไกล แร้งบีบมือ ลูก-นั่ง  
30 วินาที จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิง 272 คน

	เกณฑ์ปกติ	วิ่งเร็ว 50 เมตร	ยืนกระโดด ไกล	แร้งบีบมือ	ลูก-นั่ง 30 วินาที	เกณฑ์ปกติ
29	ค	12.96	105		4	29 ค
28	ว					28 ว
27	ร		104			27 ร
26	ป	13.15		10.5		26 ป
25	รั				3	25 รั
24	บ					24 บ
23	ป		100			23 ป
22	รุ					22 รุ
21	ง	13.54		3.5		21 ง

จากตาราง 14 พบว่า เกณฑ์ปกติของการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนหญิง  
รายการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร มีคะแนนดิบตั้งแต่ 6.24-13.54 วินาที ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่า  
ตั้งแต่ T79 – T21 เมื่อเปรียบเทียบกับวินาที ปรากฏผลดังนี้ ทำเวลาได้ตั้งแต่ 7.31 วินาทีลงมา  
อยู่ในระดับดีมาก 7.32-9.21 วินาที อยู่ในระดับดี 9.22-10.57 วินาที อยู่ในระดับปานกลาง 10.58-  
12.04 วินาที อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 12.05 วินาทีขึ้นไป อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบยืนกระโดดไกล มีคะแนนดิบตั้งแต่ 100-195 เซนติเมตร ตรงกับคะแนนที่  
ปกติ มีค่าตั้งแต่ T23 – T76 เมื่อเปรียบเทียบกับเซนติเมตร ปรากฏผลดังนี้ ได้ระยะทาง ตั้งแต่  
171 เซนติเมตรขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 149-170 เซนติเมตร อยู่ในระดับดี 127-148 เซนติเมตร  
อยู่ในระดับปานกลาง 111-126 เซนติเมตร อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 110 เซนติเมตรลงมา  
อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบแร้งบีบมือ มีคะแนนดิบตั้งแต่ 3.5-31.9 กิโลกรัม ตรงกับคะแนนที่ปกติ มี  
ค่าตั้งแต่ T21 – T77 เมื่อเปรียบเทียบกับกิโลกรัม ปรากฏผลดังนี้ ได้น้ำหนักตั้งแต่ 24.70  
กิโลกรัมขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 19.10-24.50 กิโลกรัม อยู่ในระดับดี 15.90-19.00 กิโลกรัม อยู่  
ในระดับปานกลาง 12.30-15.80 กิโลกรัม อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 12.20 กิโลกรัมลงมา อยู่

### ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบลูก-นั้ง 30 วินาที มีคะแนนดิบตั้งแต่ 3-27 ครั้ง ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T25 – T75 เมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนครั้ง ปรากฏผลดังนี้ ได้จำนวนครั้งตั้งแต่ 24 ครั้งขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 21-23 ครั้ง อยู่ในระดับดี 15-20 ครั้ง อยู่ในระดับปานกลาง 9-14 ครั้ง อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 8 ครั้งลงมา อยู่ในระดับควรปรับปรุง

ตาราง 15 เกณฑ์ปกติของการทดสอบงอแขนห้อยตัว วิ่งเก็บของ 40 เมตร งอตัวไปข้างหน้า วิ่งระยะไกล จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิง 272 คน

เกณฑ์ปกติ	งอแขน ห้อยตัว	วิ่งเก็บของ 40 เมตร	งอตัวไป ข้างหน้า	วิ่ง ระยะไกล	เกณฑ์ปกติ	
80					80	
79	58.38		22.4	4.03	79	
78					78	
77		10.70			77	
76	ดี 53.10			4.10	76	ดี
75	ม 52.62	10.79	21.7	4.14	75	ม
74	า				74	า
73	ก 48.16				73	ก
72				4.19	72	
71	32.53	10.90	19.1	4.20	71	
70	28.75	10.93		4.21	70	
69	26.82		18.7	4.24	69	
68	26.43		16.3	4.27	68	
67	24.89	11.16	15.8	4.49	67	
66	24.41	11.19	15.5	4.51	66	
65	24.35	11.27	14.9	4.55	65	

ตาราง 15 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบจอเบนห้อยตัว วิ่งเก็บของ 40 เมตร งอตัวไปข้างหน้า  
 วิ่งระยะไกล จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิง 272 คน

เกณฑ์ปกติ	จอเบน ห้อยตัว	วิ่งเก็บของ 40 เมตร	งอตัวไป ข้างหน้า	วิ่ง ระยะไกล	เกณฑ์ปกติ		
64	21.03	11.34	14.0	5.03	64		
63	19.37	11.39	13.4	5.06	63		
62	18.00	11.48	12.9	5.11	62		
61	16.77	11.60	12.2	5.15	61		
60	ดี	16.42	11.76	11.7	5.19	60	ดี
59	15.88	11.89	11.1	5.23	59		
58	14.00	12.06	10.9	5.28	58		
57	13.50	12.16	10.6	5.30	57		
56	12.98	12.37	10.1	5.35	56		
55	11.50	12.41	9.7	5.45	55		
54	10.81	12.50	9.5	6.10	54		
53	ป	10.28	12.70	9.0	6.23	53	ป
52	า	9.37	12.78	8.5	6.32	52	า
51	น	8.58	13.06	8.0	6.56	51	น
50	ก	8.25	13.32	7.7	6.81	50	ก
49	ล	7.50	13.40	7.5	7.25	49	ล
48	า	7.00	13.54	7.7	7.38	48	า
47	ง	6.53	13.62	6.7	7.45	47	ง
46	6.23	13.80	5.3	7.58	46		
45	5.82	13.89	4.7	8.10	45		
44	5.52	14.18	4.2	8.28	44		
43	4.46	14.37	3.9	8.44	43		
42	4.05	14.60	3.3	8.52	42		

ตาราง 15 (ต่อ) เกณฑ์ปกติของการทดสอบจอแบนห้อยตัว วิ่งเก็บของ 40 เมตร งอตัวไปข้างหน้า  
วิ่งระยะไกล จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิง 272 คน

เกณฑ์ปกติ	จอแบน ห้อยตัว	วิ่งเก็บของ 40 เมตร	งอตัวไป ข้างหน้า	วิ่ง ระยะไกล	เกณฑ์ปกติ		
41	3.46	14.80	3.0	8.56	41		
40	พ	3.00	15.14	2.7	9.12	40	พ
39	อ	2.34	15.57	2.3	9.42	39	อ
38	ใ	2.26	16.10	2.1	9.81	38	ใ
37	ช้	2.00	16.77	1.7	10.23	37	ช้
36		1.71	17.16	1.6	10.38	36	
35		1.67	17.60	1.4	11.16	35	
34		1.52	18.34	1.0	11.57	34	
33		1.02	18.44	-0.1	12.14	33	
32		0.66	18.60	-0.4	12.38	32	
31	ค		19.00	-0.5	13.19	31	ค
30	ว		19.14	-0.7	13.33	30	ว
29	ร	0	19.70	-0.8	13.53	29	ร
28	ป		19.72	-1.2	13.57	28	ป
27	ร้					27	ร้
26	บ		19.74		14.26	26	บ
25	ป		20.77		14.53	25	ป
24	รุ			-5.5		24	รุ
23	ง					23	ง
22						22	
21			22.51		14.54	21	
20						20	

จากตาราง 15 พบว่า เกณฑ์ปกติของการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนหญิง รายการทดสอบงอแขนห้อยตัว มีคะแนนดิบตั้งแต่ 0-58.38 วินาที ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่า ตั้งแต่ T29 – T79 เมื่อเปรียบเทียบกับวินาที ปรากฏผลดังนี้ ได้เวลาตั้งแต่ 24.35 วินาทีขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 11.50-24.34 วินาที อยู่ในระดับดี 5.82-11.49 วินาที อยู่ในระดับปานกลาง 1.67-5.81 วินาที อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 1.66 วินาทีลงมา อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบวิ่งเก็บของ 40 เมตร มีคะแนนดิบตั้งแต่ 10.70-22.51 วินาที ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T77 – T21 เมื่อเปรียบเทียบกับวินาที ปรากฏผลดังนี้ ทำเวลาได้ตั้งแต่ 11.27 วินาทีลงมา อยู่ในระดับดีมาก 11.28-12.41 วินาที อยู่ในระดับดี 12.42-13.89 วินาที อยู่ในระดับปานกลาง 13.90-17.60 วินาที อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 17.61 วินาทีขึ้นไป อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบงอตัวไปข้างหน้า มีคะแนนดิบตั้งแต่ -5.5-22.4 เซนติเมตร ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่าตั้งแต่ T24 – T79 เมื่อเปรียบเทียบกับเซนติเมตร ปรากฏผลดังนี้ ได้ระยะทาง ตั้งแต่ 14.9 เซนติเมตรขึ้นไป อยู่ในระดับดีมาก 9.7-14.8 เซนติเมตร อยู่ในระดับดี 4.7-9.6 เซนติเมตร อยู่ในระดับปานกลาง 1.4-4.6 เซนติเมตร อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 1.3 เซนติเมตรลงมา อยู่ในระดับควรปรับปรุง

การทดสอบวิ่งระยะไกล มีคะแนนดิบตั้งแต่ 4.03-14.54 นาที ตรงกับคะแนนที่ปกติ มีค่า ตั้งแต่ T79 – T21 เมื่อเปรียบเทียบกับนาที ปรากฏผลดังนี้ ทำเวลาได้ตั้งแต่ 4.55 นาทีลงมา อยู่ในระดับดีมาก 4.56-5.45 นาที อยู่ในระดับดี 5.46-8.10 นาที อยู่ในระดับปานกลาง 8.11-11.16 นาที อยู่ในระดับพอใช้ และตั้งแต่ 11.17 นาทีขึ้นไป อยู่ในระดับควรปรับปรุง

#### 4. การเปรียบเทียบเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตาราง 16 แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	8.87	1.37	485	1.459
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	8.73	0.77		

จากตาราง 16 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษาไม่แตกต่างกัน

**ตาราง 17** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบยืนกระโดดไกล ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	154.48	22.43	360	-
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	163.50	20.35		3.072**

จากตาราง 17 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบยืนกระโดดไกล ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**ตาราง 18** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบแรงบีบมือ ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	19.39	5.86	109.68	-0.134
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	19.47	4.08		

จากตาราง 18 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบแรงบีบมือ ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษาไม่แตกต่างกัน



**ตาราง 19** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบลูก-นั่ง 30 วินาที ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	20.12	5.37	305	0.087
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	20	4.47		

จากตาราง 19 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบลูก-นั่ง 30 วินาที ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษาไม่แตกต่างกัน

**ตาราง 20** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบดึงข้อ ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	7.00	5.67	311	1.325
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	5.33	3.95		

จากตาราง 20 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบดึงข้อ ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษาไม่แตกต่างกัน

**ตาราง 21** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบวิ่งเก็บของ 40 เมตร ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	12.50	1.76	62.56	4.084**
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	11.68	1.00		

จากตาราง 21 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบวิ่งเก็บของ 40 เมตร ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**ตาราง 22** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบงอตัวไปข้างหน้าของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	8.24	5.79	297.781	7.509**
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	6.43	3.86		

จากตาราง 22 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบงอตัวไปข้างหน้า ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**ตาราง 23** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบวิ่งระยะไกล ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	7.08	1.75	38.517	4.712**
นักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	6.66	4.43		

จากตาราง 23 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบวิ่งระยะไกล ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**ตาราง 24** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	9.85	1.43	307	0.209
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	9.80	1.08		

จากตาราง 24 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 25 แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบยื่นกระโดดไกล ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	138.77	19.11	113.271	-0.429
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	140.00	23.52		

จากตาราง 25 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบยื่นกระโดดไกล ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 26 แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบแรงบีบมือของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปีของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	17.91	4.11	378	-1.650
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	18.64	3.40		

จากตาราง 26 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบแรงบีบมือ ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา ไม่แตกต่างกัน

**ตาราง 27** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบลูก-นึ่ง 30 วินาที ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	17.67	5.51	292	1.910*
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	15.31	6.23		

จากตาราง 27 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบลูก-นึ่ง 30 วินาที ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตาราง 28** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบงอแขน ห้อยตัว ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	9.78	8.19	278.519	8.481**
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	6.50	4.56		

จากตาราง 28 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบงอแขนห้อยตัว ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**ตาราง 29** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบวิ่งเก็บของ 40 เมตรของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	13.58	2.07	324	3.430**
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	12.57	1.47		

จากตาราง 29 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบวิ่งเก็บของ 40 เมตร ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

**ตาราง 30** แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบงอตัวไปข้างหน้า ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	7.52	4.69	241.66	9.585**
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	5.40	2.85		

จากตาราง 30 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบงอตัวไปข้างหน้า ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

ตาราง 31 แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนน การทดสอบวิ่งระยะไกล ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	df	t
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปัตตานี	7.22	2.19	296	1.995*
นักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของกรมพลศึกษา	6.25	3.82		

จากตาราง 31 พบว่า สมรรถภาพทางกายจากการทดสอบวิ่งระยะไกล ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุ 12 ปี ของโรงเรียนในจังหวัดปัตตานี กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05