

**ชื่อเรื่อง** : ผลของการใช้โปรแกรมฝึกสปริงข้อเท้าที่มีผลต่อความสามารถในการยื่นกระดูกโกลของ  
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

**ชื่อผู้วิจัย** : นายธิตี จเร

**ปีการศึกษา** : 2557

### **บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาความสามารถในการยื่นกระดูกโกลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้โปรแกรมฝึกสปริงข้อเท้า กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 จำนวน 10 คน ที่มีทักษะในการยื่นกระดูกโกลต่ำกว่าเกณฑ์ ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนเซนต์โยเซฟคอนเวนต์ กรุงเทพมหานคร

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) โปรแกรมการฝึกใช้โปรแกรมฝึกสปริงข้อเท้า 2) แบบประเมินทักษะการยื่นกระดูกโกล

วิเคราะห์ข้อมูลโดย คำนวณหาค่าเฉลี่ยของคะแนนจากการประเมินทักษะการยื่นกระดูกโกล ภายหลังจากฝึกด้วยโปรแกรมฝึกสปริงข้อเท้า ในสัปดาห์ 1, 2, 3 และ 4 แล้วนำเสนอเป็นกราฟเปรียบเทียบการพัฒนา

ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะในการยื่นกระดูกโกลของนักเรียนภายหลังจากฝึกซ้อมด้วยโปรแกรมฝึกสปริงข้อเท้า ในสัปดาห์ที่ 1, 2, 3 และ 4 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.7 2.8 3.7 และ 4.3 คะแนนตามลำดับ แสดงว่าโปรแกรมการฝึกสปริงข้อเท้าสามารถพัฒนาความสามารถในการยื่นกระดูกโกลของนักเรียนให้สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง