

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การพัฒนาประเทศชาติให้มีความเจริญก้าวหน้าและความมั่นคงในด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และการศึกษา จะต้องมุ่งเน้นในเรื่องการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีศักยภาพที่ดี และในปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมีมากขึ้นวิถีชีวิตของมนุษย์ก็เปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากมีสิ่งอำนวยความสะดวกมากขึ้นจึงทำให้มนุษย์เกิดปัญหาทางการดำเนินชีวิตประจำวันขาดการออกกำลังกายอย่างเพียงพอซึ่งเป็นผลเสียต่อสุขภาพเป็นอย่างมาก การออกกำลังกายมีประโยชน์อย่างมหาศาลต่อร่างกายและจิตใจของมนุษย์ทุกเพศทุกวัย ตั้งแต่เกิดจนเสียชีวิตสิ่งหนึ่งที่สำคัญที่ขาดไม่ได้ของการดำเนินชีวิตให้มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงนั้นไม่เพียงแต่การรับประทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์เท่านั้น การออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอจะทำให้ร่างกายมีสมรรถภาพทางกายดีส่งผลให้รูปร่างและบุคลิกภาพดียิ่งขึ้น ประการหนึ่งที่สำคัญที่สุด ของการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสมและสม่ำเสมอจะทำให้ร่างกายลดอัตราการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคอ้วน โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง ปริมาณของคลอเรสเตอรอลในเลือดสูง ซาญซัย ยามะรัต (2531 : 56 – 61) อีกทั้งยังสอดคล้องกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2531 : 60) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายว่า การออกกำลังกายเป็นความต้องการของร่างกายที่มีความจำเป็นและสำคัญยิ่งอย่างหนึ่ง คนเราทุกคนไม่ว่าจะเป็นเด็ก คนชรา ผู้หญิง หรือผู้ชายล้วนมีความต้องการการออกกำลังกายที่เหมาะสมตามสภาพของร่างกายเป็นประจำและสม่ำเสมอด้วยกันทั้งสิ้น ตามหลักแล้ว ตั้งแต่เกิดมาจนกระทั่งตาย ร่างกายต้องการอาหารเป็นประจำฉันใด การออกกำลังกายก็เป็นความต้องการของร่างกายเป็นประจำฉันนั้น จะผิดกันก็ตรงที่ว่า ถ้าร่างกายไม่ได้รับอาหารจะทำให้เกิดความหิวและทำการเสาะแสวงหาอาหารมารับประทานทันที แต่การขาดการออกกำลังกายได้เป็นเช่นนั้นไม่ กลับตรงกันข้าม พยายามเสาะแสวงหาวิธีการ ที่จะไม่ต้องใช้แรงงานของร่างกายเสียอีก ฉะนั้นโอกาสที่จะสนองความต้องการของร่างกายจึงนับได้ว่าจะมีน้อยลงทุกทีการขาดการออกกำลังกายเพื่อสนองความต้องการของร่างกายนี้ มักรู้สึกตัวก็เมื่อสายเกินแก้เสียแล้ว สิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ อย่างอื่นนั้น ยิ่งใช้ยิ่งสึกหรอยิ่งเสื่อมโทรม แต่สำหรับร่างกายของเรานั้นกลับตรงกันข้าม คือ ยิ่งใช้ยิ่งออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสภาพของร่างกายในแต่ละวัยเป็นประจำสม่ำเสมอเพียงใดความแข็งแรง ประสิทธิภาพของร่างกายก็จะมีตามมาเพียงนั้นด้วย

จากความสำคัญของการออกกำลังกาย ที่ช่วยป้องกันการเสื่อมโทรมของสุขภาพร่างกายแล้วยังมีผลดีใน การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ไม่มั่วสุมยากับเสพติดและอบายมุขที่จะเป็นปัญหาในการพัฒนาประเทศชาติ (สมนึก ภูระหงษ์. 2549: 1-2) อย่างไรก็ตามการออกกำลังกายจะมากหรือน้อย

ในแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง เช่น เพศ อายุ เวลา โอกาส สถานที่ สิ่งแวดล้อม และความต้องการการออกกำลังกาย ด้วยเฉพาะประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองที่มีประชากรหนาแน่น จะต้องมียุทธศาสตร์ที่เพียงพอในการออกกำลังกาย พักผ่อนหย่อนใจ เพื่อให้เยาวชนและประชาชนได้สามารถออกกำลังกายและเป็นที่พักผ่อนอย่างเพียงพออีกทั้งจะเป็นสถานที่อีกแห่งที่มีส่วนช่วยให้เยาวชนได้ลดความเครียดจากการเรียน และลดความเครียดของวัยทำงาน และเป็นที่พักผ่อนของผู้สูงอายุในเวลาว่าง จะเห็นได้ว่าสถานที่ในการออกกำลังกายมีส่วนสำคัญในการสร้างสุขทั้งสุขภาพกาย สุขภาพใจ ให้กับคนในสังคมเมืองอีกทางหนึ่ง

ปัจจุบันประชากรจังหวัดจันทบุรีให้ความสนใจในเรื่องสุขภาพการออกกำลังกายและเล่นกีฬามากขึ้น และสถานที่ในการออกกำลังกายในจังหวัดจันทบุรีค่อนข้างน้อยซึ่งไม่เพียงพอกับความต้องการของประชาชนที่มาใช้บริการ เมื่อมีประชากรต้องการออกกำลังกายมากสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ มีน้อย จึงทำให้เกิดปัญหา หลายด้านเช่น ด้านอาคารสถานที่ไม่เพียงพอกับกีฬากีฬาชนิดต่างๆ อาคารทรุดโทรมเสียหาย จำนวนห้องน้ำน้อยไม่เพียงพอกับผู้เข้ารับบริการขาดผู้รับผิดชอบด้านการดูแลรักษาความสะอาด อุปกรณ์กีฬาบางชนิดไม่ได้รับมาตรฐานอาจเป็นสาเหตุให้ได้รับอันตรายจากการเล่นกีฬาได้ เจ้าหน้าที่ ที่ให้บริการขาดความรู้ในการแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกวิธี ขาดการบริหารจัดการอย่างมีระบบและถือว่าเป็นโอกาสที่ดีที่จังหวัดจันทบุรีได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ในปี พ.ศ. 2558 งานวิจัยในครั้งนี้จึงเป็นองค์ประกอบหนึ่งในการจัดทำแผนงาน เพื่อเตรียมการจัดการแข่งขันกีฬาให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของการจัดการแข่งกีฬาเยาวชนแห่งชาติ จากเหตุผลที่กล่าวมาในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นอาจารย์พลศึกษาผู้หนึ่งที่ให้บริการและมีความเกี่ยวข้องกับพลศึกษาและวงการกีฬาในจังหวัดจันทบุรี จึงมีความสนใจที่จะศึกษาความต้องการของประชาชนที่มาออกกำลังกาย ณ สนามกีฬาากลางจังหวัดจันทบุรี ในด้านอาคารสถานที่ อุปกรณ์กีฬา และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการและด้านการบริหารจัดการ ซึ่งผลที่ได้จากการศึกษาไปใช้เป็นข้อมูลและแนวทางเพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาในด้านการจัดการและส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อตอบสนองกับความต้องการของประชาชนให้มีประสิทธิภาพและมีความพึงพอใจในการใช้บริการ ตลอดจนช่วยในการปลูกฝังให้ประชาชนมีนิสัยรักการออกกำลังกายอันจะมีผลดีต่อสุขภาพทั้งทางกาย ทางใจที่ดีของประชาชนชาวจังหวัดจันทบุรีตลอดไป

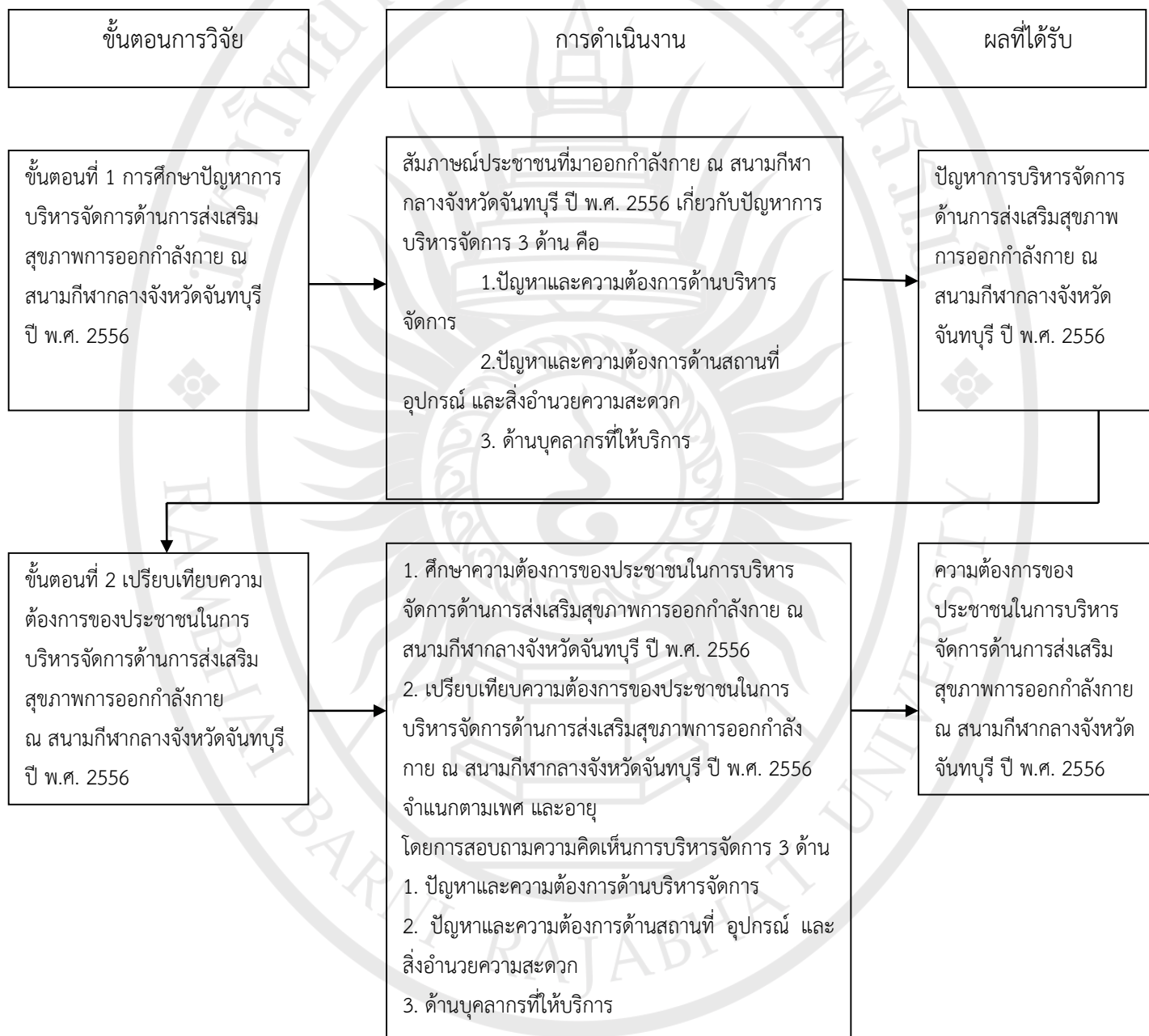
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาการบริหารจัดการด้านการส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ณ สนามกีฬาากลางจังหวัดจันทบุรี ปี พ.ศ. 2556
2. เพื่อเปรียบเทียบความต้องการของประชาชนในการบริหารจัดการด้านการส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ณ สนามกีฬาากลางจังหวัดจันทบุรี ปี พ.ศ. 2556 จำแนกตามเพศ และอายุ

ขอบเขตของโครงการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสม (Mix Method) ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ประชาชนที่มามีอาการกำลังกาย ณ สนามกีฬาากลางจังหวัดจันทบุรี ปี พ.ศ. 2556

กรอบแนวคิดในการวิจัย



นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ปัญหา หมายถึง สิ่งที่เป็นอุปสรรคและส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชน
2. ความต้องการ หมายถึง ความรู้สึกเฉพาะตัวของแต่ละบุคคลที่ต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในด้านต่างๆ เช่น การบริหารจัดการ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อุปกรณ์ ด้านบุคลากรและเจ้าหน้าที่

3. ประชาชน หมายถึง ประชาชนทั่วไปที่มาออกกำลังกาย ณ สนามกีฬาากลาง จังหวัดจันทบุรี ปี พ.ศ. 2556 ทั้งเพศหญิงเพศชาย

4. การออกกำลังกาย หมายถึง การประกอบกิจกรรมทางกายโดยการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกาย โดยใช้กีฬาเป็นสื่อเพื่อสุขภาพและสนุกสนานที่มาออกกำลังกายอีกทั้งยังพัฒนาทางด้านร่างกายจิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

5. สนามกีฬาากลางจังหวัดจันทบุรี หมายถึง สนามกีฬาากลางประจำจังหวัดซึ่งอยู่ภายใต้การกำกับดูแลขององค์การบริหารส่วนจังหวัดจันทบุรี การกีฬาแห่งประเทศไทยจันทบุรี เทศบาลเมืองจันทบุรี

6. จังหวัดจันทบุรี หมายถึง เป็นจังหวัดทางชายฝั่งทะเลภาคตะวันออกของประเทศไทย การปกครองแบ่งออกเป็น 10 อำเภอ ได้แก่ อำเภอเมือง อำเภอขลุง อำเภอท่าใหม่ อำเภอโป่งน้ำร้อน อำเภอมะขาม อำเภอแหลมสิงห์ อำเภอสอยดาว อำเภอแก่งหางแมว อำเภอนายายอาม อำเภอเขาคิชฌกูฏ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ เช่น การเผยแพร่ในวารสาร จดสิทธิบัตร ฯลฯ และหน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.1.1 นำเสนอบทความในรูปแบบต่างๆ เช่น การตีพิมพ์ในวารสารวิชาการหรือเอกสารสิ่งพิมพ์

1.1.2 มหาวิทยาลัย คณะและภาควิชาได้นำผลการวิจัยเพื่อไปปรับปรุงและพัฒนาในสาขาวิชาพลศึกษา

1.1.3 ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นของประชาชน จังหวัดจันทบุรี

1.2 หน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.2.1 หน่วยงานของภาครัฐ เช่น องค์การบริหารส่วนจังหวัด การกีฬาแห่งประเทศไทยจันทบุรี เทศบาลเมืองจันทบุรี ได้เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาและดำเนินการบริหารจัดการสถานที่ออกกำลังกายให้สอดคล้องกับความต้องการการออกกำลังกายของประชาชน

1.2.2 หน่วยงานในระดับชุมชน ท้องถิ่นที่มีบทบาทเกี่ยวข้องการถ่ายทอดองค์ความรู้คือ สามารถนำข้อมูลไปประกอบการพัฒนาสถานที่ เพื่อรองรับการจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ปี พ.ศ. 2558