



โรงเรียนจะนะชนูปถัมภ์ สงขลา

สรุปผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2562

วันที่ทดสอบ

วันที่ 1-2 และ 5-6 สิงหาคม 2562

จำนวนนักเรียนที่ได้รับการทดสอบ

712 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดสอบ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จำนวน 4 รายการ (นั่งงอ, ตัวดันพื้น, ลูก-นั่ง 1 นาที และวิ่งทางไกล)

ผู้รับผิดชอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ตารางที่ 1 จำนวนนักเรียนที่ได้รับการทดสอบสมรรถภาพทางกายประจำปี

ระดับชั้น	นักเรียนชาย	นักเรียนหญิง	รวมระดับชั้น
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	63	83	146
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2	68	74	142
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	68	79	147
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4	32	61	93
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5	28	74	102
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6	28	54	82
รวม	287	425	712

ตารางที่ 2 สรุปผลการทดสอบระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวนนักเรียน ชาย 63 คน หญิง 83 คน รวม 146 คน

รายการทดสอบ	นักเรียนชาย			นักเรียนหญิง		
	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า
นั่งงอตัว(ข.ม)	10	45	8	22	51	10
ร้อยละ	15.87	71.42	12.70	26.50	61.44	12.04
ดันพื้น(ครั้ง)	14	43	6	10	65	8
ร้อยละ	22.22	68.25	9.52	12.04	78.31	9.63
ลูก-นั่ง 1 นาที (ครั้ง)	15	43	5	11	64	8
ร้อยละ	23.80	68.25	7.93	13.25	77.10	9.63
วิ่งทางไกล(นาที:วินาที)	10	46	7	-	64	19
ร้อยละ	15.87	73.01	11.11	0.00	77.10	22.90

ตารางที่ 3 สรุปผลการทดสอบระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวนนักเรียน ชาย 68 คน หญิง 74 คน รวม 142 คน

รายการทดสอบ	นักเรียนชาย			นักเรียนหญิง		
	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า
นั่งงอตัว(ข.ม)	14	45	9	28	40	6
ร้อยละ	20.58	66.17	13.23	37.83	54.05	8.10
ดันพื้น(ครั้ง)	18	42	8	12	52	10

ร้อยละ	26.47	61.76	11.76	16.21	70.27	13.51
ลูก-นั่ง 1 นาที (ครึ่ง)	16	44	8	8	58	8
ร้อยละ	23.52	64.70	11.76	10.81	78.37	10.81
วิ่งทางไกล(นาที:วินาที)	12	49	7	6	58	10
ร้อยละ	17.64	72.05	10.29	8.10	78.37	13.51

ตารางที่ 4 สรุปผลการทดสอบระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวนนักเรียน ชาย 68 คน หญิง 79 คน รวม 147 คน

รายการทดสอบ	นักเรียนชาย			นักเรียนหญิง		
	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า
นั่งงอตัว(ซ.ม)	16	44	8	28	45	6
ร้อยละ	23.52	64.70	11.76	35.44	56.96	7.59
ดันพื้น(ครึ่ง)	22	36	10	8	60	11
ร้อยละ	32.35	52.94	14.70	10.12	75.94	13.92
ลูก-นั่ง 1 นาที (ครึ่ง)	25	36	7	15	53	9
ร้อยละ	36.76	52.94	10.29	18.98	67.08	11.39
วิ่งทางไกล(นาที:วินาที)	11	49	8	5	65	9
ร้อยละ	16.17	70.05	11.76	6.32	82.27	11.39

ตารางที่ 5 สรุปผลการทดสอบระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวนนักเรียน ชาย 32 คน หญิง 61 คน รวม 93 คน

รายการทดสอบ	นักเรียนชาย			นักเรียนหญิง		
	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า
นั่งงอตัว(ซ.ม)	8	22	2	19	36	6
ร้อยละ	25.00	68.75	6.25	31.14	59.01	9.83
ดันพื้น(ครึ่ง)	5	24	3	8	47	6
ร้อยละ	15.62	75.00	9.37	13.11	77.04	9.83
ลูก-นั่ง 1 นาที (ครึ่ง)	8	19	5	12	41	8
ร้อยละ	25.00	59.37	15.65	19.67	67.21	13.11
วิ่งทางไกล(นาที:วินาที)	5	23	5	2	39	8
ร้อยละ	15.62	71.87	15.65	3.27	63.93	13.11

ตารางที่ 6 สรุปผลการทดสอบระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวนนักเรียน ชาย 28 คน หญิง 74 คน รวม 102 คน

รายการทดสอบ	นักเรียนชาย			นักเรียนหญิง		
	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า
นั่งงอตัว(ซ.ม)	5	18	5	18	48	8
ร้อยละ	17.85	64.28	17.85	24.32	64.86	10.81
ดันพื้น(ครึ่ง)	8	17	3	8	57	9
ร้อยละ	28.57	60.71	10.71	10.81	77.02	12.16
ลูก-นั่ง 1 นาที (ครึ่ง)	12	15	1	12	57	5
ร้อยละ	42.85	53.57	3.57	16.21	77.02	6.45
วิ่งทางไกล(นาที:วินาที)	5	20	3	2	65	7
ร้อยละ	17.85	71.42	10.71	2.70	87.83	9.45

ตารางที่ 7 สรุปผลการทดสอบระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวนนักเรียน ชาย 28 คน หญิง 54 คน รวม 82 คน

รายการทดสอบ	นักเรียนชาย			นักเรียนหญิง		
	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า
นั่งงอตัว(ซ.ม)	5	20	3	29	22	3
ร้อยละ	17.85	71.42	10.71	53.70	40.74	5.56
ดันพื้น(ครั้ง)	10	15	3	8	38	8
ร้อยละ	35.71	53.57	10.71	14.81	70.37	14.81
ลูก-นั่ง 1 นาที (ครั้ง)	12	12	1	9	41	4
ร้อยละ	42.85	42.85	3.57	16.67	75.92	7.40
วิ่งทางไกล(นาที:วินาที)	8	14	6	5	40	9
ร้อยละ	28.57	50.00	21.42	9.25	74.07	16.67

ตารางที่ 8 สรุปผลการทดสอบสมรรถภาพในระดับโรงเรียน จำนวนนักเรียน ชาย 287 คน หญิง 425 คน รวม 712 คน

รายการทดสอบ	นักเรียนชาย			นักเรียนหญิง		
	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า	สูงกว่า	มาตรฐาน	ต่ำกว่า
นั่งงอตัว(ซ.ม)	58	194	35	144	242	39
ร้อยละ	20.20	<u>67.59</u>	12.19	33.89	<u>56.94</u>	9.17
ดันพื้น(ครั้ง)	77	177	33	54	319	52
ร้อยละ	26.82	<u>61.67</u>	11.49	12.70	<u>75.05</u>	12.23
ลูก-นั่ง 1 นาที (ครั้ง)	88	169	30	67	314	44
ร้อยละ	30.67	<u>58.89</u>	10.45	15.76	<u>73.88</u>	10.35
วิ่งทางไกล(นาที:วินาที)	51	201	35	20	331	74
ร้อยละ	17.78	<u>70.03</u>	12.19	4.70	<u>77.89</u>	17.41

จากตารางที่ 8 สรุปผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนโรงเรียนจะนะชนูปถัมภ์ประจำปีการศึกษา 2562 จำนวน 712 คน

ดังนี้

- **นักเรียนชาย จำนวน 287 คน** แบบทดสอบที่ 1 นั่งงอตัว มีผลการทดสอบที่สูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 20.20 มีผลการทดสอบตามเกณฑ์ มาตรฐาน ร้อยละ 67.59 และมีผลการทดสอบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 12.19 แบบทดสอบที่ 2 ดันพื้น มีผลการทดสอบที่สูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 26.82 มีผลการทดสอบตามเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 61.67 และมีผลการทดสอบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 11.49 แบบทดสอบที่ 3 ลูก-นั่ง 1 นาที มีผลการทดสอบที่สูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 30.67 มีผลการทดสอบตามเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 58.89 และมีผลการทดสอบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 10.45 และแบบทดสอบที่ 4 วิ่งระยะไกล มีผลการทดสอบที่สูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 17.78 มีผลการทดสอบตามเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 70.03 และมีผลการทดสอบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 12.19
- **นักเรียนหญิง จำนวน 425 คน** แบบทดสอบที่ 1 นั่งงอตัว มีผลการทดสอบที่สูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 33.89 มีผลการทดสอบตามเกณฑ์ มาตรฐาน ร้อยละ 56.94 และมีผลการทดสอบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 9.17 แบบทดสอบที่ 2 ดันพื้น มีผลการทดสอบที่สูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 12.70 มีผลการทดสอบตามเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 75.05 และมีผลการทดสอบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 12.23 แบบทดสอบที่ 3 ลูก-นั่ง 1 นาที มีผลการทดสอบที่สูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 15.76 มีผลการทดสอบตามเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 73.88 และมีผลการทดสอบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 10.35 และแบบทดสอบที่ 4 วิ่งระยะไกล มีผลการทดสอบที่สูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 4.70 มีผลการทดสอบตามเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 77.89 และมีผลการทดสอบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 17.41

อ้างอิง

เกณฑ์การทดสอบของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างความเสริมสุขภาพ (สสส.) จำนวน 4 รายการ (นั่งอ.ตัวดันพื้น
ลูก-นั่ง 1 นาที และวิ่งระยะไกล)