

แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริม
สุขภาพของประชาชน

โดย

นายสันติ ป่าหวาย
ผู้ตรวจราชการ
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

นักศึกษาวิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร
หลักสูตรการป้องกันราชอาณาจักร รุ่นที่ 62
ประจำปีการศึกษา พุทธศักราช 2562- 2563

หนังสือรับรอง

วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร สถาบันวิชาการป้องกันประเทศ ได้อนุมัติให้เอกสารวิจัยส่วนบุคคล เรื่อง “แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน” ลักษณะวิชา สังคมจิตวิทยา ของ นายสันติ ป่าหวาย เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรการป้องกันราชอาณาจักร รุ่นที่ 62 ประจำปีการศึกษา พุทธศักราช 2562 - 2563

พลโท

(พิสิทธิ์ ปฐมอม)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร
สถาบันวิชาการป้องกันประเทศ

บทคัดย่อ

เรื่อง แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน
ลักษณะวิชา สังคมจิตวิทยา
ผู้วิจัย นายสันติ ป่าหวาย **หลักสูตร** วปอ. **รุ่นที่** 62

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาเรื่องพฤติกรรม ความต้องการ และความคาดหวังด้านการออกกำลังกายของประชาชน (2) เพื่อศึกษาปัญหาและวิเคราะห์ ปัญหาเรื่องการบริหารจัดการการออกกำลังกายที่ส่งเสริมสุขภาพของประชาชน และ (3) เพื่อจัดทำแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน โดยเก็บข้อมูลกลุ่ม ตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง จากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ 4 ภูมิภาค (ภาคเหนือ/ภาคกลาง/ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ/ภาคใต้) รวม 76 จังหวัด (878 อำเภอ) ด้วยแบบสอบถามออนไลน์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทำการประมวลผลข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยใช้การวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า 1. ประชาชนไทยของทุกภาค ส่วนใหญ่ เลือกรับกิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ ในช่วงเวลา 16.00 -19.00 น. 2. ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การออกกำลังกายของ ทุกภาคในด้านสนามกีฬา คือ สนามกีฬาที่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ สนามฟุตบอล ด้านวัสดุอุปกรณ์ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอ คือ กีฬาเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ ด้านหน่วยงานที่ได้รับการสนับสนุนเพียงพอ คือ เทศบาล ด้านบุคลากรที่มีเพียงพอ คือ กีฬาฟุตบอล 3. ระดับความพึงพอใจของประชาชนของทุกภาค ที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอ คือ ด้านการให้บริการ ด้านการประสานงาน ด้านการจัดกิจกรรม การออกกำลังกายและกีฬา และด้านการปฏิบัติงาน มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก 4. ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกาย คือ ความต่อเนื่องและมั่นคงของ การสนับสนุนให้มีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิต จึงควรมีการสนับสนุนงบประมาณ อย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นด้านบุคลากรผู้นำออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬา สนามกีฬา ถึงแม้ว่าจะไม่มากก็ตาม แต่ควรมีความต่อเนื่องและยั่งยืน เพื่อให้ประชาชนเกิดการตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย ต่อไปในอนาคต

Abstract

Title Guidelines for driving the national strategy in exercise To promote public health

Field Social - Psychology

Name Mr. Santi Pawai **Couse** NDC **Class** 62

This research is a survey method; its objectives are (1) to study the behaviors, needs and expectations of physical exercise of the people. (2) to study problems and analyze problems regarding exercise management that promotes public health, and (3) to create guidelines for exercise management to promote public health. Subject are collecting the sample data by specific sampling method from the sheriff or the bailiff of 4 regions (northern / central / north-eastern / southern), a total of 76 provinces (878 districts) with an online questionnaire created by the researcher data processing by statistical software. By using descriptive statistics analysis such as percentage, mean and standard deviation. The results of the research showed that 1) Thai people of all regions choose “walking and running for health” during 16.00-19.00 hrs. 2) The factors that affect the exercise of every region; in the sports field is the stadium that has the most standard is the “football field”, the exercise equipment sufficient is the “walking and running for health”. The department that has sufficient support is the “municipality”. The personnel sufficient are “football”. 3) The level of public satisfaction of every region towards the district physical education personnel is the provision of services, coordination, organizing exercise and sports activities and operational, the satisfaction is at a high level. 4) Problems and obstacles in exercise management are the continuity and stability of supporting exercise and playing sports until being a way of life. Should have constant budget support whether it is personnel, fitness leaders, sports equipment, even if not many sports fields but should be continuous and sustainable, so that people are aware of the importance of exercise in the future.

คำนำ

เอกสารวิจัยส่วนบุคคลนี้จัดทำขึ้นเพื่อประกอบการศึกษาในวิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร เพื่อให้นักศึกษาได้ทำการวิจัยโดยใช้ความรู้ที่ได้จากการศึกษา และนำเอาประสบการณ์จากการทำงานมา พัฒนางานวิจัยและอีกทั้งนักศึกษายังได้เล็งเห็นถึงความสำคัญและประโยชน์ของการวิจัยและเป็นโอกาสที่นักศึกษาจะได้ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์จากการทำงานออกมาเป็นผลงานวิจัย ซึ่งสามารถใช้เป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติงานภายในองค์กรได้เป็นอย่างดี และในบางประเด็นสามารถใช้เป็นแนวทางให้กับผู้บริหารระดับสูงในการกำหนดนโยบายของประเทศได้

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอเอกสารวิจัยเรื่อง “แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน” ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ผู้ที่ได้อ่านเอกสารวิจัยนี้จะได้รับประโยชน์จากเนื้อหาบางส่วนบางตอนที่ปรากฏในเอกสารวิจัยฉบับนี้โดยเฉพาะอย่างยิ่งแนวทางการบูรณาการงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย เพื่อให้เป็นการกระตุ้นให้ประชาชนสนใจการออกกำลังกายและใส่ใจกับสุขภาพของตนเองมากขึ้น ทั้งนี้เพื่อสนับสนุนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ด้านการพัฒนาคุณภาพประชากรของประเทศไทย ต่อไป

(นายสันติ ป่าหวาย)

นักศึกษาวิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร

หลักสูตร วปอ. รุ่นที่ 62

ผู้วิจัย

กิตติกรรมประกาศ

ก่อนอื่นกระผมขอขอบคุณ วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร สถาบันวิชาการป้องกันประเทศ
ขอบคุณผู้บังคับบัญชาตามลำดับชั้นทุกท่านที่ให้โอกาสกระผมมาเข้ารับการศึกษาในหลักสูตรนี้
เอกสารวิจัยเรื่อง “แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน”
ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดีก็เพราะได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือด้วยดีจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องต่างๆ ดังนี้
คณะกรรมการประจำกลุ่ม อาจารย์ที่ปรึกษาเอกสารวิจัย อาจารย์ที่ปรึกษาภายนอก ที่เป็นกำลังแรงใจ
จนทำให้เอกสารวิจัยเรื่องนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกๆ ท่านด้วยใจจริง
มา ณ โอกาสนี้ด้วย

(นายสันติ ป่าหวาย)

นักศึกษาวิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร

หลักสูตร วปอ. รุ่นที่ 62

ผู้วิจัย

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	ก
Abstract	ข
คำนำ	ค
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญแผนภาพ	ซ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตการวิจัย	3
วิธีการดำเนินการวิจัย	3
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	7
คำจำกัดความ	8
บทที่ 2 แนวคิดและหลักการการกำหนดยุทธศาสตร์ด้านการออกกำลังกาย	9
ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี	10
แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ	10
แนวโน้มการกีฬาที่สำคัญ	12
การขับเคลื่อนแผนพัฒนากีฬาสู่การปฏิบัติ	16
แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	21
นโยบายส่งเสริมสุขภาพในไทยและต่างประเทศ	25
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
กรอบแนวคิดของการวิจัย	32
สรุป	32
บทที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน	36
แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกาย	
เพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน	36
ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพ	
ทรัพยากรมนุษย์	38

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) :	
การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกาย	
และการกีฬาขั้นพื้นฐานและการส่งเสริมสนับสนุนการออกกำลังกาย	
กีฬาพื้นฐานและกีฬามวลชน	39
แนวคิดในการใช้หลักการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในอดีตและปัจจุบัน	42
แนวคิดทางการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนในอนาคต	
กับการสร้างสมดุลในการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกาย	
ของประชาชน ทั้ง 4 ภูมิภาค	43
สรุปแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ	
ของประชาชน	43
บทที่ 4 แนวทางการประเมินศักยภาพและความพร้อมของการบริหารจัดการ	
 ด้านการออกกำลังกายทั้ง 4 ภูมิภาค ส่งเสริมสุขภาพของประชาชน	44
ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Checklist)	44
ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating scales)	60
ตอนที่ 3 แบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นปลายเปิด (Open Ended)	61
บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ	63
สรุป	63
ข้อเสนอแนะ	69
บรรณานุกรม	71
ภาคผนวก	73
ผนวก ก แบบสอบถามออนไลน์เพื่อการวิจัยแนวทางการบริหารจัดการ	
ด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน	74
ผนวก ข ข้อมูลอำเภอในประเทศไทยในแต่ละภาค	80
ประวัติย่อผู้วิจัย	107

สารบัญแผนภาพ

แผนภาพที่		หน้า
4 - 1	แสดงคำร้อยละของชนิดกิจกรรมที่ประชาชนออกกำลังกายเป็นประจำจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	47
4 - 2	แสดงคำร้อยละของการมีสนามกีฬาที่ได้มาตรฐานจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	48
4 - 3	แสดงคำร้อยละของการมีสนามกีฬาที่ไม่ได้มาตรฐานจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	60
4 - 4	แสดงคำร้อยละของการไม่มีสนามกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	49
4 - 5	แสดงคำร้อยละของการมีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	51
4 - 6	แสดงคำร้อยละของการมีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอ จำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	52
4 - 7	แสดงคำร้อยละของการไม่มีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	52
4 - 8	แสดงคำร้อยละของการมีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 3 อันดับแรก	54
4 - 9	แสดงคำร้อยละของการมีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 3 อันดับแรก	55
4 - 10	แสดงคำร้อยละของการไม่มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 3 อันดับแรก	55
4 - 11	แสดงคำร้อยละของการมีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	57
4 - 12	แสดงคำร้อยละของการมีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	58
4 - 13	แสดงคำร้อยละของการไม่มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก	58

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
4 - 1	แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล	45
4 - 2	แสดงการสำรวจช่วงเวลาที่ประชาชนออกกำลังกาย ในเขตอำเภอของทุกภาค	45
4 - 3	แสดงชนิดของกิจกรรมที่ประชาชนออกกำลังกาย เป็นประจำของทุกภาค	46
4 - 4	แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชน ในอำเภอที่รับผิดชอบ ของทุกภาคในด้านสนามกีฬา	48
4 - 5	แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชน ในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้าน วัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬา	51
4 - 6	แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชน ในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านการได้รับการสนับสนุน	54
4 - 7	แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกาย ของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบ ของทุกภาคในด้านบุคลากร	57
4 - 8	แสดงระดับความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษา ประจำอำเภอของทุกภาค	60
4 - 9	แสดงสรุปประเด็นความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ	61

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การจะพัฒนาประเทศชาติให้เจริญได้ประชากรในประเทศต้องมีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ รัฐบาลจึงเล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นบุคลากรด้านการออกกำลังกายและกีฬาให้มีคุณภาพหรือการให้ความรู้ความเข้าใจแก่ประชาชนทั่วไปเกี่ยวกับความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นสิ่งจำเป็นที่จะทำให้ประชากรไทยมีค่านิยมการออกกำลังกาย และมีความสนใจเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์แข็งแรงเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติได้ต่อไปดังนั้นแล้ว การมีสุขภาพที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์โดยการพัฒนาคุณภาพประชากรในประเทศให้เป็นผู้มีคุณภาพ ประชากรจะต้องมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นกลวิธีหนึ่งที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพดีโดยที่พฤติกรรมการออกกำลังกายจะช่วยส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ซึ่งการออกกำลังกายแต่ละชนิดจะมีรูปแบบ กระบวนการ และหลักเกณฑ์แตกต่างกันไป แต่จากการศึกษาพบว่าประชาชนส่วนใหญ่ยังขาดการออกกำลังกายทั้งนี้อาจเนื่องมาจากไม่มีเวลา สภาพร่างกายไม่เหมาะสม หรือไม่มีสถานที่ออกกำลังกายหรือออกกำลังกายแบบผิดวิธีการที่ประชาชนไม่ออกกำลังกายนั้นจะส่งผลเสียต่อสุขภาพตามมาในปัจจุบัน รัฐบาลไทยได้เล็งเห็นความสำคัญของการกีฬา และออกกำลังกายที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพของทรัพยากรบุคคลของประเทศทั้งในด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตการสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพที่ดี ปลูกฝังความมีน้ำใจ นักกีฬาให้เป็นค่านิยม ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ (ฉบับที่ 6) ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานเพื่อให้เด็กและเยาวชนทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษา ได้รับการศึกษาด้านพลศึกษาที่มีคุณภาพและยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกายและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการกีฬา เสริมสร้างการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย ยุทธศาสตร์นี้ถือว่ามีความสำคัญสำหรับประชาชนทั่วไป ทั้งนี้ เพราะการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาจะทำให้สุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ลดปัญหาสังคม สามารถใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหาเสพติดและอบายมุข โดยมีการสร้างโอกาสการเข้าถึงกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา และมีการจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐานและสิ่งอำนวยความสะดวก แก่ประชาชนทุกกลุ่มอย่างทั่วถึง รวมไปถึงการส่งเสริมให้ประชาชนมีจิตสาธารณะ และพัฒนาระบบอาสาสมัครการกีฬาอย่างทั่วถึงจากครูพลศึกษาที่มีคุณภาพและจำนวนเพียงพอต่อความต้องการมีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาขั้นพื้นฐานได้อย่างถูกต้อง รู้กฎและกติกา มารยาท รวมถึงสอดคล้องกับยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (ฉบับที่ 4) ยุทธศาสตร์ที่ 3 การส่งเสริมสนับสนุน

การออกกำลังกายกีฬาพื้นฐานและกีฬามวลชน เพื่อต้องการเข้ามายกระดับกีฬาขั้นพื้นฐานและมวลชนของประเทศไทยซึ่งตัวชี้วัดหนึ่งคือการ เพิ่มจำนวนอาสาสมัครผู้นำออกกำลังกายให้ครบทุกหมู่บ้าน 78,086 แห่ง และหวังว่าจะมีคนที่มีใจหันมาออกกำลังกายเพิ่มขึ้น เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และลดปัญหาสังคม

ดังนั้น กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาเป็นหน่วยงานที่ดำเนินการด้านการกีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬามวลชน นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬาและพัฒนาบุคลากรด้านการพลศึกษาสุขภาพ การกีฬา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา และส่งเสริมให้ประชาชนทุกกลุ่มมีโอกาสเล่นกีฬา และออกกำลังกายอย่างทั่วถึงรวมทั้งส่งเสริมให้เยาวชนมีความสนใจในการกีฬาและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ที่สอดคล้องกับนโยบายรัฐบาล มีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาและส่งเสริมกีฬาเพื่อมวลชน รวมถึงกีฬาขั้นพื้นฐาน ซึ่งสิ่งสำคัญคือการสร้างบุคลากรขึ้นมา โดยเฉพาะในพื้นที่ท้องถิ่นซึ่งกระจายตัวทั่วประเทศ ซึ่งเน้นไปยังพื้นที่ท้องถิ่นอย่างแท้จริงเพื่อส่งเสริมให้เยาวชนและประชาชนทุกกลุ่มมีสุขภาพดี มีวินัย มีคุณธรรม และมีน้ำใจนักกีฬา ส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬาเพื่อมวลชน นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬาภายใต้วิสัยทัศน์ “เป็นพลังขับเคลื่อนการพลศึกษาของชาติ” และค่านิยม “มอบความสุขให้มวลชน” ซึ่งกรมพลศึกษามีบุคลากรด้านพลศึกษา คือ เจ้าหน้าที่พลศึกษา (จพล.) ที่กระจายอยู่ตามอำเภอและจังหวัดทั้ง 76 จังหวัด 878 อำเภอเพื่อเป็นกุญแจสำคัญที่จะเชื่อมโยงให้ภารกิจการสร้างเครือข่ายการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ ของกรมพลศึกษา โดยบูรณาการกับทุกภาคส่วนในระดับชุมชนเพื่อส่งเสริม สนับสนุน การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการสำหรับประชาชนให้ครอบคลุมในทุกชุมชน ท้องถิ่นโดยเจ้าหน้าที่พลศึกษาที่มีอยู่ประจำทุกอำเภอและอาสาสมัครกีฬาทั่วประเทศเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อน ดังนั้น ความสำเร็จของภารกิจการดำเนินงานของกรมพลศึกษาจะเกิดผลได้ดีต้องได้รับความร่วมมือกับภาคประชาชนที่อยู่ในภูมิภาคที่ต้องทำงานร่วมกับเจ้าหน้าที่พลศึกษาของกรมพลศึกษาที่เป็นบุคลากรที่มีหน้าที่และภารกิจที่ต้องทำความเข้าใจและให้ความรู้ด้านการออกกำลังกายรวมถึงต้องร่วมจัดกิจกรรมต่างๆ กับประชาชน ชุมชน

ด้วยเหตุดังกล่าว ผู้วิจัยในฐานะผู้บริหารกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา จึงสนใจที่จะศึกษาแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน เพื่อให้เป็นกลไกการขับเคลื่อนและตอบสนองการดำเนินงานตาม แผนยุทธศาสตร์ 20 ปี แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) แผนยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2560-2564) ให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลและหวังว่าจะมีประชาชนในประเทศ สนใจ ใส่ใจ การออกกำลังกายเพิ่มขึ้น และประชาชนมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และลดปัญหาสังคมด้วยการสร้างเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกายและสุขภาพใจ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างทรัพยากรมนุษย์ของประเทศ โดยให้เจ้าหน้าที่พลศึกษา (จพล.) ซึ่งเป็นบุคลากรของกรมพลศึกษา เป็นอีกหนึ่งกลไกการขับเคลื่อนการทำงานอย่างมีระบบ แบบแผน การประสานงานกับทุกองค์กร ประชาชน ชุมชน ด้านองค์ความรู้ ความทุ่มเท การเสียสละเวลา ความรับผิดชอบ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การแก้ปัญหาต่าง ด้านบุคลิกภาพ ให้เป็นไปตามแนวทางของผลการวิจัยครั้งนี้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน เพื่อให้ครอบคลุมการทำงาน ผู้วิจัยจึงได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังนี้

1. เพื่อศึกษาเรื่องพฤติกรรม ความต้องการ และความคาดหวังด้านการออกกำลังกายของประชาชน
2. เพื่อศึกษาปัญหาและวิเคราะห์ปัญหาเรื่องการบริหารจัดการการออกกำลังกายที่ส่งเสริมสุขภาพของประชาชน
3. เพื่อจัดทำแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาในเรื่องแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

1.1 การวิจัยนี้เน้นการศึกษาวิเคราะห์ กระบวนการบริหารจัดการและรูปแบบการกำหนดยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี และแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) แผนยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2560-2564) เท่านั้น

1.2 การวิจัยนี้เป็นการศึกษาแนวคิด/หลักการระดับยุทธศาสตร์/การบริหารจัดการ

1.3 การวิจัยจะเน้นเฉพาะหลักการหรือการกำหนดแนวทางที่สามารถดำเนินการ

2. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ นายอำเภอหรือปลัดอำเภอ ในพื้นที่ 4 ภูมิภาค ทั้ง 76 จังหวัด 787 อำเภอ

3. ขอบเขตด้านระยะเวลา

ในการศึกษาครั้งนี้ทำการรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคม 2562 ถึง พฤษภาคม 2563

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน ในการวิจัยผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นายอำเภอ หรือปลัดอำเภอทุกจังหวัดในประเทศไทย

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นายอำเภอ หรือปลัดอำเภอ แบ่งเป็น 4 ภูมิภาค (ภาคเหนือ, ภาคกลาง, ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้) รวมทั้งสิ้น 76 จังหวัด (878 อำเภอ) ใช้วิธีสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีทั้งหมด 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Checklist) โดยจะเลือกใช้ระดับการวัดข้อมูลประเภทนามบัญญัติ (Nominal Scale) และประเภทจัดอันดับ (Ordinal Scale) เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล ช่วงเวลาที่ประชาชนออกกำลังกายในเขตอำเภอของทุกภาค ชนิดของกิจกรรมที่ประชาชนออกกำลังกายเป็นประจำของทุกภาค และปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาค 4 ด้าน คือ ด้านสนามกีฬา ด้านวัสดุอุปกรณ์การออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้านการได้รับการสนับสนุน และด้านบุคลากร

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating scales) 5 ระดับ (มากที่สุด-มาก-ปานกลาง-น้อย-และน้อยที่สุด) ตามวิธีของลิเคิร์ต (Likert's Scales) เกี่ยวกับการสำรวจความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอ โดยแบ่งเป็น 4 ด้าน คือ ด้านการให้บริการ ด้านการประสานงาน ด้านการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา และด้านการปฏิบัติงาน

ตอนที่ 3 แบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นปลายเปิด (Open Ended) เกี่ยวกับความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม ความต้องการ และความคาดหวังเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายของประชาชนที่มีต่อแนวทางการบริหารจัดการด้านด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

3. ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

3.1 ที่มาของแบบสอบถาม โดยการทบทวนเอกสารวิชาการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดำเนินการออกแบบและแบ่งหมวดหมู่ข้อความที่ชัดเจน 3 ตอน

3.2 เชิญบุคคลที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยทำการ focus group เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเพิ่มเติม

3.3 ส่งแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญในแต่ละด้าน จำนวน 5 คน ทำการตรวจสอบพิจารณา questionnaires

3.4 ตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC : Index of Congruency) ค่าที่ยอมรับได้ต้อง 0.5 ขึ้นไป ในที่นี้ แบบสอบถามได้ค่าเท่ากับ 0.895

3.5 ทดลองใช้ เครื่องมือ (try out) กับบุคคลที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง 30 คน แล้วนำค่ามาวิเคราะห์ค่าความน่าเชื่อถือ (Reliability)

3.6 แบบสอบถามที่นำไปทดลองใช้มาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เพื่อทดสอบความเชื่อมั่น

ของแบบสอบถามรายด้านและหึ่งฉบับซึ่งค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) กำหนดให้ค่าความน่าเชื่อถือได้ของสัมประสิทธิ์แอลฟาจำนวนมากกว่าหรือเท่ากับ 0.7 ผลการวิเคราะห์ความเชื่อมั่นโดยภาพรวมของแบบสอบถาม ซึ่งถ้ามากกว่า 0.7 ถือว่ามีความเชื่อมั่นสูง

7. นำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างที่กำหนด

เกณฑ์ในการแปลผล

คะแนน 5 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

คะแนน 4 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก

คะแนน 3 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 2 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย

คะแนน 1 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด

การแปลผลคะแนน

จากเกณฑ์การให้คะแนนระดับความคิดเห็นทั้ง 5 ระดับสามารถนำมาคำนวณแบ่งช่วงระดับคะแนนด้วยวิธีการหาความกว้างของอัตราภาคขั้นที่ใช้ในการศึกษาแปลผล ดังนี้

$$\text{อัตราภาคขั้น} = \frac{\text{ค่าพิสัย/จำนวนชั้น}}{\text{จำนวนชั้น}}$$

$$= \frac{(\text{ค่าสูงสุด}-\text{ค่าต่ำสุด})/\text{จำนวนชั้น}}$$

$$= (5-1) / 5 = 0.8$$

จากเกณฑ์การให้คะแนนความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างสามารถนำมาจัดช่วงของคะแนนแต่ละระดับความคิดเห็นได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	ระดับความคิดเห็น
4.21 – 5.00	มากที่สุด
3.41 – 4.20	มาก
2.61 – 3.40	ปานกลาง
1.81 – 2.60	น้อย
1.00 – 1.80	น้อยที่สุด

8. สร้างแบบสอบถามแบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะอื่นๆ

8.1 ศึกษาวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อให้การกำหนดข้อความซึ่งสอดคล้องกับเป้าหมายที่จะถาม

8.2 ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับปัญหาในด้านต่างๆของกิจกรรมการออกกำลังกาย

8.3 สร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมเนื้อหาของพฤติกรรม ความต้องการ และความคาดหวังเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายของประชาชนที่มีต่อแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

8.4 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณา ตรวจสอบ แก้ไข

8.5 นำแบบสอบถามที่ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว ไปทดลองใช้กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน

8.6 นำแบบสอบถามที่ทดลองใช้แล้วนั้น มาวิเคราะห์คุณภาพความเชื่อมั่น (reliability)

8.7 นำแบบสอบถามที่ผ่านการหาคุณภาพความเชื่อมั่น (reliability) ดังกล่าวแล้วไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

8.8 นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผล

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยติดต่อกับ หน่วยงานราชการสำนักงานการท่องเที่ยงและกีฬาจังหวัด 76 จังหวัด เพื่อขออนุญาตทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาโดยละเอียด วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลและขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลนั้น ผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดทำเป็นแบบสอบถามออนไลน์ (online) โดยการสแกน (QR CODE) และแจกจ่ายไปยังหน่วยงานราชการที่ติดต่อไว้ หลังจากนั้นได้ทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลก่อนนำข้อมูลมาทำการวิเคราะห์ในลำดับต่อไป

5. การจัดการทำกับข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาตรวจสอบความสมบูรณ์จากนั้นนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนี้

5.1 ทำการตรวจสอบข้อมูล (editing) โดยการตรวจสอบความสมบูรณ์ในการตอบแบบสอบถามและแยกแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ออก

5.2 ทำการลงรหัส (coding) โดยนำแบบสอบถามปลายปิดที่มีความสมบูรณ์ถูกต้องเรียบร้อยแล้วมาลงรหัสตามที่กำหนดไว้

5.3 ทำการประมวลผลข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยใช้การวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) ได้แก่ ร้อยละ (Percentage), ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: SD)

5.4 ผลที่ได้จากแบบสอบถาม ตอนที่ 1 จะนำมาหาค่าร้อยละพร้อมนำเสนอในรูปแบบตาราง/แผนภูมิประกอบความเรียง เพื่ออธิบายการแจกแจงความถี่ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม ช่วงเวลาที่ประชาชนออกกำลังกาย ชนิดของกิจกรรมที่ประชาชนออกกำลังกาย และปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชน

5.5 ผลที่ได้จากแบบสอบถาม ตอนที่ 2 จะนำมาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพร้อมนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง เพื่ออธิบายระดับความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอของทุกภาค โดยกำหนดระดับความพึงพอใจ 5 ระดับ ดังนี้

คะแนน 5 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

คะแนน 4 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก

คะแนน 3 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 2 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย

คะแนน 1 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด

การแปลความหมาย โดยใช้เกณฑ์การประเมินผลโดยอิงเกณฑ์หาค่าเฉลี่ยเมื่อทำการวิเคราะห์แปลผล (บุญชม ศรีสะอาด, 2545:103) ดังนี้

4.51-5.00 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

3.51-4.50 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก

2.51-3.50 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง

1.51-2.50 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย

1.00-1.50 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด

6. นำข้อมูลในตอนที่ 3 ซึ่งเป็นแบบสอบถามข้อเสนอแนะอื่นๆและความคิดเห็นเพิ่มเติมมาวิเคราะห์คำตอบจากแบบสอบถามปลายเปิด โดยการสังเคราะห์จัดหมวดหมู่ลำดับของคำตอบและนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

6.1 นำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์ รวบรวมเป็นหมวดหมู่

6.2 ทำการประชุม focus group เพื่อตรวจสอบเนื้อหาความถูกต้องและวางแนวทางในการจัดทำคู่มือ

6.3 จัดทำคู่มือแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน, เชิญผู้ทรงคุณวุฒิในด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องจำนวน 10 คน ประชุมเพื่อตรวจสอบ พิจารณาเนื้อหาของคู่มือ

6.4 สรุปข้อมูลที่ได้จากการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิด้านต่างๆ

6.5 ได้คู่มือจำนวน 1 เรื่อง

7. นำคู่มือไปทดลองใช้เครื่องมือ (try out) กับบุคคลที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง 10 คน แล้วนำค่ามาวิเคราะห์ค่าความน่าเชื่อถือ (Reliability)

8. ข้อมูลคู่มือที่นำไปทดลองใช้มาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เพื่อทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามรายด้านและทั้งฉบับ ซึ่งค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) กำหนดให้ค่าความน่าเชื่อถือได้ของสัมประสิทธิ์แอลฟาจำนวนมากกว่าหรือเท่ากับ 0.7 ผลการวิเคราะห์ความเชื่อมั่นโดยภาพรวมของแบบสอบถาม ซึ่งถ้ามากกว่า 0.7 ถือว่ามีความเชื่อมั่นสูง

9. นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ โดยแบ่งข้อมูลเป็น 4 ภูมิภาค ปรับแก้ให้เหมาะสม และสรุปผล

10. ได้คู่มือฉบับสมบูรณ์

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบพฤติกรรม ความต้องการ และความคาดหวังด้านการออกกำลังกายของประชาชน
2. ทำให้ทราบปัญหาเรื่อง การบริหารจัดการการออกกำลังกายที่ส่งเสริมสุขภาพของประชาชน
3. ได้แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

คำจำกัดความ

ประชาชน	หมายถึง	ผู้คนที่อาศัยตามจังหวัด อำเภอ ตำบล หมู่บ้าน ชุมชน ในประเทศไทยที่มีกิจกรรมการออกกำลังกายหรือเป็น ผู้นำการออกกำลังกาย
เจ้าหน้าที่พลศึกษา (จพล.)	หมายถึง	บุคลากรที่มีหน้าที่และภารกิจที่ส่งเสริม สนับสนุน ประสานงานและให้ความรู้ด้านการออกกำลังกายรวมถึง ต้องร่วมจัดกิจกรรมต่างๆ กับประชาชน ชุมชนใน 76 จังหวัด 878 อำเภอ
ยุทธศาสตร์ชาติ	หมายถึง	แผนยุทธศาสตร์ 20 ปี แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) แผนยุทธศาสตร์กระทรวง การท่องเที่ยวและกีฬา ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2560-2564)

บทที่ 2

แนวคิดและหลักการการกำหนดยุทธศาสตร์ ด้านการออกกำลังกาย

ในการวิจัยหัวข้อ “แนวทางการบริหารการจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน” ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า รวบรวม เอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อสนับสนุนงานวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี
2. แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ
3. แนวโน้มการกีฬาที่สำคัญ
4. การขับเคลื่อนแผนพัฒนาการกีฬาสู่การปฏิบัติ
5. แนวคิดการออกกำลังกาย
6. นโยบายส่งเสริมสุขภาพในไทยและต่างประเทศ
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
8. กรอบแนวคิดของการวิจัย
9. สรุป

ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี

คือ แผนการพัฒนาประเทศ ที่จะกำหนดกรอบและแนวทางการพัฒนาให้หน่วยงานของ รัฐทุกภาคส่วนต้องทำตาม เพื่อให้บรรลุวิสัยทัศน์ "ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็น ประเทศที่พัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาด้านหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง" หรือตามคติพจน์ "มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน" โดยมีระยะเวลาบังคับนานถึง 20 ปี ตั้งแต่ปี 2560-2579 ตามยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี มีการแบ่งยุทธศาสตร์ออกเป็น 6 ด้าน คือ

1. ยุทธศาสตร์ด้านความมั่นคง
2. ยุทธศาสตร์ด้านการสร้างความสามารถในการแข่งขัน
3. ยุทธศาสตร์การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน
4. ยุทธศาสตร์ด้านการสร้างโอกาสความเสมอภาคและเท่าเทียมกันทางสังคม
5. ยุทธศาสตร์ด้านการสร้างการเติบโตบนคุณภาพชีวิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
6. ยุทธศาสตร์ด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ

แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ

สืบเนื่องจากนโยบายของชาติมีการกำหนด 6 ยุทธศาสตร์ ของแผนพัฒนากีฬา แห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) ซึ่งประกอบไปด้วยยุทธศาสตร์การพัฒนา

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกาย และการกีฬาขั้นพื้นฐานเพื่อให้เด็กและเยาวชนทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษา ได้รับการศึกษาด้านพลศึกษาที่มีคุณภาพอย่างทั่วถึงจากครูพลศึกษาที่มีคุณภาพและจำนวนเพียงพอต่อความต้องการ มีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาขั้นพื้นฐานได้อย่างถูกต้อง รู้กฎและกติกา จนสามารถถึงขั้นดูกีฬาเป็นเล่นกีฬาได้ มีทัศนคติที่ดี มีระเบียบวินัยและน้ำใจนักกีฬารวมถึงมีการจัดวางระบบโครงข่ายในสถานศึกษาและชุมชน เพื่อสร้างความร่วมมือระหว่างสถานศึกษาและครอบครัวในการผลักดันให้การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตตั้งแต่ปฐมวัย โดยมีแนวทางที่สำคัญได้แก่

1. การเร่งสร้างและพัฒนาพลศึกษาและสุขศึกษาในสถานศึกษาทั่วประเทศ
2. การส่งเสริมการพัฒนาการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานในชุมชนท้องถิ่นนอกสถานศึกษา
3. การจัดวางระบบโครงข่ายและสร้างความเชื่อมโยงระหว่างสถานศึกษาและชุมชน

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกายและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการกีฬาเสริมสร้างการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย ยุทธศาสตร์นี้ถือว่ามีความสำคัญสำหรับประชาชนทั่วไป ทั้งนี้ เพราะการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาจะทำให้สุขภาพพลานามัยแข็งแรงลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ลดปัญหาสังคม สามารถใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหาเสพติดและอบายมุขโดยมีการสร้างโอกาสการเข้าถึงกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา และมีการจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐานและสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ประชาชนทุกกลุ่มอย่างทั่วถึง รวมไปถึงการส่งเสริมให้ประชาชนมีจิตสาธารณะ และพัฒนาระบบอาสาสมัครการกีฬาโดยมีแนวทางที่สำคัญ ได้แก่

1. การจัดหาและพัฒนาสถานที่และอุปกรณ์กีฬาที่เพียงพอและเหมาะสมเพื่อการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของมวลชน
2. การเสริมสร้างความเสมอภาคในการเข้าถึงการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาสำหรับประชากรทุกกลุ่ม
3. การส่งเสริมการพัฒนาอาสาสมัครและบุคลากรการกีฬาเพื่อมวลชนอย่างเป็นระบบ

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและต่อยอดเพื่อความสำเร็จในระดับอาชีพ มุ่งเน้นด้านการสร้างและการพัฒนานักกีฬาของชาติให้ประสบความสำเร็จในการแข่งขันในระดับต่างๆ เพื่อสร้างชื่อเสียง เกียรติยศ และเกียรติภูมิของประเทศชาติให้ทัดเทียมกับนานาชาติ สามารถสร้างความภาคภูมิใจและเป็นเครื่องมือในการรวมจิตใจซึ่งจะเป็นการสร้างความรัก ความสามัคคีของคนในชาติ อีกทั้งยังส่งเสริมการพัฒนาต่อยอดนักกีฬาที่มีความเป็นเลิศไปสู่การกีฬาเพื่อการอาชีพอย่างเต็มตัว สามารถสร้างรายได้จากความรู้ ความสามารถ ทักษะ และประสบการณ์ โดยจัดให้มีโครงสร้างพื้นฐานที่พร้อมรองรับการพัฒนา ประกอบกับการจัดให้มีระบบสวัสดิการช่วยเหลือและส่งเสริมการสร้างความร่วมมือระหว่างภาครัฐและเอกชนในการร่วมพัฒนาตลอดเส้นทางอาชีพนักกีฬา โดยมีแนวทางที่สำคัญ ได้แก่

1. การค้นหาและพัฒนานักกีฬาที่มีความสามารถทางการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
2. การพัฒนาบุคลากรการกีฬาอย่างเป็นระบบและมีมาตรฐานสากล เพื่อการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและการอาชีพอย่างยั่งยืน
3. การสร้างและพัฒนาศูนย์บริการการกีฬาและศูนย์ฝึกกีฬาแห่งชาติที่เป็นมาตรฐาน
4. การส่งเสริมและจัดเตรียมการดูแลสวัสดิการและสวัสดิภาพของนักกีฬาและบุคลากรการกีฬา
5. การส่งเสริมและพัฒนากีฬาเพื่อการอาชีพอย่างเป็นระบบ

ยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาอุตสาหกรรมการกีฬาเพื่อเป็นส่วนสำคัญในการสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจมุ่งพัฒนาอุตสาหกรรมการกีฬาแบบครบวงจร สามารถสร้างมูลค่าเพิ่ม และส่งเสริมเศรษฐกิจของประเทศโดยมีการสนับสนุนการทำธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมการกีฬา อาทิ ธุรกิจการผลิตเสื้อผ้าและอุปกรณ์กีฬา ธุรกิจเพื่อการบริการเกี่ยวกับการกีฬา ธุรกิจการจัดกิจกรรมการแข่งขันต่างๆ รวมถึงสถาบันพัฒนากีฬาอาชีพทุกระดับพร้อมทั้งมุ่งพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกีฬา และจัดตั้งเมืองกีฬา เพื่อให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางด้านการกีฬาของภูมิภาคโดยมีแนวทางที่สำคัญ ได้แก่

1. การส่งเสริมและสนับสนุนอุตสาหกรรมการกีฬา
2. การพัฒนาการกีฬาเพื่อการท่องเที่ยวและนันทนาการ (Sport Tourism)

ยุทธศาสตร์ที่ 5 การพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกีฬามุ่งเน้นด้านการสร้างและการพัฒนาสุขภาพของประชาชนและสมรรถภาพของนักกีฬา ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ รวมไปถึงเทคนิคทักษะกีฬาในช่วงการแข่งขันตลอดจนพัฒนาไปสู่ความสามารถสูงสุดของแต่ละบุคคลอย่างเป็นระบบ โดยจัดให้มีโครงสร้างพื้นฐานที่มีมาตรฐานและเพียงพอต่อความต้องการพร้อมทั้งส่งเสริมการวิจัยและพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา และสร้างความรู้เห็นและการนำองค์ความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับประชาชนและนักกีฬาทุกกลุ่ม มีแนวทางการพัฒนาที่สำคัญ ได้แก่

1. การพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานและบุคลากรทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาทั้งในส่วนกลาง ภูมิภาค และระดับท้องถิ่น
2. การพัฒนาและการสร้างเครือข่ายองค์ความรู้และนวัตกรรมทางการกีฬา
3. การส่งเสริมการวิจัยและพัฒนาองค์ความรู้ทางการกีฬา เพื่อนำไปพัฒนาขีดความสามารถของนักกีฬาและสุขภาพของประชาชน

ยุทธศาสตร์ที่ 6 การยกระดับการบริหารจัดการด้านการกีฬาให้มีประสิทธิภาพพัฒนาระบบการบริหารจัดการทางการกีฬา โดยเสริมสร้างการบูรณาการตั้งแต่ระดับนโยบายจนถึงระดับปฏิบัติการ ผ่านกลไกของคณะกรรมการนโยบายการกีฬาแห่งชาติที่จะมีการจัดตั้งขึ้น รวมไปถึงพัฒนาระบบฐานข้อมูลที่มีมาตรฐานเพื่อประโยชน์ในการเชื่อมโยงข้อมูลสำหรับการติดตามและประเมินผลอย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งส่งเสริมการยกระดับการบริหารจัดการขององค์กรกีฬาต่างๆ ให้ทัดเทียมสากล และอยู่บนพื้นฐานของหลักธรรมาภิบาล โดยมีแนวทางการพัฒนาที่สำคัญ ได้แก่

1. การสร้างความร่วมมือของหน่วยงานภาครัฐ และภาคเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา
2. การพัฒนาฐานข้อมูลด้านการออกกำลังกายและการกีฬาตั้งแต่ระดับชาติ ภูมิภาค และท้องถิ่น เพื่อการติดตามและประเมินผล
3. การยกระดับการบริหารจัดการกีฬาบนพื้นฐานของหลักธรรมาภิบาล

จากแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติดังกล่าว จะชี้ให้เห็นว่าการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและจำเป็นในการพัฒนากีฬาของชาติ ซึ่งเป็นการยกระดับมาตรฐานการกีฬาของชาติให้สูงขึ้น แสดงให้เห็นถึงคุณภาพ ความสามัคคีของคนในชาติ และศักยภาพของชาติไทย ในปัจจุบันนี้มีการนำเอาหลักการทางวิทยาศาสตร์ในสาขาต่างๆ มาประยุกต์ใช้ ซึ่งจะเป็นผลให้ประสิทธิภาพของนักกีฬาสูงขึ้น และมีการทำสถิติใหม่ๆ ขึ้นอยู่เสมอไม่ว่าจะเป็นเวลาความแข็งแรง ความอดทน ระยะทาง ตลอดจนทักษะต่างๆ ที่ดีขึ้นทั้งนี้ เป็นผลมาจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ การกีฬาในสาขาต่างๆ ได้แก่ สรีรวิทยาการกีฬา เวชศาสตร์การกีฬา โค้ชและจิตวิทยาการกีฬา และโภชนาการการกีฬา เป็นต้น

แนวโน้มการกีฬาที่สำคัญ

แนวโน้มของการกีฬาทั้งในภาพรวมของโลกและภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ได้มีการเปลี่ยนแปลงไป ในเชิงบวก โดยมีพัฒนาการที่เป็นรูปธรรมและเป็นไปอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ เกิดจากการผสมผสานของค่านิยมใหม่ ในด้านทัศนคติและความตระหนักถึงการมีสุขภาพที่ดีจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาของประชาชน และสถานการณ์โลก ที่เปลี่ยนแปลงไปอันส่งผลต่อวิถีการดำเนินชีวิตของประชาชน ควบคู่กับการเล็งเห็นโอกาสทางธุรกิจของผู้ประกอบการต่างๆ ในหลายภูมิภาค ซึ่งเป็นเสมือนปัจจัยผลักดันการพัฒนากีฬาให้มีแนวโน้มเจริญเติบโตในอนาคต จึงเป็นเหตุผลที่ชัดเจนว่า การกีฬาของประเทศไทยจะมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยสามารถสรุปแนวโน้มการกีฬาที่สำคัญในอนาคตได้ 7 ประการ ดังนี้

1. การเอาใจใส่ต่อสุขภาพและการออกกำลังกาย เกิดจากค่านิยมการยอมรับว่าการมีรูปร่างและ บุคลิกภาพที่ดีอันเกิดจากการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนสำคัญในการทำให้อัตนคติ และนำดีดุดในยุคมสมัยนี้จนทำให้ประชาชนทั่วไปเริ่มตระหนักว่าสุขภาพ และพลาณามัยเป็นเรื่องที่ต้องใส่ใจ เพื่อทำให้อัตนคติอยู่เสมอ และหันมาให้ความสนใจในการรักษาสุขภาพและใช้ประโยชน์จากการบริการทางด้านสุขภาพ และการออกกำลังกาย
2. การผลักดันการกีฬาเพื่อมวลชนอย่างต่อเนื่อง รัฐบาลในหลายประเทศต่างมีนโยบายส่งเสริม การกีฬาให้กับประชากรทุกกลุ่ม ทุกพื้นที่ และทุกมิติภายในประเทศ โดยการกระตุ้นให้เกิดการพัฒนากีฬาเพื่อมวลชน ผ่านกิจกรรมที่หลากหลายและง่ายต่อการเข้าถึงสำหรับประชาชนทั่วไป กอปรกับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอันเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ผลักดันให้เกิดนโยบายและกิจกรรมส่งเสริมการกีฬาเพื่อมวลชนอย่างต่อเนื่อง จนเกิดเป็นความตื่นตัวและการเอาใจใส่ สุขภาพของประชาชนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย รวมถึงคนพิการและผู้ด้อยโอกาส
3. ความนิยมกีฬาผาดโผน (X-theme Sport) นับเป็นกีฬาชนิดใหม่สำหรับประชาชนที่ชื่นชอบ ความท้าทาย ความตื่นเต้น และการผจญภัย ซึ่งกำลังได้รับความนิยมและแพร่หลาย

ในหลายประเทศทั่วโลก และเป็นกีฬา ที่สร้างมูลค่าหรือรายได้ทางเศรษฐกิจได้สูงตั้งนั้น เพื่อตอบสนองความต้องการและความชื่นชอบกีฬาที่เปลี่ยนแปลงไป อาทิ ปีนผา และ ดึงพสุธา ผู้ประกอบการหรือเจ้าของธุรกิจให้บริการออกกำลังกายและกีฬา จำเป็นต้องพัฒนาสถานประกอบการ และธุรกิจให้สามารถรองรับกีฬาผาดโผนอย่างครบวงจรและยกระดับให้เป็นกีฬาของคนรุ่นใหม่โดยควรจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐานสำหรับรองรับความต้องการของผู้เล่นกีฬาที่คาดว่าจะเพิ่มสูงขึ้นในอนาคต ในขณะที่เด็วยต้องคำนึงถึงมาตรฐาน ความปลอดภัยเนื่องจากกีฬาผาดโผนมีความเสี่ยงในระดับสูงมากเมื่อเปรียบเทียบกับกีฬาประเภทอื่น

4. การแข่งขันทางการค้าที่ทวีความรุนแรงมากขึ้น สืบเนื่องจากการเปิดเสรีทางการค้า (Free Trade) ในระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยมในปัจจุบัน ส่งผลให้เกิดบรรยากาศการแข่งขันทางการค้าที่เข้มข้นยิ่งขึ้นมีการพัฒนาการกีฬา ในเชิงพาณิชย์เพิ่มมากขึ้น กอปรกับการนำกลยุทธ์ทางการตลาดสมัยใหม่มาใช้ประโยชน์ทำให้เกิดสถานะการแข่งขัน แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2506-2564) กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา 8 ธุรกิจที่เพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งรวมถึงการแข่งขันในวงการธุรกิจการกีฬาด้วย อย่างไรก็ตามสถานการณ์การแข่งขัน ทางการค้าดังกล่าวช่วยให้ประชาชนมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวทางการกีฬามากขึ้น นอกจากนี้ การตลาดยุคใหม่เป็นปัจจัยผลักดันให้ผู้ประกอบการจำเป็นต้องกำหนดกลยุทธ์ในการวางตำแหน่งของธุรกิจ การวางตำแหน่ง ผลลัพธ์รวมถึงการกำหนดส่วนแบ่งการตลาดให้ชัดเจน เพื่อให้ทราบสถานะของตนเอง สถานะของคู่แข่ง และปัจจัย แวดล้อมต่างๆ ทั้งภายในและภายนอกองค์กรเพื่อความอยู่รอดของธุรกิจในภาวะการแข่งขันทางการค้า และค่าใช้จ่ายด้านการกีฬาที่เพิ่มมากขึ้น

5. การกีฬากับวิถีชีวิตสมัยใหม่ ด้วยวิถีชีวิตของคนในปัจจุบันได้เปลี่ยนแปลงไปจากในอดีตจากเดิมที่ใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ในที่พักอาศัยเป็นชีวิตที่เรียบง่ายและไม่มีความรีบร้อน แต่ในปัจจุบันมีความจำเป็นต้องใช้ชีวิตส่วนใหญ่ อยู่นอกบ้านเพื่อไปประกอบอาชีพซึ่งต้องเปลี่ยนวิถีชีวิตที่เต็มไปด้วยความเร่งรีบและมีเวลาจำกัดจึงก่อให้เกิดการออกกำลังกายชนิดใหม่ๆที่เหมาะสมกับการใช้ชีวิตแบบคนรุ่นใหม่มากขึ้น และทำให้ประชาชนผู้ออกกำลังกายจะต้องวางแผน และจัดการเวลาในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาให้เหมาะสมกับวิถีชีวิตของตัวเอง

6. อาสาสมัครการกีฬา การเป็นอาสาสมัครทางกีฬาจากประชาชนหลากหลายระดับ จากหลากหลาย หน่วยงาน มีส่วนสำคัญในการช่วยพัฒนาการกีฬาของประเทศให้กระจายไปได้ทุกระดับ ตั้งแต่การเป็นผู้นำออกกำลังกาย อาสาสมัครในการจัดการแข่งขันกีฬา ตลอดจนการเป็นอาสาสมัครช่วยพัฒนาระบบการกีฬาของประเทศ

7. การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารรูปแบบใหม่เพื่อประโยชน์ต่อวงการกีฬา จากการพัฒนา เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารที่มีความก้าวหน้าอย่างไม่หยุดนิ่ง โดยเฉพาะพัฒนาการของสื่อออนไลน์อาทิเช่น Social Media Gadget และ Application สำหรับโทรศัพท์มือถืออัจฉริยะ (Smart Phone) ซึ่งมีผลอย่างมากต่อวงการ กีฬาอาชีพ ในฐานะเป็นสื่อกลางเชื่อมต่อระหว่างผู้ชมกีฬาในทุกพื้นที่กับนักกีฬาที่ชื่นชอบการติดตามผลการแข่งขัน แบบทันต่อสถานการณ์ปัจจุบัน (Real Time) และการทำกิจกรรมออนไลน์ร่วมกัน ในขณะที่วงการกีฬาเพื่อนันทนาการ สามารถใช้ประโยชน์ผ่าน Application ในการออกกำลังกายวิเคราะห์สรีระการเก็บประวัติสุขภาพ และการออกกำลังกาย ในรูปแบบที่เหมาะสมแต่ละปัจเจกบุคคล แนวนิยมในอนาคตดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึง

ความสำคัญของการกีฬาที่มีผลต่อการดำเนินวิถีชีวิตของประชาชน ทุกกลุ่ม ทุกเพศ และทุกช่วงวัย เพิ่มมากขึ้น และส่งผลต่อรูปแบบการพัฒนาการกีฬาในอนาคต โดยเฉพาะการกีฬา เพื่อมวลชน และการส่งเสริมการกีฬาเพื่อสร้างรายได้และเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันของประเทศ อีกทั้งส่งผลให้เกิดรูปแบบการกีฬาใหม่ๆ ที่ตอบสนองกับการดำเนินชีวิตในปัจจุบันและความนิยมขึ้นชมเฉพาะกลุ่มคน นอกจากนี้ ในยุคสังคมดิจิทัลยังสามารถใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารรูปแบบใหม่ รวมทั้งนวัตกรรม ทางการกีฬาเพื่อส่งเสริมกิจกรรมการกีฬาและสุขภาพของประชาชน สร้างความเป็นเลิศในเส้นทางอาชีพการกีฬา และการเพิ่มศักยภาพอุตสาหกรรมการกีฬา

จากสรุปผลการดำเนินงานตามประเด็นยุทธศาสตร์ทั้ง 6 ด้าน ของแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2555-2559) สามารถสรุปผลการพัฒนาที่เกี่ยวข้องกับกรมพลศึกษาได้ดังนี้

1. ยุทธศาสตร์การพัฒนาการออกกำลังกายและกีฬาขั้นพื้นฐาน

การพัฒนาการกีฬายังไม่ได้เป็นเป้าหมาย การพัฒนาหลักของระบบการศึกษาไทย ขาดการวางพื้นฐานการเล่นกีฬาที่ครอบคลุมให้กับเด็กและเยาวชน ขาดความเหมาะสมในการจัดเวลา สำหรับการออกกำลังกายของเด็กและเยาวชนในสถานศึกษาตลอดจนขาดแคลนบุคลากร ด้านพลศึกษาหรือครูพลศึกษาที่มีความรู้และทักษะด้านพลศึกษาหรือการกีฬา กล่าวคือ สถานศึกษาในสังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานจำนวนกว่า 30,000 แห่งทั่วประเทศไม่มีอัตราบรรจุครูพลศึกษามากกว่าครึ่งซึ่งเป็นปัญหาสะสมมายาวนานตั้งแต่ปี 2555 เมื่อกรมพลศึกษาได้ถูกโอนย้าย สังกัดจากกระทรวงศึกษาธิการไปอยู่ในสังกัด กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ส่งผลให้การเรียนการสอนในสถานศึกษาส่วนใหญ่ไม่ได้ให้ความสนใจหรือส่งเสริม การออกกำลังกายและกีฬาขั้นพื้นฐาน ให้แก่เด็กนักเรียน และทำให้เด็กและเยาวชนขาดความตระหนักถึงความสำคัญ ของการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาตั้งแต่เยาว์วัยรวมถึงขาดทักษะและความรู้ในการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐาน อย่างถูกต้อง ดังนั้นควรกำหนดให้สถานศึกษามีบทบาทหน้าที่หลักในการสนับสนุนออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพิ่มอัตรา หรือบรรจุครูพลศึกษาที่มีทักษะและความสามารถให้ครอบคลุมทุกสถานศึกษา รวมถึงพัฒนาหลักสูตรและบททดสอบกลาง ด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐาน และบูรณาการทำงานร่วมกันระหว่างกรมพลศึกษากับกระทรวงศึกษาธิการ เพื่อขับเคลื่อนยุทธศาสตร์อย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ

2. ยุทธศาสตร์การพัฒนาการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพื่อมวลชน

ยังไม่สามารถถูกขับเคลื่อนให้ประสบผลสำเร็จได้เนื่องจากผลการสำรวจในปี 2554 พบว่า ร้อยละ 26.1 ของประชาชนทั่วประเทศมีการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ ในขณะที่ปี 2558 พบว่า สัดส่วนประชาชนชาวไทยที่ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ มีเพียงร้อยละ 26.10 ของประชาชนทั้งประเทศเท่านั้น โดยมีสาเหตุจากการที่ชุมชนท้องถิ่นขาดสถานที่ออกกำลังกาย แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560-2564) กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ขาดโครงสร้างพื้นฐานด้านการกีฬาที่จะใช้ในการออกกำลังกายเล่นกีฬาและนันทนาการขาดบุคลากรการกีฬาในการเป็น ผู้นำและแนะนำการออกกำลังกาย ขาดโครงข่ายเชื่อมโยงและการบูรณาการระหว่างหน่วยงานต่างๆสำหรับการพัฒนาการ เล่นกีฬาและออกกำลังกายในท้องถิ่น ขาดการประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึง รวมไปถึงงบประมาณที่จำกัดจึงทำให้ชุมชน ขาดความตื่นตัวทางด้านความสำคัญของการกีฬาและโอกาสในการเข้าถึงกิจกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ดังนั้น

ควรพัฒนาสถานที่ออกกำลังกายสาธารณะ ขยายเวลาการให้บริการสถานกีฬา อีกทั้งควรจัดตั้ง ศูนย์ความรู้ด้านการกีฬา และจัดหาอาสาสมัครหรือผู้นำการออกกำลังกาย กำหนดให้การพัฒนา การกีฬาเป็นหนึ่งในหน้าที่หลักของหน่วยงานต่างๆ บรรจุบุคลากรที่มีความสามารถในการบริหาร จัดการกีฬา และร่างพระราชบัญญัติสำหรับส่งเสริมกีฬาเพื่อมวลชน

สำหรับการดำเนินงานตามประเด็นยุทธศาสตร์ทั้ง 6 ด้าน ของแผนพัฒนาการกีฬา แห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560-2564) ยุทธศาสตร์และตัวชี้วัดที่เกี่ยวข้องกับกรมพลศึกษา มีดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ 1 : การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกาย และ การกีฬาขั้นพื้นฐาน

เพื่อให้เด็กและเยาวชนทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษา ได้รับการศึกษาด้านพลศึกษาที่มีคุณภาพอย่างทั่วถึง จากครูพลศึกษาที่มีคุณภาพและจำนวนเพียงพอต่อความต้องการ มีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาขั้นพื้นฐานได้อย่าง ถูกต้อง รู้กฎ และกติกา จนสามารถถึงขั้นดูกีฬาเป็น เล่นกีฬาได้มีทัศนคติที่ดีมีระเบียบวินัยและน้ำใจนักกีฬา รวมถึง มีการจัดวางระบบโครงข่ายใน สถานศึกษาและชุมชน เพื่อสร้างความร่วมมือระหว่างสถานศึกษาและครอบครัว ในการผลักดันให้การ ออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตตั้งแต่ปฐมวัย

1. เป้าประสงค์

1.1 เด็ก และเยาวชน มีความเข้าใจและมีความตระหนักในกิจกรรมทางกาย การออกกำลังกายและ การเล่นกีฬาเพิ่มมากขึ้น

1.2 เด็ก และเยาวชน ทุกกลุ่มและทุกพื้นที่ มีสุขภาพร่างกายตามเกณฑ์มาตรฐาน

1.3 เด็ก และเยาวชน มีความรู้และทักษะในการออกกำลังกายและกีฬาที่ถนัด ได้อย่างน้อย 1 ชนิดกีฬา พร้อมกับมีความสำนึกถึงความมีระเบียบวินัยและน้ำใจนักกีฬา

2 ตัวชี้วัด

2.1 เด็กและเยาวชนทั่วประเทศไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ผ่านเกณฑ์มาตรฐาน สมรรถภาพทางกาย

2.2 มีครูพลศึกษาในสถานศึกษา ไม่น้อยกว่าร้อยละ 75 ของจำนวนสถานศึกษาทั่วประเทศภายในปี พ.ศ. 2564

2.3 มีการส่งเสริมกิจกรรมกีฬาผ่านโครงการ “1 โรงเรียน 1 กีฬา” ในสถานศึกษา ทุกแห่งทั่วประเทศ

2.4 มีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้และส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬานอกสถานศึกษา ในทุกตำบลทั่วประเทศไม่น้อยกว่า 4 ครั้งต่อปี

2.5 มีการเพิ่มวาระการประชุมเรื่องการพัฒนาการกีฬาในการประชุมของสถานศึกษาไม่น้อยกว่า 4 ครั้งต่อปี

ยุทธศาสตร์ที่ 2 : การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกายและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการกีฬา

เพื่อเสริมสร้างการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัยยุทธศาสตร์นี้ ถือว่ามีความสำคัญสำหรับ ประชาชนทั่วไป ทั้งนี้เพราะการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาจะทำให้ สุขภาพพลานามัยแข็งแรงลดค่าใช้จ่ายในการรักษา พยาบาล ลดปัญหาสังคม สามารถใช้ประโยชน์ใน

การแก้ไขปัญหายาเสพติดและอบายมุข โดยมีการสร้างโอกาสการเข้าถึงกิจกรรมการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา และมีการจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐานและสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ประชาชน ทุกกลุ่มอย่างทั่วถึง รวมไปถึงการส่งเสริมให้ประชาชนมีจิตสาธารณะ และพัฒนาระบบอาสาสมัคร การกีฬา

1. เป้าประสงค์

1.1 ประชาชนทุกภาคส่วนมีสุขภาพโดยเฉลี่ยที่ดีขึ้นจากการออกกำลังกายและ การ เล่นกีฬา

1.2 มีโครงสร้างพื้นฐานด้านการกีฬาที่มีมาตรฐาน และสามารถรองรับกิจกรรมกีฬา ของประชาชนทุกกลุ่มอายุ อย่างมีความเสมอภาคกัน พร้อมทั้งมีสิ่งอำนวยความสะดวกให้แก่คน พิการและผู้สูงอายุให้ครอบคลุมในทุกท้องถิ่น

1.3 สร้างโอกาสในการเข้าถึง และมีการประชาสัมพันธ์ถึงกิจกรรมและการบริการ ทางการศึกษา รวมทั้ง สร้างความรู้สึกรักเป็นเจ้าของและร่วมดูแลโครงสร้างพื้นฐานด้านการกีฬาของ ชุมชนท้องถิ่น

1.4 มีอาสาสมัครทางการกีฬาและผู้นำการออกกำลังกายที่มีความพร้อม ในการช่วยเหลือ หรือให้การดูแลการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของชุมชนท้องถิ่น

2. ตัวชี้วัด

2.1 มีการจัดเตรียมและพัฒนาสถานกีฬาสาธารณะไม่น้อยกว่า 1 แห่งต่อตำบล

2.2 มีการจัดอุปกรณ์การออกกำลังกาย/เล่นกีฬาไม่น้อยกว่า 5 ชนิดกีฬาต่อตำบลต่อปี

2.3 มีการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อมวลชนทั่วประเทศที่จัด ขึ้นโดยหน่วยงานภาครัฐ หรือเกิดจากความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภาครัฐและเอกชน เพิ่มขึ้นอย่าง ต่อเนื่องไม่น้อยกว่าร้อยละ 10 ต่อปี

2.4 จำนวนบุคลากรและผู้นำทางกีฬาและนันทนาการได้รับการพัฒนา ผ่านการ ประเมินและทดสอบ ถูกติดตามและบันทึกอย่างถูกต้อง โดยมีอัตราการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ไม่น้อยกว่าร้อยละ 5 ต่อปี

2.5 ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เฉลี่ยของประชากรทั่วประเทศดีขึ้นร้อยละ 5 เมื่อเทียบ กับเกณฑ์มาตรฐานสากล

2.6 มีอาสาสมัครทางการกีฬาครบทุกหมู่บ้าน และไม่น้อยกว่า 1 คนต่อจำนวน ประชากร 900 คน

การขับเคลื่อนแผนพัฒนาการกีฬาสู่การปฏิบัติ

การขับเคลื่อนแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) สู่การปฏิบัติ ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลาย ประการ ทั้งการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในการวางแผน ความชัดเจนของแผน การรับรู้เข้าใจในการนำแผนไปปฏิบัติ การดำเนินการตามขอบเขตหน้าที่ความรับผิดชอบของแต่ละ หน่วยงานที่มีบทบาทเกี่ยวข้องกับการพัฒนาการกีฬาของ ประเทศไทยตลอดจนระบบการบริหาร จัดการแผนสู่การปฏิบัติที่มีความเชื่อมโยงกันในระดับต่างๆตั้งแต่ระดับยุทธศาสตร์ที่เชื่อมต่อกับ แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติแผนยุทธศาสตร์ของหน่วยงาน แผนเฉพาะด้าน แผนปฏิบัติการ รวมถึงระบบ

การจัดสรรงบประมาณที่มีประสิทธิภาพ ตอบสนองต่อการพัฒนาเชิงบูรณาการและการพัฒนาที่ต่อเนื่อง ตลอดจนการพัฒนากระบวนการติดตามประเมินผลการดำเนินงานของภาครัฐที่สอดคล้องกับเป้าหมายและแนวทางการพัฒนาตามยุทธศาสตร์อย่างแท้จริง

1. แนวทางการขับเคลื่อนแผนพัฒนาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา การขับเคลื่อนแผนพัฒนาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (พ.ศ. 2560 – 2564) มีหลักการวัตถุประสงค์และแนวทาง การขับเคลื่อนแผนสู่การปฏิบัติดังนี้

1.1 หลักการ

1.1.1 ขับเคลื่อนการพัฒนาการศึกษาของประเทศ โดยยึดแผนพัฒนาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (พ.ศ. 2560-2564) เป็นกรอบทิศทางหลักในการดำเนินงาน และแปลงสู่การปฏิบัติในทุกกระดับ

1.1.2 กระจายการพัฒนาลงสู่พื้นที่ โดยให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในระดับพื้นที่มีส่วนร่วมในการดำเนินการ ขับเคลื่อนการพัฒนาการศึกษาในทุกกระดับ และเป็นจุดเชื่อมโยงการพัฒนา ระหว่างการบริหารจัดการในระดับท้องถิ่น และระดับนโยบาย

1.1.3 ใช้กลไกและเครื่องมือการพัฒนาของภาครัฐ ภาคประชาชน ภาคธุรกิจเอกชน และสื่อมวลชน อย่างบูรณาการให้การขับเคลื่อนเกิดประสิทธิภาพผ่านกระบวนการสร้างเครือข่ายที่สามารถตอบสนองต่อการแก้ไขปัญหา และการพัฒนาศักยภาพของการศึกษาในแต่ละพื้นที่

1.1.4 ระบบการบริหารจัดการแผนสู่การปฏิบัติที่มีความเชื่อมโยงกันในระดับต่างๆ ตั้งแต่ระดับแผนพัฒนา ระดับชาติแผนพัฒนาการศึกษาระดับมัธยมศึกษาของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง แผนเฉพาะด้าน แผนปฏิบัติการ และระบบการจัดสรรงบประมาณที่มีประสิทธิภาพ สามารถตอบสนองการพัฒนาเชิงบูรณาการได้อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งระบบการติดตามประเมินผลการดำเนินงานของภาครัฐที่สอดคล้องกับเป้าหมายและแนวทางการพัฒนาตามแผน

1.2 วัตถุประสงค์

1.2.1 เพื่อให้การขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ของแผนพัฒนาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (พ.ศ. 2560-2564) สู่การปฏิบัติด้วยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนที่มีความเกี่ยวข้อง

1.2.2 เพื่อบูรณาการแผนงานจากส่วนกลาง พื้นที่และท้องถิ่น/ชุมชนในการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ภายใต้แผนพัฒนาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (พ.ศ.2560-2564) สู่การปฏิบัติการขับเคลื่อนแผนพัฒนาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (พ.ศ.2560-2564) กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา 42

1.2.3 เพื่อติดตามและประเมินผลการพัฒนาที่มีความเชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่ภาพรวมของประเทศ ลงสู่ภูมิภาค พื้นที่และชุมชน

1.3 แนวทางการขับเคลื่อน การขับเคลื่อนแผนพัฒนาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (พ.ศ.2560 – 2564) ไปสู่การปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสอดคล้องกันตั้งแต่ระดับนโยบายจนถึงระดับปฏิบัติการ ควรมีแนวทาง ดำเนินการ ดังนี้

1.3.1 ระดับนโยบาย คณะกรรมการนโยบายการศึกษาแห่งชาติ (ที่จะจัดตั้งขึ้นตามร่างพระราชบัญญัติ นโยบายการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ...) เป็นหน่วยงานหลักในการพิจารณา กำหนดนโยบายหรือให้ความเห็น กำกับดูแลนโยบาย ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการศึกษาก่อนนำเสนอ

คณะรัฐมนตรีเพื่อให้ความเห็นชอบและสั่งการต่อไป โดยกระทรวง การท่องเที่ยวและกีฬาในฐานะ เลขาธิการคณะกรรมการนโยบายการกีฬาแห่งชาติทำหน้าที่ในการนำนโยบายและ ข้อสั่งการในระดับ นโยบายแจ้งประสานไปยังหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งติดตามประเมินผลสำเร็จของ การ ดำเนินการ และนำเสนอข้อแนะนำปัญหาอุปสรรคเสนอต่อคณะกรรมการนโยบายการกีฬาแห่งชาติ ทั้งนี้สำนักงาน ปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา กรมพลศึกษา การกีฬาแห่งประเทศไทย สถาบัน การพลศึกษา พิจารณาปรับปรุง นโยบายยุทธศาสตร์แผนปฏิบัติการและแผนงาน/โครงการในความ รับผิดชอบ ให้สอดคล้องกับเจตนารมณ์ของแผนพัฒนาการ กีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560-2564)

1.3.2 ระดับการขับเคลื่อนแผน กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาในฐานะ เลขาธิการคณะกรรมการนโยบาย การกีฬาแห่งชาติทำหน้าที่ในการนำนโยบายและข้อสั่งการในระดับ นโยบายแจ้งประสานไปยังหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งติดตามประเมินผลสำเร็จของการ ดำเนินการ และนำเสนอข้อแนะนำปัญหาอุปสรรคเสนอต่อคณะกรรมการ นโยบายการกีฬาแห่งชาติ ทั้งนี้สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา กรมพลศึกษา การกีฬาแห่งประเทศไทย สถาบัน การพลศึกษา พิจารณาปรับปรุงนโยบายยุทธศาสตร์แผนปฏิบัติการ และแผนงาน/โครงการในความ รับผิดชอบ ให้สอดคล้องกับเจตนารมณ์ของแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560-2564) หน่วยงานรับผิดชอบการขับเคลื่อนการดำเนินงานในแต่ละยุทธศาสตร์ประกอบด้วย

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการ ออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐาน : กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (*กรมพลศึกษา*) เป็น หน่วยงานรับผิดชอบหลัก โดยมีหน่วยงานสนับสนุน ได้แก่ สถาบันการพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์กระทรวงมหาดไทย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สมาคมกีฬา สถานศึกษา สื่อมวลชน และเอกชน

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกายและมีส่วน ร่วมในกิจกรรมการกีฬา: กระทรวง การท่องเที่ยวและกีฬา (*กรมพลศึกษา*) เป็นหน่วยงานรับผิดชอบ หลักโดยมีหน่วยงานสนับสนุน ได้แก่ กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงมหาดไทย กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงกลาโหม สำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สมาคมกีฬาสถานศึกษาสื่อมวลชน และเอกชน

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การพัฒนากีฬาสู่ความเป็นเลิศและต่อยอดเพื่อ ความสำเร็จในระดับอาชีพ: กระทรวง การท่องเที่ยวและกีฬา (การกีฬาแห่งประเทศไทย) เป็น หน่วยงานรับผิดชอบหลัก โดยมีหน่วยงานสนับสนุน ได้แก่ กระทรวงพาณิชย์กระทรวงการคลัง กระทรวงแรงงาน สมาคมกีฬา คณะกรรมการโอลิมปิกแห่งประเทศไทย ในพระบรม ราชูปถัมภ์ และคณะกรรมการพาราลิมปิกแห่งประเทศไทยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สถานศึกษา สื่อมวลชน และเอกชน แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560 – 2564) กระทรวง การท่องเที่ยวและกีฬา

ยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาอุตสาหกรรมการกีฬาเพื่อเป็นส่วนสำคัญใน การสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจ: กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เป็นหน่วยงานรับผิดชอบหลัก โดย มีหน่วยงานสนับสนุน ได้แก่ การท่องเที่ยว แห่งประเทศไทย กระทรวงพาณิชย์กระทรวงการคลัง กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สำนักงานตำรวจแห่งชาติสำนักงาน

คณะกรรมการส่งเสริมการลงทุน กระทรวงอุตสาหกรรม สภาอุตสาหกรรม แห่งประเทศไทย สภาหอการค้าแห่งประเทศไทย สื่อมวลชน และเอกชน

ยุทธศาสตร์ที่ 5 การพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา:กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (การกีฬาแห่งประเทศไทยร่วมกับกรมพลศึกษา) เป็นหน่วยงานรับผิดชอบหลัก โดยมีหน่วยงานสนับสนุน ได้แก่ กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีกระทรวงพาณิชย์ กระทรวงอุตสาหกรรม สมาคมกีฬา องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติสภาอุตสาหกรรม แห่งประเทศไทย สภาหอการค้าแห่งประเทศไทย สื่อมวลชน และเอกชน

ยุทธศาสตร์ที่ 6 การยกระดับการบริหารจัดการด้านการกีฬาให้มีประสิทธิภาพ : กระทรวงการท่องเที่ยว และกีฬา เป็นหน่วยงานรับผิดชอบหลัก โดยมีหน่วยงานสนับสนุน ได้แก่ กระทรวงการคลัง กระทรวงพาณิชย์ กระทรวงมหาดไทยกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุขกระทรวงยุติธรรม กระทรวงวัฒนธรรม กระทรวงคมนาคม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น และหน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา ในทุกระดับ

ทั้งนี้ หน่วยงานหลักในแต่ละยุทธศาสตร์จะทำหน้าที่ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานสนับสนุนต่างๆ ในระดับปฏิบัติการ และเป็นผู้สนับสนุนการพัฒนาในระดับพื้นที่ โดยควรมีการกำหนดบทบาทในการพัฒนาและแนวทาง ขับเคลื่อนแผน/โครงการตามแผน ได้แก่การส่งเสริม สนับสนุนและอำนวยความสะดวกการดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนการเผยแพร่ผลการดำเนินงานให้สาธารณชนทราบเป็นระยะ

1.3.3 ระดับปฏิบัติการ ประกอบด้วย ส่วนราชการต่างๆ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ที่มีภารกิจเกี่ยวข้องกับการพัฒนาการออกกำลังกายและการกีฬา สมาคมกีฬา ชมรมกีฬา สโมสรกีฬา สถาบันอุดมศึกษา สถานศึกษา รวมทั้งองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ทุกระดับ เป็นผู้รับนโยบายจากคณะกรรมการนโยบายการกีฬาแห่งชาติ และคณะรัฐมนตรีไปสู่การปฏิบัติ โดยประสานงานและเชื่อมโยงการดำเนินงานให้มุ่งสู่การขับเคลื่อนแผนในแต่ละยุทธศาสตร์ โดยมีแนวทางการปฏิบัติดังนี้

1. กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา โดยสำนักงานปลัดกระทรวง กรมพลศึกษา การกีฬาแห่งประเทศไทย และสถาบันการพลศึกษา พิจารณาปรับปรุงแผน นโยบาย หรือยุทธศาสตร์ ในความรับผิดชอบให้สอดคล้อง กับเจตนารมณ์ของแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560 – 2564)

2. ส่วนกลาง กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ประสานงานกับส่วนราชการและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทั้งในฐานะหน่วยรับผิดชอบหลักและหน่วยสนับสนุน ให้รับทราบถึงเจตนารมณ์และกรอบแนวทางการดำเนินการ ของแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560 – 2564) และพิจารณาจัดทำแผนปฏิบัติการรองรับในส่วน ที่รับผิดชอบ พร้อมกับกำหนดจุดประสานงาน (Contact Point) ที่สามารถเชื่อมโยงเป็นเครือข่ายเพื่อประสานการปฏิบัติที่ชัดเจนตลอดระยะเวลาของแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560 – 2564)

3. ระดับภูมิภาค กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา พิจารณากระจายภารกิจและความรับผิดชอบ ในการดำเนินการตามแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564) ไปสู่จังหวัด โดยดำเนินการดังนี้ แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564) กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

3.1 กรมพลศึกษา ประสานงานกับจังหวัด (โดยผ่านความร่วมมือกับ ทกจ. และ กศจ.) ให้รับทราบถึงเจตนารมณ์และกรอบแนวทางการดำเนินการของแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564) พร้อมกับเสนอขอบรรจุยุทธศาสตร์การพัฒนากีฬาไว้ในแผนปฏิบัติการราชการของจังหวัดโดยเชื่อมโยงกระบวนการ และสาระของแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติในระดับพื้นที่ เพื่อให้เป็นไปในทิศทางเดียวกันเพื่อให้เกิดการพัฒนาสุขภาพ และคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชนทุกกลุ่มวัย พร้อมกำหนดจุดประสานที่ชัดเจนพร้อมปฏิบัติ

3.2 การกีฬาแห่งประเทศไทย ประสานงานกับสมาคมกีฬาจังหวัด และหน่วยงาน ด้านการพัฒนาการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของจังหวัดให้รับทราบถึงเจตนารมณ์และกรอบแนวทางการดำเนินการ ของแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564) พร้อมดำเนินการวางแผนจัดทำฐานข้อมูลและบันทึก สถิติทางการกีฬาให้เป็นระบบ รวมถึงการจัดทำแผนหรือกรอบแนวทางในการสร้างและพัฒนานักกีฬาในระยะที่มี ความต่อเนื่องพร้อมกำหนดจุดประสานที่ชัดเจนพร้อมปฏิบัติ

3.3 สถาบันการพลศึกษา ประสานงานกับสถานศึกษาโดยอาศัยความร่วมมือกับหน่วยงานรัฐ ที่เกี่ยวข้องในพื้นที่รับผิดชอบทุกระดับให้รับทราบถึงเจตนารมณ์และกรอบแนวทางการดำเนินการของแผนพัฒนา การกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564) พร้อมกับส่งเสริมการพัฒนาคณะความรู้เพื่อให้สถานศึกษา หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่มีความตื่นตัว และตระหนักในการพัฒนาการกีฬาทุกระดับในพื้นที่รับผิดชอบ

4. ระดับท้องถิ่น กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ประสานงานกับกระทรวงมหาดไทยและองค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่นโดยตรง เพื่อให้มีการนำเสนอเจตนารมณ์และกรอบแนวทางการดำเนินการของแผนพัฒนาการกีฬา แห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564) ให้ทุกองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั่วทุกภูมิภาครับทราบและนำไป กำหนดเป็นยุทธศาสตร์หรือแนวทางในการพัฒนากิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาในพื้นที่รับผิดชอบ ทั้งนี้ การดำเนินการให้เป็นไปตามเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ.2542 และระเบียบต่างๆของกระทรวงมหาดไทยโดยอาศัยอำนาจตามกฎหมาย พร้อมกำหนด จุดประสานที่ชัดเจนพร้อมปฏิบัติ

5. เครือข่ายภาคประชาชน โดยสนับสนุนให้ภาคประชาชน ซึ่งประกอบไปด้วย (1) พ่อแม่ผู้ปกครอง (2) ชุมชน และ(3) สถานศึกษา ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาการกีฬาเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงกัน โดยเฉพาะ การจัดให้มีและส่งเสริมกิจกรรมกีฬาที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชนท้องถิ่น

แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกาย จากการศึกษาและรวบรวมข้อมูลแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายในประเทศไทยนั้น พบว่าข้อมูลที่ใช้ในการศึกษามีน้อยมากแต่จากการศึกษาในครั้งนี้พบว่า ประเทศไทยนั้น มีการออกกำลังกายในลักษณะของการป้องกันตัวเพื่อใช้ในการฝึกฝนทางการทหารเป็นหลัก อีกทั้งยังเป็นการออกกำลังกายเพื่อรักษาโรคอีกด้วย การออกกำลังกายนั้นเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อให้ส่วนต่างๆในร่างกาย เกิดการเคลื่อนไหว เพื่อช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้กับร่างกายเกิดความแข็งแรง จึงทำให้คนไทยมีการออกกำลังกายกันมายาวนาน ในสมัยของรัชกาลที่ 5 ได้ทรงมีการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีรูปแบบ และเป็นแบบแผนมากขึ้น โดยทรงนำแนวคิดและกฎกติกาต่างๆ ที่เกี่ยวกับการออกกำลังกายมาจาก ประเทศตะวันตกมาเผยแพร่ในประเทศไทย ทำให้การออกกำลังกายเป็นที่นิยมของประชาชนทั่วไปมากขึ้น และยังเป็นส่งเสริมให้ประชาชนคนไทยหันมาออกกำลังกายมากขึ้นอีกด้วย ในปี พ.ศ. 2507 ได้มีการส่งเสริมและพัฒนาการออกกำลังกาย ให้มีแบบแผนที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น และองค์กรส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทย ได้มีการรณรงค์ส่งเสริมให้ประชาชนได้ออกกำลังกาย โดยทำให้เห็นถึงคุณประโยชน์และ คุณค่าในการออกกำลังกาย ในส่วนของความร่วมมือระหว่างกระทรวงสาธารณสุขและกรมอนามัย จึงได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของคุณประโยชน์ของการออกกำลังกายที่ส่งผลดีต่อสุขภาพของประชาชน ดำเนินโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ 12 ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549) ที่ตั้งเป้าหมายให้ประชาชนออกกำลังกายและเล่นกีฬามากขึ้น (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ 9, 2545) จากการรณรงค์ของสาธารณสุขให้ประชาชนหันมาใส่ใจการออกกำลังกายกันมากขึ้นส่งผลดีในหลายๆด้านโดยเฉพาะช่วยลดอัตราการเกิดโรคต่างๆ เช่น ความดันโลหิต เส้นเลือดในสมองตีบ โรคหัวใจ เป็นต้น ซึ่งพบว่าการออกกำลังกายนั้น เป็นปัจจัยที่ช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรงมีสุขภาพที่ดีที่มีผลที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ

จากความสำคัญดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาแนวคิดรวบยอดเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อใช้ในการศึกษาปัจจัยการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการศูนย์สุขภาพในเขตวัฒนากรุงเทพมหานคร ในปัจจุบันการออกกำลังกายได้รับความนิยมเป็นจำนวนมาก จะเห็นได้จากจำนวนผู้เข้าใช้บริการตามศูนย์สุขภาพ สวนสาธารณะ ศูนย์ออกกำลังกายตามแหล่งชุมชนต่างๆ ที่มีการให้บริการกันมากขึ้น การออกกำลังกายนอกจากจะเป็นการเสริมสร้างสุขภาพที่ดีแล้วยังเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ในการทำกิจกรรมร่วมกันของคนในชุมชน และในกลุ่มคนที่หันมาใส่ใจในสุขภาพ โดยมีผู้ให้ความหมายและนิยามในการออกกำลังกายดังนี้

มนูวา ทินสุนทร (2541) การออกกำลังกาย หมายถึง การออกกำลังกายที่ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรง ความสมบูรณ์ให้กับ ร่างกายความแข็งแรงของปอด หัวใจ กล้ามเนื้อและระบบการไหลเวียนโลหิต ดังนั้นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพนั้นจึงขึ้นอยู่กับบุคคลที่มีเป้าหมายในการออกกำลังกายที่แตกต่างไป

จิตอารี ศรีอาคะ (2543) การออกกำลังกาย หมายถึงกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกายอย่างมีแบบแผนโดยมีการกำหนดความถี่ ความนาน ความแรง ระยะเวลาในการอบอุ่น

ร่างกายและระยะผ่อนคลายร่างกายที่ถูกต้องและมีการกระทำเป็นประจำก่อให้เกิดการเสริมสร้างสมรรถภาพและคงไว้ให้มีสุขภาพดี

พินิต วิทยุติ (2540) การออกกำลังกาย หมายถึงการกระทำใดๆก็ตามที่ทำให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวในส่วนต่างๆ เพื่อเป็นการเสริมสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม โดยการใช้กิจกรรมที่ง่าย มีกฎกติกาที่ไม่ซับซ้อน

สมบัติ กาญจนกิจ (2541) การออกกำลังกาย หมายถึง การใช้แรงกล้ามเนื้อและร่างกายให้เกิดการเคลื่อนไหว เพื่อให้ร่างกายแข็งแรงและมีสุขภาพที่ดีโดยการเลือกใช้กิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นสื่อในการให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหว ตัวอย่างเช่น การบริหารร่างกายด้วยการเดินเร็ว วิ่ง เหยาะ หรือการฝึกที่ไม่มุ่งการแข่งขัน

จรรยาลักษณ์ สุขแจ่ม (2541) การออกกำลังกาย หมายถึง การกระทำที่บุคคลใดบุคคลหนึ่ง กระทำขึ้นเพื่อให้เกิดการเคลื่อนไหวของส่วนต่างๆของร่างกายที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของระบบ 13 ต่างๆ ในร่างกายโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างการมีสุขภาพที่ดี ซึ่งจะแตกต่างกันออกไปแล้วแต่การกระทำที่แต่ละบุคคลเลือก

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมสุขภาพ (2543) การออกกำลังกาย หมายถึง บทบาทหน้าที่ของร่างกายในการเคลื่อนไหวเพื่อการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอเพื่อส่งผลให้ร่างกายมีความแข็งแรงสมบูรณ์ ในด้านการป้องกันโรคนั้น

การออกกำลังกายช่วยลดความเสี่ยงและปัจจัยที่ก่อให้เกิดโรคต่างๆ ที่สำคัญและเป็นกันมาก เช่น โรคเบาหวาน ความอ้วน โรคหัวใจและหลอดเลือด ความดันโลหิต เป็นต้น ซึ่งเป็นผลมาจากการขาดการออกกำลังกายหรือมีการเคลื่อนไหวในส่วนต่างๆของร่างกายน้อย กระทรวงสาธารณสุข จึงได้เล็งเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ที่เปรียบเสมือนเป็นวัคซีนป้องกันโรคหรือ ปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ที่ก่อให้เกิดโรค นอกจากนั้นยังเป็นการช่วยส่งเสริมอีกวิธีหนึ่งที่ทำให้มีสุขภาพที่ดีและมีความสุขสบาย ส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพแข็งแรง เสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดี นอกจากนั้นการออกกำลังกายยังเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย แม้ในคนป่วยยังต้องมีการออกกำลังกายใน รูปแบบของกายภาพบำบัดเพื่อให้ร่างกายมีการฟื้นฟูสภาพเร็วยิ่งขึ้นและชะลอการเสื่อมสภาพในวัยชรา การออกกำลังกายจึงเป็นการช่วยป้องกันและรักษาอาการของโรคและลดปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคที่เกิด ในวัยชราอีกด้วย จากความหมายดังกล่าวผู้วิจัยประมวลได้ว่า การออกกำลังกาย หมายถึง การใช้แรงกล้ามเนื้อ เพื่อให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวอย่างมีระบบแบบแผน โดยมีการกำหนดความถี่ของการออกกำลังกาย ความแรงหรือความหนักของการออกกำลังกาย ความหนาหรือระยะเวลาของการออกกำลังกายระยะเวลา ในการอบอุ่นร่างกายและระยะผ่อนคลายร่างกายที่ถูกต้อง ทั้งนี้การออกกำลังกายในรูปแบบใดหรือใช้กิจกรรมใดเป็นสื่อก็ได้ตามแต่ความชอบของแต่ละบุคคล โดยผลของการออกกำลังกายจะช่วยทำให้ร่างกายเกิดความแข็งแรง ระบบการทำงานต่างๆของร่างกายมีประสิทธิภาพดีขึ้น มีสุขภาพที่ดีขึ้น เกิดคุณค่าและประโยชน์ของการออกกำลังกาย การออกกำลังกายจึงเป็นสิ่งสำคัญและมีประโยชน์ดังต่อไปนี้

1.1 ประโยชน์ของการออกกำลังกายด้านร่างกาย

1.1.1 ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก การออกกำลังกายที่มีความสม่ำเสมอจะช่วยทำให้ระบบกล้ามเนื้อมีการเจริญเติบโตขึ้น ขนาดของเส้นใยกล้ามเนื้อมีการขยายตัวที่เพิ่มขึ้น

เพิ่มความสามารถและเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของระบบกล้ามเนื้อ นอกจากนี้ในส่วนของเส้นใยกล้ามเนื้อขนาดใหญ่จะมีการสร้างกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น ทำให้กล้ามเนื้อมีความแข็งแรงและสามารถให้พลังงานที่มากขึ้น หลอดเลือดมีการกระจายตัวในกล้ามเนื้อมากขึ้นทำให้กล้ามเนื้อสามารถดึงออกซิเจนมาใช้ในร่างกายได้มากขึ้น ในส่วนของกระดูกในขณะที่ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวกระดูกจะถูกดึงถูกบีบจากแรงกล้ามเนื้อกระตุ้น ให้กระดูกมีการเจริญขึ้น กระดูกอ่อนและข้อต่างๆ จะแข็งแรงขึ้น ส่งผลให้กล้ามเนื้อในส่วนเอ็นมีความสามารถในการยืดและหดตัวได้ดี เมื่อร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวข้อต่อจะสามารถเคลื่อนไหวได้ ตลอดช่วงของการเคลื่อนไหว หรือมีการเคลื่อนไหวได้มากกว่าปกติเมื่อองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยในการเคลื่อนไหวนี้แข็งแรงขึ้นแล้วนั้น จะส่งผลให้เกิดอัตราการบาดเจ็บที่เกิดจากการออกกำลังกายหรือ อุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันลดน้อยลง ทำให้สมรรถภาพทางด้านร่างกายในทุกๆ ด้านดีขึ้นตามไปด้วย นอกจากนี้การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะสามารถช่วยป้องกันภาวะโรคกระดูกพรุน ช่วยชะลอการเสื่อมของกระดูก

1.1.2 ระบบหัวใจและระบบการไหลเวียนโลหิต การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ นั้นจะทำให้ระบบหัวใจและระบบการไหลเวียนของโลหิตทำงานได้มากขึ้น เมื่อระบบหัวใจทำงานได้ดี จะส่งผล ให้กล้ามเนื้อหัวใจมีขนาดใหญ่ขึ้น เพิ่มประสิทธิภาพในการสูบฉีดเลือดออกจากหัวใจเพื่อเพิ่มปริมาณ ของเลือดให้ร่างกาย เพิ่มปริมาณการนำพาออกซิเจนเข้าสู่เส้นเลือดช่วยให้หลอดเลือดทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพไม่เปราะบางและมีความยืดหยุ่นที่ดี การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จึงเปรียบเสมือน กลไกที่สำคัญในการป้องกันการเกิดโรคหัวใจ และยังทำให้โคเลสเตอรอลชนิดที่มีความหนาแน่นลด ต่ำลง ซึ่งไขมันชนิดที่เรียกว่า LDL (Low Density Lipoprotein) ในร่างกายลดลง เนื่องจากไขมันชนิดนี้ จะไปเกาะอยู่ตามผนังหลอดเลือดทำให้เกิดการขัดขวางของระบบการไหลเวียนของโลหิต ที่เป็นสาเหตุของการเกิดการอุดตันของหลอดเลือด และการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ นั้นยังช่วยทำให้เกิด โคเลสเตอรอลชนิดที่มีความหนาแน่นสูงที่เรียกว่า HDL (High Density Lipoprotein) เพิ่มมากขึ้นโอกาส ที่จะเกิดความเสียหายจากการเป็นโรคหัวใจ และทำให้หัวใจเกิดการขาดเลือดน้อยลง การออกกำลังกายจึง เป็นสิ่งสำคัญที่นอกจากจะทำให้ร่างกายแข็งแรงแล้วยังช่วยให้น้ำหนักตัวลดลง ลดการสะสมไขมันในร่างกาย ส่งผลให้ไขมันในเส้นเลือดลดลงอัตราการเต้นของหัวใจต่ำลงการเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายลดลงเมื่อหยุดพักหลังออกกำลังกาย

1.1.3 ระบบการหายใจ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ทำให้กล้ามเนื้อทรวงอกมีการขยายตัวใหญ่ขึ้น กล้ามเนื้อที่ทำหน้าที่หายใจมีความแข็งแรงและทำงานได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น การออกกำลังกายจะมีการเพิ่มการหายใจให้กับร่างกายทำให้ปริมาณอากาศที่หายใจเข้าหรือหายใจออกแต่ละครั้งเพิ่มขึ้น และช่วยเพิ่มปริมาณอากาศในขณะที่หายใจออกเต็มที่ภายหลังหายใจเข้าเต็มที่ ทำให้อัตราการหายใจช้าลงความรู้สึกของการหายใจเพิ่มขึ้น ถ้าร่างกายมีการออกกำลังกายต่อเนื่องไปอีก 2-3 นาที การหายใจจะเพิ่มขึ้น เมื่อหยุดออกกำลังกาย การหายใจจะลดลงทันทีและกลับเข้าสู่สภาวะปกติ นอกจากนั้นการออกกำลังกายจะทำให้ปริมาตรการไหลเวียนของเลือดเข้าสู่ปอดได้ดีขึ้น มีการใช้ออกซิเจนได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพิ่มความทนทานและความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกายและกิจกรรมการทำงานต่างๆในชีวิตประจำวันได้ดี

1.1.4 ระบบประสาท การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทำให้การทำงานของสมองมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น มีการสั่งงานให้กล้ามเนื้อต่างๆทำงานประสานกันได้และยังทำให้อวัยวะต่างๆที่ควบคุมด้วยประสาทอัตโนมัติทำงานได้ดี ในขณะที่ออกกำลังกายจะเกิดการหดตัวของกล้ามเนื้อไปกระตุ้นให้ต่อมแอดรีนาลีนหลังสารนอร์แอดรีนาลีน และสารนี้จะไปกระตุ้นระบบประสาทอัตโนมัติอีกต่อหนึ่งจะมีผลทำให้เหงื่อออกมากขึ้น เมื่อเหงื่อมีปริมาณมากอุณหภูมิในร่างกายจะปรับลดลงในทางกลับกันในขณะที่ออกกำลังกาย ร่างกายจะมีอุณหภูมิสูงขึ้น จะช่วยให้ระบบเผาผลาญทำงานได้ดีมากขึ้น ช่วยในร่างกายสามารถเพิ่มปริมาณเลือดที่ออกจากหัวใจส่งผลให้เพิ่มปริมาณออกซิเจนในส่วนต่างๆ ของร่างกาย เพิ่มการถ่ายเทคาร์บอนไดออกไซด์เพิ่มการถ่ายเทของเสียจากการเผาผลาญและเพิ่มอาหารให้แก่กล้ามเนื้อ

1.1.5 ระบบทางเดินอาหารการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะช่วยทำให้การเคลื่อนไหวของกระเพาะอาหารและลำไส้ทำงานได้ดีขึ้น ช่วยลดอาการท้องผูกได้ เนื่องจากในขณะที่มีการออกกำลังกายนั้น อาหารที่เรารับประทานเข้าไปจะส่งผ่านไปยังทางเดินลำไส้ส่งผลให้ร่างกายมีการปล่อยสาร แมกนีเซียมเข้าสู่ลำไส้ซึ่งสารชนิดนี้มีฤทธิ์เป็นยาระบายทำให้ลดอาการท้องผูกได้และการออกกำลังกาย ยังช่วยลดการหลังกรดในกระเพาะอาหาร ที่เป็นสาเหตุของการเกิดแผลในกระเพาะอาหารอีกทั้งยังลดการหลังสารที่ก่อให้เกิดนิ่วในถุงน้ำดีที่เป็นสาเหตุของการเกิดโคเลสเตอรอลในร่างกายอีกด้วย

1.1.6 ระบบต่อมไร้ท่อและการเผาผลาญอาหารการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะกระตุ้น ให้ต่อมหมวกไตมีการหลั่งฮอร์โมนอีปิเนพรีน และนอร์อีปิเนพรีน มีผลทำให้มีการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายคือ การเต้นของหัวใจจะเต้นถี่และแรงขึ้น สามารถสูดฉีดเลือดไปยังอวัยวะต่างๆ ที่ต้องการเลือดมาเลี้ยงมากๆ เช่น กล้ามเนื้อหัวใจได้ดีขึ้น การสลายตัวของไกลโคเจนเพิ่มขึ้นในตับทำให้กล้ามเนื้อมีการละลายไขมัน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้จะทำให้ร่างกายมีการนำพลังงานมาใช้ในการเผาผลาญเพิ่มมากขึ้น ให้เกิดความสมดุลกับพลังงานที่ต้องใช้ในการออกกำลังกาย เมื่อร่างกายเกิดการเผาผลาญ อาหารจะหลั่งสารแคลทีโคลามีน และสารกลูคาگونเพิ่มขึ้นลดระดับอินซูลินในกระแสเลือด ซึ่งมีผลต่อการลดภาวะเสี่ยงของโรคเบาหวาน

1.1.7 ระบบภูมิคุ้มกัน การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันเมื่อระบบคุ้มกันทำงานได้ดีแล้วส่งผลให้ร่างกายเกิดการยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์ ที่ผิดปกติได้และเพิ่มอัตราการไหลเวียนของเม็ดเลือดขาวชนิดโคไซด์ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงเสี่ยงจากการเป็น มะเร็งเต้านม มะเร็งทางระบบอวัยวะสืบพันธุ์และยังช่วยลดปัจจัยเสี่ยงจากการเกิดมะเร็งลำไส้ด้วย

1.2 ประโยชน์ของการออกกำลังกายด้านจิตใจและสังคม การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ这不仅จะทำให้ร่างกายมีสุขภาพที่ดีแล้ว ยังส่งผลดี ทางด้านจิตใจและด้านสังคมอีกด้วย เนื่องจากการออกกำลังกายสม่ำเสมอจะส่งผลให้ร่างกายมีความ แข็งแรง เกิดการหลั่งฮอร์โมนจากต่อมใต้สมองที่ เรียกว่าฮอร์โมนเอ็นดอร์ฟิน ที่สามารถช่วยลดอาการ เจ็บปวด ลดความตึงเครียด ลดความวิตกกังวล ลดอาการซึมเศร้าได้ นอกจากนี้การออกกำลังกายจะทำให้เกิดการเพลิดเพลิน สนุกสนานจากการทำกิจกรรม ส่งผลดีทางด้านจิตใจ ทำให้เป็นบุคคลที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่มั่นคง สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดีมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีและเกิดความสามารถใน การคิดอย่าง

สร้างสรรค์ในด้านสังคมจะช่วยให้การเพิ่มคุณภาพทางสังคม ความฉลาดทางสังคม เนื่องจากการออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่ทำร่วมกันเป็นหมู่คณะ เป็นการส่งเสริมให้บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันมากขึ้น ทำให้เกิดการเรียนรู้พฤติกรรมร่วมกันและนำไปสู่การพัฒนาทักษะทางสังคมที่ดีสามารถอยู่ ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

นโยบายส่งเสริมสุขภาพในไทยและต่างประเทศ

นโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพของไทย

นโยบายและเป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพ จากแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ.2545-2549) จนถึงปัจจุบันพบว่า แผนเน้นการส่งเสริมสุขภาพและบริการสุขภาพ ในเชิงรุก ได้กำหนดแนวทางเพื่อนำไปสู่การส่งเสริมสุขภาพทุกระดับ ดังนี้ สร้างกลไกนโยบาย ระดับชาติและเร่งรัดมาตรการเพื่อสร้างความปลอดภัยของระบบอาหาร ความปลอดภัย ในสิ่งแวดล้อมและการประกอบอาชีพ และความปลอดภัยในผลิตภัณฑ์สุขภาพ อันเป็นพื้นฐาน ของการมีสุขภาพดีให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจสังคม และการเมือง ภายในประเทศและอิทธิพลจากกระแสโลกาภิวัตน์ โดยมีแนวทางดังนี้

1. เร่งปรับปรุงระบบโครงสร้างและกลไกการจัดการเพื่อให้เกิดความปลอดภัยและความมั่นคงของระบบอาหารโดยมีความเป็นเอกภาพทั้งในด้านนโยบาย การบริหารจัดการและการปฏิบัติงานอย่างเป็นระบบ
2. สร้างหลักประกันในด้านความปลอดภัยในสิ่งแวดล้อมและการทำงาน เพื่อลดผลกระทบจากขยะ สารพิษ มลภาวะทางอากาศและน้ำ และความเสี่ยงในการประกอบอาชีพ โดยการเร่งทบทวนและปรับปรุงกลไกนโยบาย กฎหมาย และการจัดการ
3. เร่งรัดมาตรการเพื่อความปลอดภัยของผลิตภัณฑ์สุขภาพ โดยเฉพาะการบังคับใช้ กฎหมาย การสร้างระบบการเฝ้าระวัง และการติดตามตรวจสอบที่มีประสิทธิภาพ ควบคู่กับการเสริมพลังอำนาจให้แก่ผู้บริโภค และการสร้างระบบจ่ายค่าชดเชยแก่ผู้บริโภคที่ได้รับความเสียหายอย่างเป็นธรรม
4. เร่งรัดการปรับระบบการควบคุมป้องกันโรคให้สอดคล้องกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค ทั้งในกลุ่มโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ โดยมีแนวทางดังนี้
5. สร้างระบบการควบคุมป้องกันโรคที่มีประสิทธิภาพโดยให้มีเครือข่ายครอบคลุมกลุ่ม ประเทศเพื่อนบ้าน ทั้งในด้านระบบการเฝ้าระวัง การสืบสวน สอบสวนโรค ชีตความสามารถทางห้องปฏิบัติการ การพัฒนาบุคลากรที่เกี่ยวข้อง การเสริมประสิทธิภาพทางการวิจัยและพัฒนา เพื่อการควบคุมป้องกันโรค ควบคู่กับการสร้างความร่วมมือและการมีส่วนร่วมของสังคมทุกระดับ
6. พัฒนารูปแบบและกลไกที่ชัดเจนในการแก้ปัญหาและลดผลกระทบด้านสุขภาพ ที่เกิดจากการอพยพย้ายถิ่นฐาน แรงงานข้ามชาติ การคมนาคมและการติดต่อสัมพันธ์ระหว่าง ประเทศ เทคโนโลยีใหม่ๆ และผลกระทบจากการค้าเสรี
7. ส่งเสริมนวัตกรรมและมาตรการทางสังคม เพื่อการส่งเสริมสุขภาพและควบคุม ป้องกันโรคที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมโดยเฉพาะอุบัติเหตุ โรคเอดส์ มะเร็ง โรคหัวใจและ หลอดเลือด รวมทั้งปัญหาสุขภาพจิตและยาเสพติดอย่างต่อเนื่อง

8. เร่งรัดมาตรการการส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบ โดยครอบคลุมทั้งการสร้างนโยบายสาธารณะที่ดี

การสร้างสิ่งแวดล้อมที่เกื้อกูลต่อสุขภาพ การเสริมสร้างกิจกรรมสุขภาพในชุมชน การพัฒนาทักษะสุขภาพและการปรับระบบบริการสุขภาพ โดยมีแนวทางดังนี้

1. พัฒนากลไกด้านนโยบายและแผนในระดับมหภาค เพื่อผลักดันให้เกิดนโยบายสาธารณะที่ดี (Healthy public policies) และสามารถตรวจสอบทิศทางพัฒนาด้านเศรษฐกิจสังคมให้เกื้อกูลต่อการมีสุขภาพดีของประชาชน

2. เร่งรัดมาตรการด้านกฎหมาย ที่กำหนดให้มีการประเมินผลกระทบด้านสุขภาพ (Health impact assessment) ในโครงการขนาดใหญ่ทั้งของภาครัฐและเอกชน ควบคู่กับการเร่งรัดมาตรการเพื่อลดผลกระทบด้านสุขภาพที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มคนจนและผู้ด้อยโอกาส

3. ระดมความร่วมมือจากองค์กรต่างๆ ในสังคมทั้งภาครัฐและเอกชนในการร่วมกันสร้างเสริมสิ่งแวดล้อมที่เกื้อกูลต่อการมีสุขภาพดี สร้างกิจกรรมและเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพ และร่วมกันพัฒนาทักษะสุขภาพในสังคมทุกระดับ

4. ปรับกลไกและระบบบริการสุขภาพ รวมทั้งมาตรการทางด้านกฎหมายและมาตรการการเงินการคลังด้านสุขภาพ ให้เป็นไปอย่างเอื้ออำนวยต่อการส่งเสริมการมีสุขภาพดีและการควบคุมป้องกันโรค

5. พัฒนาศักยภาพของกลไก และองค์กรทางสังคมทุกระดับ เพื่อส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ด้านสุขภาพ ตั้งแต่สถาบันครอบครัว ชุมชน สถาบันการศึกษา สื่อมวลชนและสถานที่ทำงาน เพื่อสร้างพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ โดยมีแนวทางดังนี้

6. เร่งรัดการพัฒนาและใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีข้อมูลข่าวสาร ระบบการศึกษา ระบบสื่อสารมวลชน และการสร้างเครือข่ายการสื่อสารเพื่อเสริมสร้างวัฒนธรรมสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เกื้อกูลต่อการมีสุขภาพดี

7. มุ่งลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรค และสนับสนุนพฤติกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพโดยใช้มาตรการทางสังคม มาตรการทางกฎหมายควบคู่กับมาตรการด้านการเงินการคลัง สุขภาพเพื่อการสร้างสุขภาพ และลดอัตราการเกิดโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสังคมที่ไม่เหมาะสม

8. เสริมศักยภาพของสถาบันครอบครัวและองค์กรชุมชน ให้มีขีดความสามารถ และทักษะในการส่งเสริมสุขภาพ ควบคู่กับการส่งเสริมให้สถานที่ทำงานมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดีและสร้างความมั่นคงทางด้านสุขภาพในการทำงาน

การส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทย

จากกระแสการให้ความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในประเทศต่างๆ ทั่วโลก ประเทศไทยได้มีการตื่นตัวและหันมาให้ความสำคัญกับการแก้ปัญหาสุขภาพที่ต้นเหตุด้วยการส่งเสริมสุขภาพดี ซึ่งนักวิชาการของไทยได้วิเคราะห์ปัจจัยเอื้อที่ก่อให้เกิดผลดีต่อการส่งเสริมสุขภาพของไทย ดังนี้

1. การมีโครงสร้างพื้นฐานของระบบบริการสาธารณสุขที่กระจายตัวอย่างทั่วถึง และมีการแบ่งระดับบริการชัดเจน

2. มีประสบการณ์ในการดำเนินโครงการสาธารณสุขมูลฐานในขอบข่ายทั่วประเทศ และเรียนรู้กลยุทธ์การส่งเสริมกิจกรรมของชุมชน เช่น เครือข่ายอาสาสมัครด้านสาธารณสุข กองทุนชุมชน การถ่ายทอดประสบการณ์ระหว่างชุมชน การมีส่วนร่วมของชุมชน

การพัฒนาภาวะผู้นำ การสร้างแรงจูงใจแก่ชุมชน

1. บุคลากรด้านสุขภาพที่ทำงานในสถานีนอนามัย โรงพยาบาลชุมชน และฝ่ายเวชกรรมของโรงพยาบาลจังหวัด มีประสบการณ์ในการทำงานร่วมกับสาขาวิชาชีพอื่น และชุมชนในการรณรงค์ส่งเสริมสุขภาพและ การป้องกันโรค ตลอดจนกิจกรรมสาธารณสุขมูลฐานและกิจกรรมอื่นๆ

2. มีประสบการณ์ขององค์กรพัฒนาเอกชนในการทำงานเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในบางด้าน เช่น การวางแผนครอบครัวทำงานร่วมกับสมาคมวางแผนครอบครัว สมาคมพัฒนาประชากร การคุ้มครองผู้บริโภค ทำงานร่วมกับมูลนิธิเพื่อผู้บริโภค หรือการดูแลสุขภาพตนเองทำงานร่วมกับมูลนิธิหมอชาวบ้าน

3. มีประสบการณ์ในการดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคที่ประสบผลสำเร็จในระดับหนึ่ง เช่น การวางแผนครอบครัว การสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค การป้องกันปัญหาการขาดสารอาหาร การสุขภาพิบาล การรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ การป้องกันและควบคุมโรคเอดส์ อย่างไรก็ตาม แม้ว่าจะมีปัจจัยเกื้อหนุนในการส่งเสริมสุขภาพดังที่กล่าวไปข้างต้น แต่นักวิชาการทางสุขภาพ ได้วิเคราะห์การดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในช่วงที่ผ่านมาจนกระทั่งถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 ดังนี้

แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ ส่วนใหญ่มักเข้าใจว่าเป็นเพียงการให้วัคซีน การสุขภาพิบาลสิ่งแวดล้อม น้ำสะอาด อาหารสะอาด การโภชนาการเท่านั้น และประกอบกับแผนงานโครงการทางสุขภาพยังเน้นการสร้างโรงพยาบาล การจัดหาอุปกรณ์ทางการแพทย์ที่ทันสมัยมากกว่า การเน้นการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม

นโยบายสาธารณะด้านสุขภาพมีเพียงกระทรวงสาธารณสุขเท่านั้นที่รับผิดชอบ แทนที่จะเป็นความร่วมมือของทุกหน่วยงาน

ภาครัฐเป็นผู้ดำเนินการ แผนงานโครงการที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพเป็นส่วนใหญ่ ภาคเอกชน องค์กรวิชาชีพอื่นๆ มีบทบาทน้อย

แผนงานโครงการส่วนใหญ่เน้นการป้องกันโรคหรือป้องกันสุขภาพของประชากร มากกว่าเป็นการส่งเสริมสุขภาพอย่างแท้จริง การพัฒนาศักยภาพของประชาชนในด้านการส่งเสริมสุขภาพยังอยู่ในวงจำกัด

รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพที่กระทำโดยภาคสาธารณสุขจำกัดอยู่ในบางกลุ่ม และเป็นเฉพาะเรื่อง เช่น กลุ่มแม่และเด็กเน้นในด้านโภชนาการ ไม่ได้ส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม ไม่มีความหลากหลายอีกทั้งกลุ่มเสี่ยงทางสุขภาพไม่ได้รับการแก้ไขปัญหาที่ชัดเจน ตลอดจนการประชาสัมพันธ์ไม่ทั่วถึง ไม่ปรับปรุงรูปแบบที่ทันสมัยเพียงพอที่จะดึงดูดความสนใจของประชาชนให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้

นโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพของต่างประเทศ

1. **ไต้หวัน** มีกองทุนการประกันสุขภาพ โดยเป็นข้อบังคับสำหรับพลเมืองทุกคนและชาวต่างชาติที่อาศัยอยู่นานกว่า 6 เดือน โดยในปี 2559 ประชากรได้ลงทะเบียนทั้งหมด 99.9% โดยเงินจากกองทุน 68% มาจากการส่งเงินของผู้สมัครโดยขึ้นอยู่กับเงินเดือน 27% จากเบี้ยประกันเสริมเรียกเก็บจากรายได้ที่ไม่ใช่เงินเดือนและ อีก 5% จากภาษีบุหรี่ และ ลีอิตเตอรี โดยกองทุนครอบคลุมค่าใช้จ่ายให้ผู้ป่วยนอกและใน โดยครอบคลุมค่าใช้จ่าย ยาทาตามใบสั่งแพทย์ , การดูแลทันตกรรม (ยกเว้นทันตกรรมจัดฟันและทันตกรรมดัดฟัน), การแพทย์แผนจีน, การดูแลเด็กแรกเกิด, การฟื้นฟูสมรรถภาพทางกาย โดยกองทุนช่วยจ่ายค่าพบแพทย์และจ่ายยาโดยขึ้นอยู่กับระดับของโรงพยาบาล ซึ่งจ่ายให้ตั้งแต่ 80 ดอลลาร์ไต้หวันใหม่ (2.58 ดอลลาร์สหรัฐฯ) ถึง 360 ดอลลาร์ไต้หวันใหม่ (12 ดอลลาร์สหรัฐฯ) การประกันสำหรับผู้ป่วยในจะแตกต่างกันตามเวลาการเข้าพักรักษาและประเภทของการป่วยโดยประกันจ่ายสูงสุดที่ 1,063 ถึง 1,803 ดอลลาร์สหรัฐฯ (33,000-56,000 ดอลลาร์ไต้หวันใหม่) ซึ่งขึ้นอยู่กับอาการป่วย

2. **กาตาร์** ใช้กลยุทธ์ 3 เป้าหมาย โดยมุ่งเน้นไปที่สุขภาพที่ดีขึ้น การดูแลที่ดีขึ้น และคุณค่าที่ดีขึ้นโดยได้รับการพิจารณาเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการ ซึ่งทั้ง 3 เป้าหมายมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

สุขภาพที่ดีขึ้นเป้าหมาย: ยกระดับสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับประชาชนของกาตาร์ผ่านระบบที่สอดคล้องซึ่งทำงานร่วมกันเพื่อกำหนดและจัดการกับความต้องการด้านสุขภาพของประชากรโดยเป้าหมายนี้จะมุ่งไปที่การพัฒนาสุขภาพของประชากรและครอบคลุมทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต ซึ่งสุขภาพที่ดีขึ้น หมายถึง การรักษาผู้คนให้มีอายุยืนยาว โดยเน้นไปที่การส่งเสริมสุขภาพให้ลดปัจจัยเสี่ยงการเกิดโรค และส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ประชาชนจะได้รับความรับผิดชอบต่อสุขภาพตนเองผ่านความรู้และการเข้าถึงวิถีชีวิตที่ดี นอกจากนี้ ยังมุ่งเน้นไปที่การดูแลสุขภาพของผู้คนด้วย การฉีดวัคซีน ป้องกันการแพร่กระจายของโรคติดต่อ ลดการติดเชื้อดื้อยา และควบคุมการระบาดของโรคระบาด

การดูแลที่ดีขึ้นเป้าหมาย: ผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง โดยมีการดูแลที่มีคุณภาพสูงและใกล้บ้าน และมีการส่งมอบผู้ป่วยในรูปแบบบูรณาการและประสานงาน การให้บริการด้านสุขภาพที่มีคุณภาพสูงที่สามารถเข้าถึงได้ทันเวลาและมีประสิทธิภาพเป็นหัวใจสำคัญของกลยุทธ์นี้ การทำให้ชุมชนมีการเข้าถึงบริการสุขภาพที่หลากหลายใกล้บ้าน จะทำให้มีการเข้าถึงการดูแลสุขภาพที่ดีขึ้น การดูแลระดับปฐมภูมิจะต้องเป็นศูนย์กลางของรูปแบบการดูแลทั่วทั้งระบบที่รวมกับการดูแลระดับทุติยภูมิ, ตติยภูมิ และการดูแลของชุมชนสู่การดูแลแบบองค์รวม โดยมีผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง เวชศาสตร์ครอบครัวแบบบูรณาการ เป็นการดูแลที่บุคคลได้รับการดูแลจากผู้ดูแลโดยตรงหรือทีมงานผู้ดูแลอำนวยความสะดวกในการประสานงานอย่างต่อเนื่องสู่การดูแลโดยผู้เชี่ยวชาญที่ตรงกับผู้ป่วย

คุณค่าที่ดีขึ้นเป้าหมาย : ปรับปรุงค่าจากค่าใช้จ่ายด้านการดูแลสุขภาพ ที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสร้างผลลัพธ์ด้านสุขภาพของประชากรที่ดีขึ้น ยุทธศาสตร์นี้มีเป้าหมายที่จะหาคุณค่าที่ยิ่งใหญ่จากการลงทุนระบบสุขภาพซึ่งวัดจาก ผู้ป่วยและสังคมโดยต้องการมั่นใจว่าใช้ทรัพยากรทั้งหลายอย่างมีประสิทธิภาพไม่ว่าจะเป็นเงินทุน มนุษย์ หรือโครงสร้างพื้นฐาน ทรัพยากรทางการเงินที่ใช้ในการดูแลสุขภาพควรถูกมองว่าเป็นการลงทุนและผลตอบแทนจากการ

ลงทุนนั้นมีคุณภาพมากเท่ากับเชิงปริมาณ การเพิ่มประสิทธิภาพในระบบให้มีความสำคัญสูงสุด รูปแบบการระดมทุนด้านสุขภาพและแรงจูงใจทางการเงินทั่วทั้งระบบจะต้องสอดคล้องกับรูปแบบของการดูแลและผลลัพธ์ที่ต้องการ

3. สหราชอาณาจักร มีกองทุนดูแลสุขภาพสาธารณะ โดยในปีพ.ศ.2557 สหราชอาณาจักรใช้ G.D.P. ร้อยละ 9.9 ในการดูแลสุขภาพซึ่งรายได้ส่วนใหญ่ 79.5% ได้จากกองทุนใหญ่ ได้แก่ ภาษีทั่วไปและภาษีเงินเดือน รวมถึงยังได้จากประกันภัยส่วนบุคคลและแหล่งรายย่อยอื่นๆ โดยการคุ้มครองนั้นครอบคลุมให้กับประชากรที่อยู่ในสหราชอาณาจักรทุกคนและการรักษาครอบคลุมการฉีดวัคซีน, การดูแลผู้ป่วยในและนอก, บริการทางแพทย์, ค่ายารักษา, ทันตกรรม, การดูแลสายตา, การดูแลสุขภาพจิต รวมถึงการดูแลผู้พิการ และการทำกายภาพบำบัด ส่วนผู้ที่ไม่มีบัตรประกันสุขภาพในยุโรปเช่นนักท่องเที่ยวหรือผู้อพยพที่ไม่มีเอกสารสามารถรับการรักษาได้ฟรี เฉพาะการรักษาฉุกเฉินและโรคติดเชื้อบางอย่างเท่านั้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความหมายและนิยามที่เกี่ยวข้องกับการบริหารบุคคลหรือทรัพยากรมนุษย์ ดังนี้

เมธี ปิลาธนานนท์ (2529 : 9) กล่าวว่า การบริหารบุคคล หมายถึงความได้เพียรพยายามจัดการให้บุคคลในหน่วยงานต่างๆ ตำแหน่งปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยพยายามให้บุคคลเหล่านั้นเห็นว่า งานของเขา มีทางที่จะทำให้เขาเจริญก้าวหน้าตามจุดมุ่งหมายของเขา ขณะเดียวกันผู้บริหารก็พยายามที่จะทำให้จุดประสงค์ของบุคลากรบรรลุผลโดยให้เกิดความกลมกลืนและสัมพันธ์กันอย่างเหมาะสมทั้งความต้องการของบุคลากรทั้งความต้องการขององค์กรหรือสถาบัน

พยอม วงศ์สารศรี (2530 : 3) กล่าวว่า การบริหารงานบุคคล หมายถึง กระบวนการที่ผู้บริหารใช้ศิลปะและกลยุทธ์ต่างๆ พิจารณาบุคคลที่อยู่ในสังคม เพื่อดำเนินการพิจารณาสรรหาคัดเลือกและบรรจุบุคคลที่มีคุณสมบัติเหมาะสมเข้ามาอยู่ในองค์กร และขณะที่บุคคลเข้ามาปฏิบัติงานในองค์กร ได้มีการจัดกิจกรรมพัฒนา อนุรักษ์ ให้บุคคลที่คัดเลือกเข้ามาเพิ่มพูน ความรู้ความสามารถ มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีในการทำงาน และยังรวมไปถึงการแสวง วิธีการที่ทำให้สมาชิกในองค์กรที่ต้องพ้นจากการทำงานสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

เพ็ญศรี วายวานนท์ (2530 : 1) กล่าวว่า การจัดการทรัพยากรคนเป็นส่วนหนึ่งซึ่งผสมผสานอยู่ในการจัดการงานของผู้จัดการหรือผู้บริหารนั่นเอง เนื่องด้วยคนเป็นปัจจัยสำคัญ ในการทำงาน ความสำเร็จหรือความล้มเหลวของงานจึงขึ้นอยู่กับผู้จัดการหรือการบริหารทรัพยากรประเภทสำคัญนี้เป็นอย่างมาก

เสนาะ ตีเยาว์ (2539 : 12) กล่าวว่า การจัดการทรัพยากรบุคคล คือ การระบียบและดูแลบุคคลให้ทำงาน เพื่อให้บุคคลใช้ประโยชน์จากความรู้ความสามารถของแต่ละบุคคลให้มากที่สุด อันเป็นผลทำให้องค์กรอยู่ในฐานะได้เปรียบทางการแข่งขันและได้รับผลงานมากที่สุด รวมถึงความสัมพันธ์ระหว่างผู้บังคับบัญชากับผู้ใต้บังคับบัญชาตั้งแต่ระดับสูงสุดและต่ำสุด รวมตลอดถึงการดำเนินการต่างๆ อันเกี่ยวข้องกับทุกคนในองค์กรนั้น

ธงชัย สันติวงษ์ (2540 : 7) กล่าวว่า คือ ภารกิจของผู้บริหารทุกคน และของผู้ชำนาญการด้านบุคลากรโดยเฉพาะที่มุ่งปฏิบัติในกิจกรรมทั้งปวงที่เกี่ยวกับบุคลากร เพื่อให้ปัจจัยด้านบุคคลขององค์การเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีประสิทธิภาพสูงสุดตลอดเวลา ซึ่งจะส่งผลสำเร็จต่อเป้าหมายขององค์การ

พิภพ สุวรรณรักษ์ (อ้างถึงใน สัมพันธ์ ภูโพรจน์, 2540 : 13) กล่าวว่า คือ ภารกิจของผู้บริหารซึ่งจำเป็นต้องกระทำต่อบุคลากรในองค์การของตน ตั้งแต่เข้าทำงานจนออกจากงาน เพื่อให้คนในองค์การเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีประสิทธิภาพและดำรงชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข

อำนาจ แสงสว่าง (2540 : 21) กล่าวว่า คือ การจัดการบุคลากรในองค์การโดยให้ความสำคัญในศักดิ์ศรีแห่งความเป็นคน และต้องทำให้บุคลากรเหล่านั้นได้รับผลประโยชน์อย่างเหมาะสม นอกจากนี้จะต้องเอาใจใส่ดูแลในเรื่องความต้องการทั้งหลายของบุคลากร เพื่อให้บุคลากรมีขวัญและกำลังใจในการทำงานจะก่อให้เกิดผลสำเร็จ และความเจริญก้าวหน้าในการดำเนินงานขององค์การ

Decenzo and Robbins, 1988 : 3) กล่าวว่า การจัดการทรัพยากรมนุษย์เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับคนในมิติของการจัดการ เริ่มตั้งแต่ที่ทุกองค์การถูกสร้างขึ้นด้วยคน ได้มาซึ่งการบริหารจากคน ดังนั้นการพัฒนาทักษะ การกระตุ้นให้ปฏิบัติงานในระดับสูงขึ้นและทำให้แน่ใจว่าคนเหล่านี้จะรักษาความผูกพันที่มีต่อองค์การอย่างต่อเนื่อง เป็นสิ่งจำเป็นที่จะให้ได้มา ซึ่งเป้าหมายขององค์การ ความหมายและนิยามที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย ดังนี้

มนูวา ทินสุนทร (2541) การออกกำลังกาย หมายถึง การออกกำลังกายที่ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรง ความสมบูรณ์ให้กับ ร่างกายความแข็งแรงของปอด หัวใจ กล้ามเนื้อและระบบการไหลเวียนโลหิต ดังนั้นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพนั้นจึงขึ้นอยู่กับบุคคลที่มีเป้าหมายในการออกกำลังกายที่แตกต่างกันไป

จิตอาวี ศรีอาคะ (2543) การออกกำลังกาย หมายถึงกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกายอย่างมีแบบแผนโดยมีการกำหนดความถี่ ความนาน ความแรง ระยะเวลาในการอบอุ่นร่างกายและระยะผ่อนคลายร่างกายที่ถูกต้องและมีการกระทำเป็นประจำก่อให้เกิดการเสริมสร้างสมรรถภาพและคงไว้ให้มีสุขภาพดี

พินิต วิทยุติ (2540) การออกกำลังกาย หมายถึงการกระทำใดๆ ก็ตามที่ทำให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวในส่วนต่างๆ เพื่อเป็นการเสริมสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม โดยการใช้กิจกรรมที่ง่าย มีกฎกติกาที่ไม่ซับซ้อน

สมบัติ กาญจนิจ (2541) การออกกำลังกาย หมายถึง การใช้แรงกล้ามเนื้อและร่างกายให้เกิดการเคลื่อนไหว เพื่อให้ร่างกายแข็งแรงและมีสุขภาพที่ดีโดยการเลือกใช้กิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นสื่อในการให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหว ตัวอย่างเช่น การบริหารร่างกายด้วยการเดินเร็ว วิ่ง เหยาะ หรือการฝึกที่ไม่มุ่งการแข่งขัน

จรรยาลักษณ์ สุขแจ่ม (2541) การออกกำลังกาย หมายถึง การกระทำที่บุคคลใด บุคคลหนึ่งกระทำขึ้นเพื่อให้เกิดการเคลื่อนไหวของส่วนต่างๆของร่างกายที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆ ในร่างกายโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างการมีสุขภาพที่ดี ซึ่งจะแตกต่างกันออกไปแล้วแต่การกระทำที่แต่ละบุคคลเลือก

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมสุขภาพ (2543) การออกกำลังกาย หมายถึง บทบาท หน้าที่ของร่างกายในการเคลื่อนไหวเพื่อการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอเพื่อส่งผลให้ร่างกายมีความแข็งแรงสมบูรณ์ ในด้านการป้องกันโรคนั้น

ชาคริต เทพรัตน์ (2540 : บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยที่ทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดชัยนาท พบว่า ร้อยละ 50 ของกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการออกกำลังกาย เกิน 30 นาที และออกกำลังกายเฉลี่ยเพียง 1 ครั้งต่อสัปดาห์เท่านั้น หลังจากการออกกำลังกายในแต่ละครั้ง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการหายใจแรงและเร็วกว่าปกติมากที่สุด นอกจากนี้ยังมีเหงื่อออกมากกว่าปกติทุกครั้งที่ออกกำลังกายจำนวนมากที่สุดเช่นกันและพบว่า ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเป็นตัวแปรที่สามารถทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

มนูญ ขอเสงี่ยม และพิสุทธิ คงขำ (2542 : 70) ศึกษาภาวะสุขภาพในกลุ่มประชาชนจังหวัดราชบุรี พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการออกกำลังกายทุกวัน แต่ไม่ได้ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง และเพียงวันละ 1 ครั้งส่วนใหญ่การออกกำลังกายจะได้ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องสะสมนานมากกว่า 30 นาทีขึ้นไป เมื่อพิจารณาภาพรวมของพฤติกรรมการออกกำลังกายพบว่าอยู่ในระดับต่ำจำนวนมากที่สุด จึงทำให้เกิดความแตกต่างของพฤติกรรมการออกกำลังกาย มีนัยสำคัญทางสถิติ

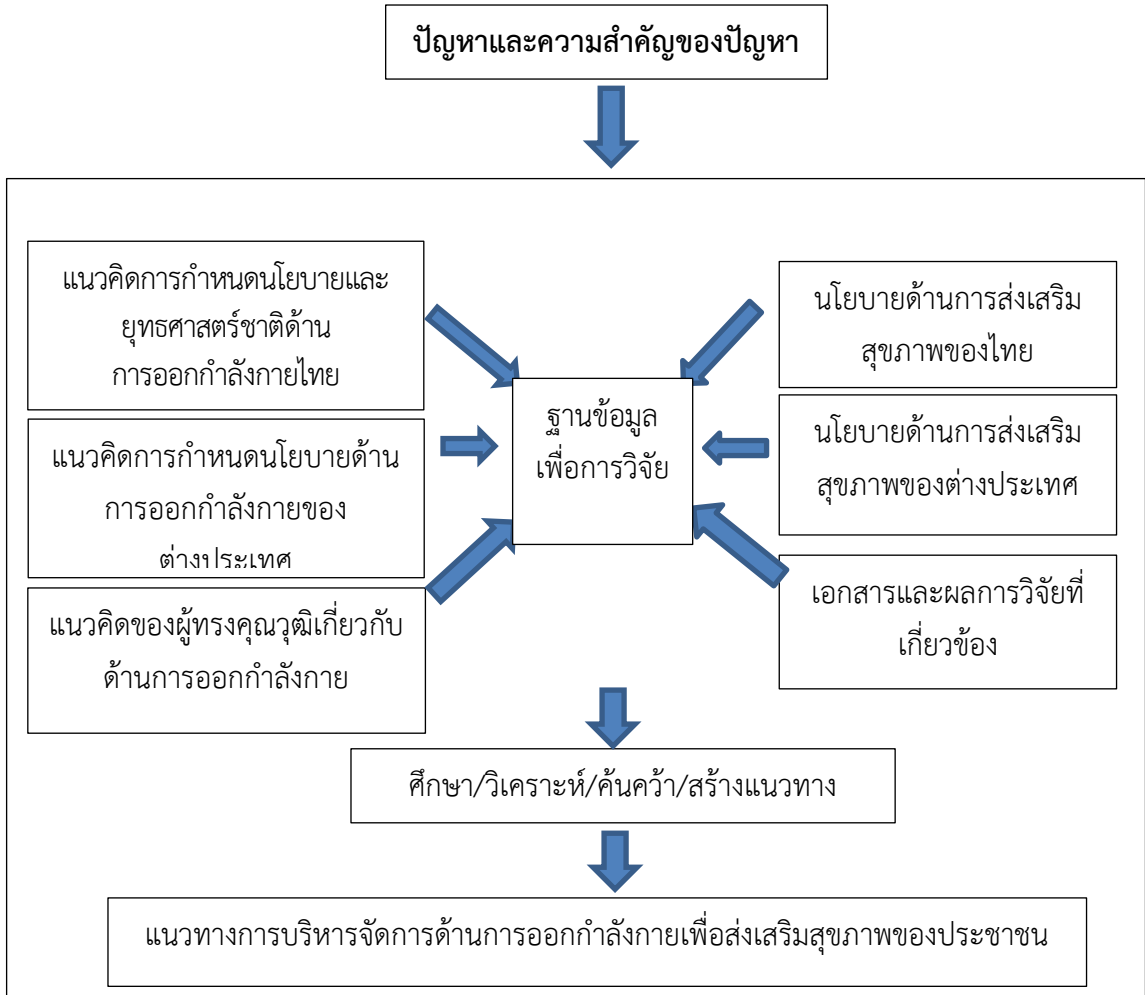
ประดิษฐ์ นาวิชัย (2540:บทคัดย่อ) ศึกษาภาวะสุขภาพและพฤติกรรมการออกกำลังกายของครูในจังหวัดชัยนาท พบว่าพฤติกรรมการออกกำลังกายโดยรวมยังอยู่ในระดับต่ำมีจำนวนนับในการออกกำลังกาย 1-2 วัน/ สัปดาห์ระยะเวลาในการออกกำลังกาย 5-15 นาที/ครั้ง ความหนักในการออกกำลังกาย เพียงรู้สึกเหงื่อออกเล็กน้อย ประเภทกิจกรรมที่เลือกใช้ออกกำลังกายเป็นกิจกรรมเบาๆ เช่น เดิน วิ่ง เบาๆ และกายบริหาร ช่วงเวลาการออกกำลังกายเป็นช่วงเวลาเย็น และภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย ด้านระยะเวลาที่ใช้ออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 มีความสัมพันธ์กับจำนวนนับที่ใช้ออกกำลังกาย และช่วงเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

สร้อยรัตน์ พลอินทร์ (2542 : บทคัดย่อ) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการออกกำลังกาย การรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกายและสภาพแวดล้อมของวิทยาลัยกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล พบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ

อุไร ดวงระหว่า (2554 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการใช้บริการศูนย์สุขภาพแบบ One Stop Service : กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ได้แก่ อายุ ระดับชั้นปีที่ศึกษาและคณะที่ศึกษามีความสัมพันธ์กับการใช้บริการอย่างมีนัยสำคัญแต่ปัจจัยด้านเพศไม่มีความสัมพันธ์กับการใช้บริการ

กรอบแนวคิดของการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องสามารถกำหนดกรอบแนวคิดของการวิจัยเรื่องแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน ได้ดังนี้



สรุป

การนำนโยบายไปปฏิบัติหรือการถ่ายทอดนโยบายสู่การปฏิบัตินั้นถือเป็นขั้นตอนย่อยของขั้นตอนหลัก ในการผลักดันนโยบายให้ผู้ปฏิบัติตามนโยบาย และผู้ได้รับผลจากนโยบาย ให้ได้รับรู้ เข้าใจ ยอมรับและสร้างทัศนคติที่ดี อันจะเป็นเครื่องมือที่ทำให้นโยบายได้รับความสำเร็จในที่สุด ในการนำนโยบายสู่การปฏิบัติ ผู้มอบและผู้รับนโยบายจะต้องมีความชัดเจนเรื่ององค์ประกอบของนโยบาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้รับนโยบายจะต้องเข้าใจและสามารถแปลความหมายของนโยบายได้อย่างถูกต้อง ทั้งนี้เนื่องจากโดยทั่วไปนโยบายขาดความชัดเจนในบางส่วน กล่าวคือ นโยบายส่วนหนึ่งอาจมีลักษณะเป็นเชิงอุดมการณ์ ดังนั้น ผู้กำหนดนโยบายควรทำให้ชัดเจนมากขึ้น คือมีลักษณะเป็น

เชิงทางเลือก และนโยบายที่ดีจะบอกแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจนด้วย คือมีลักษณะเป็นเชิงมาตรการ ในการนี้องค์ประกอบของนโยบายจะช่วยให้ผู้กำหนดนโยบายหรือผู้มอบนโยบาย ตระหนักถึงความชัดเจนในนโยบายที่ตนกำหนดขึ้น อันจะทำให้ผู้รับนโยบายเข้าใจชัดเจนและรับนำไปตีความและจัดทำเป็นนโยบายรองและแผนปฏิบัติได้ง่ายขึ้น ในขณะที่เดียวกันก็จะช่วยให้ผู้รับนโยบายสามารถแยกแยะ ส่วนสำคัญของนโยบายและแปลความหมายได้ถูกต้อง ทั้งนี้เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงนโยบายใหญ่ ให้เป็นนโยบายย่อยหรือการแปลงนโยบายให้เป็นแผนปฏิบัติจะต้องจัดวัตถุประสงค์ แนวทางดำเนินการ และกลไกให้สอดคล้องสัมพันธ์กัน (สมภาร ศิโล, 2552) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จของการนำนโยบายสาธารณะไปปฏิบัติ การศึกษาปัจจัยถือเป็นองค์ประกอบสำคัญในการศึกษาองค์ประกอบของนโยบายสาธารณะ การทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จของการนำนโยบายไปปฏิบัติ มีปัจจัย กระบวนการเรียงลำดับ ดังนี้ พระราชบัญญัติ กฎระเบียบข้อบังคับของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับ นโยบาย หน่วยงานที่นำนโยบายไปปฏิบัติผลิต และ ผลลัพธ์ซึ่งสามารถพิจารณาจากการดำเนินนโยบายต่อหรือไม่ และอิทธิพลที่เป็นทางการและ ไม่เป็นทางการ อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง (Anderson, 2010) การนำนโยบายไปสู่การปฏิบัติบางเรื่องเป็นเรื่องที่ง่าย เพราะมีกระบวนการและกลไกการดำเนินงานที่ไม่ซับซ้อน และมีปัจจัยไม่มากนักในการนำนโยบายไปปฏิบัติแต่หากการนำนโยบายไปสู่การปฏิบัติบางเรื่องที่มีการดำเนินงานยุ่งยากซับซ้อน อาจจำเป็นต้องอาศัย ปัจจัยในการนำนโยบายไปปฏิบัติเพื่อให้สำเร็จมากขึ้น จากการทบทวนผลงานทางวิชาการของนักวิชาการด้านนโยบายสาธารณะที่ผ่านมาพบว่า มีปัจจัยสำคัญหลายประการที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จ หรือความล้มเหลว ในการนำนโยบายไปปฏิบัติ (Van Meter & Van Horn, 1975) ปัจจัยเหล่านี้ได้แก่

1. มาตรฐานและวัตถุประสงค์ของนโยบาย วัตถุประสงค์ของนโยบายจะต้องมีความชัดเจน สามารถวัดได้และมีความเป็นไปได้ในการนำไปปฏิบัติ การวัดได้และปฏิบัติได้ถือว่าเป็นมาตรฐานสำคัญสำหรับวัดความสำเร็จหรือความล้มเหลวของนโยบายได้ ถ้ากำหนดวัตถุประสงค์ของนโยบายไม่ชัดเจน ย่อมเป็น ปัญหาและอุปสรรคในการนำนโยบายไปปฏิบัติได้เช่น นโยบายเผยแพร่สุขภาพ เป็นนโยบายที่วัดได้ยาก เพราะตัวชี้วัดความรู้และความเห็นไม่ชัดเจน ดังนั้น การ พิจารณาตัวชี้วัดจะบ่งชี้ถึงความสำเร็จหรือความ ล้มเหลวของนโยบายได้จึงอาจกล่าวได้ว่า ปัจจัยแรกของความล้มเหลวในการนำนโยบายไปปฏิบัติคือ การที่ผู้ปฏิบัติไม่ทราบแน่ชัดเกี่ยวกับ วัตถุประสงค์ของนโยบาย เพราะเป็นการกำหนดวัตถุประสงค์อย่างกว้างๆ ซึ่งบางครั้งผู้ปฏิบัติต้องตีความวัตถุประสงค์ด้วยตนเอง แต่หากกำหนดวัตถุประสงค์ไว้ชัดเจนหรือมีรายละเอียดมากเกินไป ก็อาจเป็นการผูกมัดผู้ปฏิบัติและไม่ยืดหยุ่น ในการปฏิบัติเท่าที่ควร

2. งบประมาณและแรงจูงใจอื่นๆ งบประมาณ และแรงจูงใจต่างเป็นปัจจัยสำคัญในการผลักดันให้องค์การประสบผลสำเร็จ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

- 2.1 ความสำคัญของงบประมาณ งบประมาณมีความสำคัญเพราะเป็นเครื่องชี้วัดขีดความสามารถขององค์การที่สำคัญประการหนึ่ง โดยงบประมาณเป็นปัจจัย ที่ช่วยให้การนำนโยบายไปปฏิบัติบรรลุผล ดังคำกล่าว ที่ว่า “เครื่องยนต์ทำงานได้ต้องมีน้ำมันหล่อลื่น” ใน ทำนองเดียวกัน “การนำนโยบายไปปฏิบัติให้บรรลุผลสำเร็จก็ต้องมีงบประมาณสนับสนุนอย่างเพียงพอ

2.2 ความสำคัญของแรงจูงใจ คือ สิ่งจูงใจหรือ สิ่งกระตุ้นให้บุคคลหรือผู้ปฏิบัติงาน มีพฤติกรรม ตอบสนองต่อความต้องการขององค์กรและของตนเอง ให้บรรลุผลสำเร็จ ทั้งนี้สิ่งจูงใจ แบ่งเป็นสิ่งจูงใจภายนอก อันได้แก่ สิ่งของ รางวัล ค่าตอบแทน การเลื่อนขั้น เงินเดือนกรณีพิเศษ การเลื่อนตำแหน่ง การให้โบนัส การให้ศึกษาดูงานกรณีพิเศษ ฯลฯ ส่วนสิ่งจูงใจภายใน ได้แก่ การยอมรับ การยกย่องชมเชย การให้กำลังใจ การให้เกียรติยศชื่อเสียง ฯลฯ ส่วนการจูงใจเชิงลบ ในแง่ของการปฏิบัติงานล้มเหลว เช่น การลดขั้นเงินเดือน การระงับการขึ้นเงินเดือน การโยกย้าย ให้ไปดำรงตำแหน่งที่มีความสำคัญน้อยกว่า เป็นต้น ในการนี้ นักวิชาการเชื่อว่าการให้สิ่งจูงใจ อย่างเพียงพอจะทำให้ ผู้ปฏิบัติงานนโยบายไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะ การให้สิ่งจูงใจเชิงบวก เพราะจะทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดขวัญ กำลังใจในการปฏิบัติงานเต็มกำลังความสามารถ ดังนั้น จึงพอสรุปได้ ว่า สิ่งจูงใจมีความสำคัญในการจูงใจให้ ผู้ปฏิบัติงานทำงานด้วยความเต็มใจ และเต็มความสามารถ ภายใต้เงื่อนไขที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้การให้แรงจูงใจ ที่สอดคล้องกับความต้องการของผู้ปฏิบัติงานในระดับ ต่างๆ สอดคล้องกับทฤษฎีการจูงใจของสำนักพฤติกรรม ศาสตร์ที่เน้นการจูงใจในการทำงาน โดยมีความเชื่อว่า “องค์กรที่มีการใช้แรงจูงใจ จะมีประสิทธิภาพในการ ทำงานสูงกว่าหน่วยงานที่ยึด ภาระเบียบมาก” โดยจะ นำไปสู่การพัฒนาองค์กรที่นโยบายไปปฏิบัติพร้อม ทั้งส่งผลสะท้อน กลับไปยังผู้รับบริการในเชิงบวกด้วย (บุญทัน ดอกไธสง, 2539)

3. การมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติและผู้รับบริการ “ผู้ปฏิบัติ” หมายถึง ผู้ปฏิบัติตามนโยบาย หรือ ผู้นำนโยบายไปปฏิบัติส่วน “ผู้รับบริการ” หมายถึง ผู้ที่ จะได้รับประโยชน์การบริหารงานที่ยึดหลักการ มีส่วน ร่วมกันนั้นอาจเรียกว่าเป็นการบริหารงานแบบประชาธิปไตย (อุทัย เลาหวิเชียร, 2544) ซึ่งสอดคล้อง กับหลักจิตวิทยา องค์กร คือ การสร้างความรู้สึกรู้สึกว่ามีความสำคัญ และการมีส่วนร่วมในการเป็น เจ้าของ ซึ่งการมีส่วนร่วมของ ผู้ปฏิบัติและผู้รับบริการอาจมีหลายระดับ ขึ้นอยู่กับลักษณะของงาน และขีดความสามารถของผู้ปฏิบัติและ ผู้รับบริการด้วย จากผลการวิจัยพบว่า องค์กรที่เปิด โอกาสให้ ผู้ปฏิบัติงานมีส่วนร่วมในการกำหนดมาตรฐาน และมีความรู้สึกเต็มใจในการทำงานจะทำให้เกิด ประสิทธิภาพในการนโยบายไปปฏิบัติเช่น มีส่วนร่วม ในการกำหนดวัตถุประสงค์ขององค์กร ร่วม ดำเนินกิจกรรม ร่วมติดตามและการควบคุม ตลอดจนร่วมให้ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับนโยบายนั้นๆ ย่อม ทำให้การนโยบายไปปฏิบัติบรรลุวัตถุประสงค์ได้ง่าย

4. การติดต่อสื่อสารระหว่างหน่วยงาน “การติดต่อสื่อสาร” คือ การแลกเปลี่ยน ข้อเท็จจริง ความคิดเห็น หรือความรู้สึกต่างๆ ระหว่างบุคคลตั้งแต่สองฝ่ายขึ้นไป โดยการใช้คำพูด อักษร สัญลักษณ์ต่างๆ หรือข่าวสาร การติดต่อสื่อสารนั้นมีความสำคัญคือ ช่วยให้การสั่งงานต่างๆ และการรับข่าวสารเป็นไปตาม วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้และช่วยเสริมสร้างความเข้าใจ ระหว่างกันหรือ ระหว่างองค์กรได้เป็นอย่างดี กล่าวโดยสรุปก็คือ หากการติดต่อสื่อสารชัดเจน ไม่คลุมเครือ และเปิด โอกาสให้มีการติดต่อสื่อสารแบบสองทาง และมีเครื่องมือติดต่อสื่อสารที่ทันสมัยในการ ปฏิบัติงาน อาทิ โทรศัพท์ แฟกซ์ อินเทอร์เน็ต ย่อมจะเอื้ออำนวยต่อการนโยบายไปปฏิบัติให้บรรลุผลสำเร็จได้ โดยง่าย เพราะจะทำให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกัน ระหว่างผู้ปฏิบัติและผู้บริหาร และประชาชน หรือ ผู้รับบริการที่เกี่ยวข้องกับนโยบายนั้นๆ ในทางตรงกันข้าม หากระบบการติดต่อสื่อสารไม่คล่องตัว หรือเครื่องมือสื่อสารไม่ทันสมัย หน่วยงานที่นโยบายไปปฏิบัติย่อม ปฏิบัติงานล่าช้า ให้บริการ ประชาชนไม่เป็นที่พึงพอใจ และนโยบายนั้นอาจไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร

5. คุณลักษณะของหน่วยงานที่ปฏิบัติ เครื่องชี้วัดคุณลักษณะที่เหมาะสมของหน่วยงานในการนำนโยบายไปปฏิบัติให้บรรลุผลสำเร็จ คือ หน่วยงานปฏิบัติงานต้องมีความกระตือรือร้น บุคลากรผู้ร่วมปฏิบัติงานต้องมีจำนวนเพียงพอและมีคุณภาพเหมาะสม มีการดำเนินงานภายใต้สายการบังคับบัญชาที่ชัดเจน คือรู้ว่าใครมีหน้าที่อะไร ระดับไหน ขึ้นตรงต่อใคร และ หน่วยงานมีการติดต่อสื่อสารแบบเปิด สมาชิกในองค์กร มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ไม่เพียงแต่ภายในองค์กรเท่านั้น แต่ยังต้องมีความสัมพันธ์ของหน่วยปฏิบัติกับองค์กรที่ กำหนดนโยบายอีกด้วย

6. สภาวะทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และการเมือง ในการนำนโยบายไปปฏิบัติต้องคำนึงถึงปัจจัยด้าน สภาวะทางเศรษฐกิจ สังคม และการเมืองในขณะนั้น ด้วย อาทิ หากสภาวะทางเศรษฐกิจและการเงินของประเทศในขณะนั้นเอื้ออำนวยต่อการนำนโยบายไป ปฏิบัติย่อมทำให้หน่วยงานปฏิบัติมีงบประมาณเพียงพอ ในการดำเนินงาน การนำนโยบายไปปฏิบัติก็ย่อมจะ สำเร็จได้ง่าย แต่หากสภาวะทางเศรษฐกิจตกต่ำ เกิด ปัญหาเงินเฟ้ออย่างรุนแรง ราคาน้ำมันแพง สินค้ามี ราคาสูง สินค้าบางอย่างขาดตลาด หรืองบประมาณ แผ่นดินถูกตัดทอน ย่อมมีผลกระทบต่อ การปฏิบัติงาน ตามโครงการ หรือหากสถานการณ์ทางการเมืองขาด เสถียรภาพ มีการเปลี่ยนแปลงรัฐบาลบ่อยครั้ง การเมือง เป็นระบบอุปถัมภ์หรือมีการแสวงหาผลประโยชน์ ทางการเมืองสูง อาจทำให้เกิดปัญหาการทุจริตในการ ดำเนินโครงการต่างๆ และส่งผลกระทบต่อประสิทธิผล ของโครงการ ซึ่งหากโครงการ ไม่บรรลุผลสำเร็จ ก็ย่อมส่งผลกระทบต่อความสำเร็จของแผนงานและนโยบาย ด้วย

7. การสนับสนุนของหน่วยปฏิบัติ หน่วยปฏิบัติคือ ระบบราชการ ซึ่งถือว่าเป็นหน่วยงานที่มีความสำคัญยิ่งในการนำนโยบายไปปฏิบัติ ประกอบด้วย หน่วยปฏิบัติระดับสูง ได้แก่ กระทรวง ทบวง กรม หน่วยปฏิบัติระดับกลาง ได้แก่ หน่วยงาน ระดับภูมิภาค และหน่วยปฏิบัติระดับล่าง ได้แก่ หน่วยงานที่ปฏิบัติในระดับพื้นที่ หรือระดับท้องถิ่น ที่เกี่ยวข้องหรือใกล้ชิดกับประชาชน และผู้รับบริการ โดยตรง ในการนี้หากทิศทางของการสนับสนุนเป็น ลักษณะการยอมรับและเต็มใจปฏิบัติตาม การนำนโยบายไปปฏิบัติก็ย่อมสำเร็จได้ง่าย แต่หากการ สนับสนุนของหน่วยปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางหรือระดับต่ำ ก็ย่อมจะชี้ให้เห็นว่าการนำนโยบายไปปฏิบัติ นั้นคงจะสำเร็จตามวัตถุประสงค์ได้ยาก หรือบางครั้งอาจยินยอมรับนโยบายไปปฏิบัติแต่ขาดความรับผิดชอบ ขาดจิตสำนึก ขาดความรอบคอบ ละเลยต่อหน้าที่ ประพฤติมิชอบ หรืออาจอยู่ภายใต้อิทธิพลของกลุ่มต่างๆ ก็ย่อมจะส่งผล ทำให้การนำนโยบายไปปฏิบัติไม่บรรลุผลสำเร็จ หรือนโยบายล้มเหลวได้ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการนำนโยบายไปปฏิบัติยังประกอบด้วยลักษณะของนโยบาย ทั้งนี้การปฏิบัติตาม นโยบายจะประสบความสำเร็จมากที่สุดเมื่อนโยบายนั้น เรียกร้องให้มีการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ น้อยที่สุด และมีความเห็นพ้องต้องกันในวัตถุประสงค์ในระดับสูงระหว่าง ฝ่ายปฏิบัติและฝ่ายผู้กำหนดนโยบาย หรือระหว่างฝ่าย ประชาชนผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในนโยบายกับฝ่ายรัฐผู้ กำหนดนโยบาย โดยสาธารณชนสามารถรับรู้และเปรียบเทียบได้ว่านโยบายที่กำหนดมีประโยชน์มากกว่า นโยบายอื่นมีความสอดคล้องกับค่านิยม ประสพการณ์ และความต้องการของผู้ที่จะรับผลกระทบจากนโยบาย มีความเป็นไปได้ในการทดลองปฏิบัติและมีข้อมูล ย้อนกลับสะท้อนความสำเร็จหรือล้มเหลวจากการปฏิบัติ (มานิตย์ผิวขาว, มปป.)

บทที่ 3

แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน

ในการวิจัยหัวข้อ แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน ครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้ารวบรวมเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อสนับสนุนงานวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน
2. ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน
3. แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ (ฉบับที่ 6) การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานและการส่งเสริมสนับสนุนการออกกำลังกายกีฬาพื้นฐานและกีฬามวลชน
4. แนวคิดในการใช้หลักการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในอดีตและปัจจุบัน
5. แนวคิดทางการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนในอนาคตกับการสร้างสมดุลในการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายของประชาชน ทั้ง 4 ภูมิภาค
6. สรุปแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

การจะพัฒนาประเทศชาติให้เจริญได้ประชากรในประเทศต้องมีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ รัฐบาลจึงเล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นบุคลากรด้านการออกกำลังกายและกีฬาให้มีคุณภาพหรือการให้ความรู้ความเข้าใจแก่ประชาชนทั่วไปเกี่ยวกับความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นสิ่งจำเป็น ที่จะทำให้ประชากรไทยมีค่านิยมการออกกำลังกาย และมีความสนใจเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์แข็งแรงเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติได้ต่อไปดังนั้นแล้ว การมีสุขภาพที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ยุทธศาสตร์ที่ 3. การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน โดยการพัฒนาคูณภาพประชากรในประเทศให้เป็นผู้มีคุณภาพ ประชากรจะต้องมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นกลวิธีหนึ่งที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพดีโดยที่พฤติกรรมการออกกำลังกายจะช่วยส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ซึ่งการออกกำลังกายแต่ละชนิดจะมีรูปแบบ กระบวนการ และหลักเกณฑ์แตกต่างกันไป แต่จากการศึกษาพบว่าประชาชนส่วนใหญ่ยังขาดการออกกำลังกายทั้งนี้อาจเนื่องมาจากไม่มีเวลา สภาพร่างกายไม่เหมาะสมหรือไม่มีสถานที่ออกกำลังกายหรือออกกำลังกายแบบผิดๆ การที่ประชาชนไม่ออกกำลังกายนั้นจะส่งผลเสียต่อสุขภาพตามมาในปัจจุบัน รัฐบาลไทยได้เล็งเห็นความสำคัญของการกีฬา และออกกำลังกายที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพของทรัพยากรบุคคลของประเทศทั้งในด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตการสร้างเสริม

สุขภาพ สมรรถภาพที่ดี ปลุกฝังความมีน้ำใจนักกีฬาให้เป็นค่านิยม ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ (ฉบับที่ 6) ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานเพื่อให้เด็กและเยาวชนทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษา ได้รับการศึกษาด้านพลศึกษาที่มีคุณภาพและ ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกายและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการกีฬาเสริมสร้างการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย ยุทธศาสตร์นี้ถือว่ามีความสำคัญสำหรับประชาชนทั่วไป ทั้งนี้ เพราะการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาจะทำให้สุขภาพพลานามัยแข็งแรงลดค่าใช้จ่าย ในการรักษาพยาบาล ลดปัญหาสังคมสามารถใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหาเสพติดและอบายมุข โดยมีการสร้างโอกาส การเข้าถึงกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา และมีการจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐานและสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ประชาชนทุกกลุ่มอย่างทั่วถึง รวมถึงสอดคล้องกับยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (ฉบับที่ 4) ยุทธศาสตร์ที่ 3 การส่งเสริมสนับสนุนการออกกำลังกายกีฬาพื้นฐานและกีฬามวลชน เพื่อต้องการเข้ามายกระดับกีฬาขั้นพื้นฐานและมวลชนของประเทศไทยซึ่งหวังว่าจะมีคนที่สนใจหันมาออกกำลังกายเพิ่มขึ้น เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และลดปัญหาสังคม

ดังนั้น กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาเป็นหน่วยงานที่ดำเนินการด้านการกีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬามวลชน นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬาและพัฒนาบุคลากรด้านการพลศึกษาสุขภาพการกีฬา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา และส่งเสริมให้ประชาชนทุกกลุ่มมีโอกาสเล่นกีฬา และออกกำลังกายอย่างทั่วถึงรวมทั้งส่งเสริมให้เยาวชนมีความสนใจในการกีฬาและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ที่สอดคล้องกับนโยบายรัฐบาล มีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาและส่งเสริมกีฬาเพื่อมวลชน รวมถึงกีฬาขั้นพื้นฐาน ซึ่งสิ่งสำคัญคือการสร้างบุคลากรขึ้นมา โดยเฉพาะในพื้นที่ท้องถิ่นซึ่งกระจายตัวทั่วประเทศ ซึ่งเน้นไปยังพื้นที่ท้องถิ่นอย่างแท้จริงเพื่อส่งเสริมให้เยาวชนและประชาชนทุกกลุ่มมีสุขภาพดี มีวินัย มีคุณธรรม และมีน้ำใจนักกีฬา ส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬาเพื่อมวลชน นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬาภายใต้วิสัยทัศน์ “เป็นพลังขับเคลื่อนการพลศึกษาของชาติ” และค่านิยม “มอบความสุขให้มวลชน” กรมพลศึกษาได้บูรณาการกับทุกภาคส่วนในระดับชุมชนเพื่อส่งเสริม สนับสนุน การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการสำหรับประชาชนให้ครอบคลุมในทุกชุมชน ท้องถิ่นโดยมีอาสาสมัครกีฬาทั่วประเทศเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อน ดังนั้นการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน เพื่อให้เป็นกลไกการขับเคลื่อนและตอบสนองการดำเนินงานตามแผนยุทธศาสตร์ 20 ปี แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) แผนยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2560-2564) ให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลและหวังว่าจะมีประชาชนในประเทศ สนใจ ใส่ใจการออกกำลังกายเพิ่มขึ้น และประชาชนมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และลดปัญหาสังคมจากการสร้างเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกายและสุขภาพใจ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างทรัพยากรมนุษย์ของประเทศ โดยการจัดทำแนวทางการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน เพื่อให้ประชาชนนั้นสนใจในการออกกำลังกาย มากขึ้น

ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์

มีเป้าหมาย การพัฒนาที่สำคัญเพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ โดยคนไทย มีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีพัฒนาการที่ครบถ้วนและมีสุขภาวะที่ดีในทุกช่วงวัย มีจิตสาธารณะ รับผิดชอบต่อสังคมและผู้อื่น มัธยัสถ์ อดออม โอบอ้อมอารี มีวินัย รักษาศีลธรรม และเป็นพลเมืองดีของชาติ มีหลักคิดที่ถูกต้อง มีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 มีทักษะสื่อสาร ภาษาอังกฤษและภาษาที่สาม และอนุรักษ์ภาษาท้องถิ่น มีนิสัยรักการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต สู่การเป็นคนไทยที่มีทักษะสูง เป็นนวัตกรรม นักคิด ผู้ประกอบการ เกษตรกรยุคใหม่ และอื่นๆ โดยมีสัมมาชีพตามความถนัดของตนเอง

1. การปรับเปลี่ยนค่านิยมและวัฒนธรรม

1.1 การปลูกฝังค่านิยมและวัฒนธรรมผ่านการเลี้ยงดูในครอบครัว

1.2 การบูรณาการเรื่องความซื่อสัตย์ วินัย คุณธรรม จริยธรรม ในการจัดการเรียนการสอนในสถานศึกษา

1.3 การสร้างความเข้มแข็งในสถาบันทางศาสนา

1.4 การปลูกฝังค่านิยมและวัฒนธรรมโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน

1.5 การสร้างค่านิยมและวัฒนธรรมที่พึงประสงค์จากภาคธุรกิจ

1.6 การใช้สื่อและสื่อสารมวลชนในการปลูกฝังค่านิยมและวัฒนธรรมของคนในสังคม

1.7 การส่งเสริมให้คนไทยมีจิตสาธารณะและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

2. การพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต

2.1 ช่วงการตั้งครรภ์/ปฐมวัย

2.2 ช่วงวัยเรียน/วัยรุ่น

2.3 ช่วงวัยแรงงาน

2.4 ช่วงวัยผู้สูงอายุ

3. ปฏิรูปกระบวนการเรียนรู้ที่ตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21

3.1 การปรับเปลี่ยนระบบการเรียนรู้ให้เอื้อต่อการพัฒนาทักษะสำหรับศตวรรษที่ 21

3.2 การเปลี่ยนโฉมบทบาท “ครู” ให้เป็นครูยุคใหม่

3.3 การเพิ่มประสิทธิภาพระบบบริหารจัดการศึกษาในทุกกระดับ ทุกประเภท

3.4 การพัฒนาระบบการเรียนรู้ตลอดชีวิต

3.5 การสร้างความตื่นตัวให้คนไทยตระหนักถึงบทบาท ความรับผิดชอบ และการวางตำแหน่งของประเทศไทยในภูมิภาคเอเชียอาคเนย์และประชาคมโลก

3.6 การวางพื้นฐานระบบรองรับการเรียนรู้โดยใช้ดิจิทัลแพลตฟอร์ม

3.7 การสร้างระบบการศึกษาเพื่อเป็นเลิศทางวิชาการระดับนานาชาติ

4. การตระหนักถึงพหุปัญญาของมนุษย์ที่หลากหลาย

4.1 การพัฒนาและส่งเสริมพหุปัญญาผ่านครอบครัว ระบบสถานศึกษาสภาพแวดล้อม

รวมทั้งสื่อ

4.2 การสร้างเส้นทางอาชีพ สภาพแวดล้อมการทำงาน และระบบสนับสนุนที่เหมาะสมสำหรับผู้มีความสามารถพิเศษผ่านกลไกต่างๆ

4.3 การดึงดูดกลุ่มผู้เชี่ยวชาญต่างชาติและคนไทยที่มีความสามารถในต่างประเทศให้มาสร้างและพัฒนาเทคโนโลยีและนวัตกรรมให้กับประเทศ

5. การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะที่ดี

5.1 การสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาวะ

5.2 การป้องกันและควบคุมปัจจัยเสี่ยงที่คุกคามสุขภาวะ

5.3 การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาวะที่ดี

5.4 การพัฒนาระบบบริการสุขภาพที่ทันสมัยสนับสนุนการสร้างสุขภาวะที่ดี

5.5 การส่งเสริมให้ชุมชนเป็นฐานในการสร้างสุขภาวะที่ดีในทุกพื้นที่

6. การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์

6.1 การสร้างความอยู่ดีมีสุขของครอบครัวไทย

6.2 การส่งเสริมบทบาทการมีส่วนร่วมของภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ครอบครัวและชุมชนในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์

6.3 การปลูกฝังและพัฒนาทักษะนอกห้องเรียน

6.4 การพัฒนาระบบฐานข้อมูลเพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์

7. การเสริมสร้างศักยภาพการกีฬาในการสร้างคุณค่าทางสังคมและพัฒนาประเทศ

7.1 การส่งเสริมการออกกำลังกาย และกีฬาขั้นพื้นฐานให้กลายเป็นวิถีชีวิต

7.2 การส่งเสริมให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา และ

นันทนาการ

7.3 การส่งเสริมการกีฬาเพื่อพัฒนาสู่ระดับอาชีพ

7.4 การพัฒนาบุคลากรด้านการกีฬาและนันทนาการเพื่อรองรับการเติบโตของ

อุตสาหกรรมกีฬา

แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) : การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานและการส่งเสริมสนับสนุนการออกกำลังกายกีฬาพื้นฐานและกีฬามวลชน

เพื่อให้เด็กและเยาวชนทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษา ได้รับการศึกษาด้านพลศึกษาที่มีคุณภาพอย่างทั่วถึงจากครูพลศึกษาที่มีคุณภาพและจำนวนเพียงพอต่อความต้องการมีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาขั้นพื้นฐานได้อย่างถูกต้อง รู้กฎและกติกา จนสามารถถึงขั้นดูกีฬาเป็นเล่นกีฬาได้ มีทัศนคติที่ดี มีระเบียบวินัยและน้ำใจนักกีฬารวมถึงมีการจัดวางระบบโครงข่ายในสถานศึกษาและชุมชน เพื่อสร้างความร่วมมือระหว่างสถานศึกษาและครอบครัวในการผลักดันให้การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตตั้งแต่ปฐมวัย

1. เป้าประสงค์

1.1 เด็ก และเยาวชนมีความเข้าใจและมีความตระหนักในกิจกรรมทางกาย การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพิ่มมากขึ้น

1.2 เด็ก และเยาวชน ทุกกลุ่มและทุกพื้นที่ มีสุขภาพร่างกายตามเกณฑ์มาตรฐาน

1.3 เด็ก และเยาวชน มีความรู้และทักษะในการออกกำลังกายและกีฬาที่ถนัดได้อย่างน้อย 1 ชนิดกีฬา พร้อมกับมีความสำนึกถึงความมีระเบียบวินัยและน้ำใจนักกีฬา

2. ตัวชี้วัด

2.1 เด็กและเยาวชนทั่วประเทศไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ผ่านเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย

2.2 มีครูพลศึกษาในสถานศึกษา ไม่น้อยกว่าร้อยละ 75 ของจำนวนสถานศึกษาทั่วประเทศภายในปี พ.ศ. 2564

2.3 มีการส่งเสริมกิจกรรมกีฬาผ่านโครงการ “1 โรงเรียน 1 กีฬา” ในสถานศึกษาทุกแห่งทั่วประเทศ

2.4 การจัดกิจกรรมการให้ความรู้และส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬานอกสถานศึกษาในทุกตำบลทั่วประเทศไม่น้อยกว่า 4 ครั้งต่อปี

2.5 มีการเพิ่มวาระการประชุมเรื่องการพัฒนากีฬาในการประชุมของสถานศึกษาไม่น้อยกว่า 4 ครั้งต่อปี

3. แนวทางการพัฒนา

3.1 เร่งสร้างและพัฒนาพลศึกษาและสุขศึกษาในสถานศึกษาทั่วประเทศ

3.1.1 ส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานในสถานศึกษา โดยการส่งเสริมวิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์สุขภาพตั้งแต่ระดับปฐมวัยจัดให้มีคาบเรียนพลศึกษาไม่น้อยกว่า 2 คาบต่อสัปดาห์ระดับ หลักสูตรวิชาพลศึกษาให้เป็นมาตรฐานเดียวกันทั่วประเทศ ส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายก่อนและหลังเลิกเรียน และจัดให้มีการพัฒนาแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่เป็นมาตรฐาน พร้อมทั้งเก็บรวบรวมข้อมูลผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนทั่วประเทศ นอกจากนี้ควรพิจารณาความเป็นไปได้ในการออกแบบทดสอบและทำการประเมินวัดผลความรู้ด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐาน

3.1.2 พัฒนาคุณภาพของครูพลศึกษาให้มีมาตรฐาน และจัดสรรให้มีการบรรจุครูพลศึกษาในสถานศึกษาทั่วประเทศ โดยการจัดให้มีการฝึกอบรมวิชาการพลศึกษาให้กับครูผู้สอนวิชาอื่นในสถานศึกษาที่ขาดแคลนครูพลศึกษา เพิ่มอัตราการจัดงานของครูผู้สอนวิชาพลศึกษาในสถานศึกษา เสริมสร้างความรู้ของครูผู้สอนวิชาพลศึกษาให้ทันสมัยผ่านเครือข่ายครูผู้สอนวิชาพลศึกษาเพื่อรักษาและพัฒนาคุณภาพของการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในสถานศึกษาอย่างต่อเนื่อง

3.1.3 จัดให้มีอุปกรณ์และสถานที่เพื่อการออกกำลังกายขั้นพื้นฐานตามสถานศึกษาตั้งแต่ระดับท้องถิ่นโดยการสร้างความตระหนักให้แก่ผู้บริหารสถานศึกษาเล็งเห็นถึงความสำคัญของการมีและการใช้ประโยชน์จากสถานที่และอุปกรณ์กีฬาที่ได้มาตรฐาน และส่งเสริมการดูแลรักษาสถานที่และอุปกรณ์ในการเล่นกีฬาของสถานศึกษาทั่วประเทศให้การสนับสนุนงบประมาณแก่สถานศึกษาของภาครัฐ เพื่อปรับปรุงสถานที่และจัดหาอุปกรณ์กีฬา

3.1.4 ส่งเสริมและพัฒนาการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานสำหรับเด็กและเยาวชนคนพิการในสถานศึกษา โดยการปรับปรุงและพัฒนาระบบการศึกษาด้านการกีฬาในสถานศึกษาสำหรับคนพิการกำหนดให้มีการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาสำหรับคนพิการจัดตั้งสถาบันพัฒนาการกีฬาคนพิการสำหรับพัฒนาองค์ความรู้ ฝึกฝนทักษะ และพัฒนาบุคลากรเพื่อรองรับการพัฒนากีฬาคนพิการในด้านการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐาน

3.2 ส่งเสริมการพัฒนาการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานในชุมชนท้องถิ่นนอกสถานศึกษา

3.2.1 ส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและการกีฬาขั้นพื้นฐานนอกหลักสูตรสำหรับเด็กและเยาวชน เพื่อเพิ่มความตระหนักถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย โดยการพัฒนาและส่งเสริมกิจกรรมกีฬาและ นันทนาการนอกหลักสูตรสำหรับเด็กและเยาวชน โดยประสานความร่วมมือกับท้องถิ่นและภาคเอกชนให้ความรู้และจัดการทดสอบสมรรถภาพทางกายแก่เด็กและกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ให้แก่เยาวชนในชุมชนท้องถิ่น เพื่อให้เข้าใจถึงความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาซึ่งส่งผลต่อสุขภาพโดยรวม

3.2.2 พัฒนาและส่งเสริมให้มีอาสาสมัครและผู้นำในระดับเยาวชน เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ ด้านการออกกำลังกายและการกีฬา โดยการสร้างความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องตั้งแต่ระดับท้องถิ่นในการจัดให้มีกิจกรรมและประชาสัมพันธ์ เพื่อสร้างและพัฒนาอาสาสมัครและผู้นำทางการกีฬาในระดับเด็กและเยาวชน เสริมสร้างความร่วมมือกับสถานศึกษาเพื่อกระตุ้นให้ผู้บริหารเล็งเห็นถึงความสำคัญของโครงการและผลักดันให้นักเรียนของตนเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาตั้งแต่เยาว์วัย

3.2.3 เพิ่มความตระหนักและเสริมสร้างน้ำใจนักกีฬา ผ่านการประชาสัมพันธ์และการตลาดที่สามารถเข้าถึงเด็กและเยาวชนได้โดยการบูรณาการการใช้สื่อต่างๆ รวมถึงนักกีฬาและบุคคลที่มีชื่อเสียงในการกีฬาเพื่อประชาสัมพันธ์ควบคู่ไปกับการสร้างความร่วมมือกับภาคเอกชนเพื่อนำองค์ความรู้ด้านการบริหารจัดการมาประยุกต์ใช้เพื่อเพิ่มความสนใจและให้ความรู้เกี่ยวกับการกีฬาแก่เด็กและเยาวชนต่อการออกกำลังกายและการกีฬา รวมทั้งควรเชิดชูเกียรติประวัติของเด็กและเยาวชนที่มีผลงานดีเด่นในการกีฬาทุกระดับ เพื่อเป็นตัวอย่างและสร้างแรงบันดาลใจให้แก่เด็กและเยาวชนในสังคม

3.3 จัดวางระบบโครงข่ายและสร้างความเชื่อมโยงระหว่างสถานศึกษาและชุมชน

3.3.1 จัดตั้งเครือข่ายการกีฬาระหว่างชุมชนและสถานศึกษา พร้อมทั้งเพิ่มบทบาทการมีส่วนร่วมของสถาบันครอบครัวโดยการเสริมสร้างความร่วมมือในสถานศึกษาให้เกิดการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างครูนักเรียนและผู้ปกครอง เพื่อเน้นย้ำถึงความสำคัญของการกีฬาและสร้างความเข้าใจถึงการพัฒนาการกีฬาของสถานศึกษาส่งเสริมและผลักดันกิจกรรมกีฬา นันทนาการ และการจัดการประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น พร้อมทั้งหาแนวทางส่งเสริมและผลักดันกิจกรรมกีฬาและนันทนาการนอกระบบสถานศึกษา

3.3.2 ส่งเสริมความร่วมมือและสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสถานศึกษาของทั้งในและต่างประเทศ โดยการจัดตั้งเครือข่ายและส่งเสริมการเป็นสมาชิกของคณะกรรมการและองค์กรการกีฬาที่เป็นมาตรฐานสากลในระดับสถานศึกษาและสถาบันอุดมศึกษา เพื่อเสริมสร้างและ

พัฒนาสัมพันธภาพอันดีของทุกเครือข่ายและกำหนดเป็นแนวทางการปฏิบัติและสื่อสารกับเครือข่ายการกีฬาในทุกระดับ อาทิ ท้องถิ่น สถานศึกษา และสถาบันอุดมศึกษา

แนวคิดในการใช้หลักการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในอดีตและปัจจุบัน

แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกาย จากการศึกษาและรวบรวมข้อมูลแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายในประเทศไทยนั้น พบว่าข้อมูลที่ใช้ในการศึกษามีน้อยมากแต่จากการศึกษาในครั้งนี้พบว่าประเทศไทยนั้น มีการออกกำลังกายในลักษณะของการป้องกันตัวเพื่อใช้ในการฝึกฝนทางการทหารเป็นหลัก อีกทั้งยังเป็นการออกกำลังกายเพื่อรักษาโรคอีกด้วย การออกกำลังกายนั้นเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อให้ส่วนต่างๆ ในร่างกายเกิดการเคลื่อนไหว เพื่อช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้กับร่างกายเกิดความแข็งแรง จึงทำให้คนไทยมีการออกกำลังกายกันมายาวนาน ในสมัยของรัชกาลที่ 5 ได้ทรงมีการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีรูปแบบและเป็นแบบแผนมากขึ้น โดยทรงนำแนวคิดและกฎกติกาต่างๆ ที่เกี่ยวกับการออกกำลังกายมาจากประเทศตะวันตกมาเผยแพร่ในประเทศไทย ทำให้การออกกำลังกายเป็นที่นิยมของประชาชนทั่วไปมากขึ้น และยังเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนคนไทยหันมาออกกำลังกายมากขึ้นอีกด้วย ในปี พ.ศ. 2507 ได้มีการส่งเสริมและพัฒนารูปแบบการออกกำลังกาย ให้มีแบบแผนที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น และองค์การส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทยได้มีการรณรงค์ส่งเสริมให้ประชาชนได้ออกกำลังกาย โดยทำให้เห็นถึงคุณประโยชน์และคุณค่าในการออกกำลังกายในส่วนของความร่วมมือระหว่างกระทรวงสาธารณสุขและกรมอนามัย จึงได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของคุณประโยชน์ของการออกกำลังกายที่ส่งผลดีต่อสุขภาพของประชาชน ดำเนินโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549) ที่ตั้งเป้าหมายให้ประชาชนออกกำลังกายและเล่นกีฬามากขึ้น คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ 9 (2545) จากการรณรงค์ของสาธารณสุขให้ประชาชนหันมาใส่ใจการออกกำลังกายกันมากขึ้นส่งผลดีในหลายๆ ด้าน โดยเฉพาะช่วยลดอัตราการเกิดโรคต่างๆ เช่น ความดันโลหิต เส้นเลือดในสมองตีบ โรคหัวใจ เป็นต้น ซึ่งพบว่าการออกกำลังกายนั้น เป็นปัจจัยที่ช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรงมีสุขภาพที่ดีที่มีผลที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพจากความสำคัญดังกล่าวข้างต้นผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาแนวคิดรวบยอดเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อใช้ในการศึกษาปัจจัยการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการศูนย์สุขภาพในเขตวัฒนากรุงเทพมหานคร โดยการออกกำลังกายในปัจจุบันได้รับความนิยมเป็นจำนวนมากจะเห็นได้จากจำนวนผู้เข้าใช้บริการตามศูนย์สุขภาพ สวนสาธารณะ ศูนย์ออกกำลังกายตามแหล่งชุมชนต่างๆ ที่มีการให้บริการกันมากขึ้น การออกกำลังกายนอกจากจะเป็นการเสริมสร้างสุขภาพที่ดีแล้วยังเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ในการทำกิจกรรมร่วมกันของคนในชุมชน และในกลุ่มคนที่หันมาใส่ใจในสุขภาพ

แนวคิดทางการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนในอนาคตกับการสร้างสมดุลในการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายของประชาชน ทั้ง 4 ภูมิภาค

จากข้อมูลของสำนักสถิติแห่งชาติ (2550) ทำให้ทราบว่าแต่ละภูมิภาคมีผู้ออกกำลังกาย ดังนี้

1. ภาคเหนือ มีผู้ออกกำลังกายทั้งหมด 2,817,500 คน จาก 9,955,000 คน คิดเป็นร้อยละ 28.30
2. ภาคกลาง มีผู้ออกกำลังกายทั้งหมด 3,324,300 คน จาก 13,694,300 คน คิดเป็นร้อยละ 24.28
3. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีผู้ออกกำลังกายทั้งหมด 5,376,400 คน จาก 18,094,600 คน คิดเป็นร้อยละ 29.71
4. ภาคใต้ มีผู้ออกกำลังกายทั้งหมด 2,788,300 คน จาก 7,265,900 คน คิดเป็นร้อยละ 38.38

ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ภาคใต้ เป็นภาคที่มีผู้ออกกำลังกายคิดเป็นร้อยละมากที่สุด แต่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นภาคที่มีผู้ออกกำลังกายมากที่สุด ดังนั้น ความสนใจในการออกกำลังกายของประชากรมีผลมาจากอาชีพและเวลาว่างจากการทำงานมีมากกว่าจึงทำให้มีเวลาได้ทำกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาได้

สรุปแนวทางการบริหารการจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

การพัฒนาคุณภาพประชากรในประเทศให้เป็นผู้มีคุณภาพ ประชากรจะต้องมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นกลวิธีที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพดีในระยะยาวโดยที่พฤติกรรมการออกกำลังกายจะช่วยส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคจากการศึกษาพบว่าประชาชนส่วนใหญ่ยังขาดการออกกำลังกายทั้งนี้อาจเนื่องมาจากไม่มีเวลาสภาพร่างกายไม่เหมาะสม หรือไม่มีสถานที่ออกกำลังกายหรือออกกำลังกายแบบผิดๆ การที่ประชาชนไม่ออกกำลังกายนั้นจะส่งผลเสียต่อสุขภาพตามมา ดังนั้นจึงต้องจัดทำแนวทางการบริหารการจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน เนื่องจากจะทำให้ทราบได้ว่า จะต้องพัฒนาและปรับปรุงปัจจัยใดเพื่อให้ประชาชนสนใจในการออกกำลังกายมากขึ้น

บทที่ 4

แนวทางการประเมินศักยภาพและความพร้อมของการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายทั้ง 4 ภูมิภาค ส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

การวิจัยเรื่อง แนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชนเป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยผู้วิจัยได้ทำการรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอทั่วประเทศ จำนวน 878 คน แบ่งเป็น 3 ตอน ซึ่งสามารถสรุปข้อมูลได้ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Checklist)

ตารางที่ 4 - 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ข้อมูลทั่วไป (n=878)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	760	86.60
หญิง	118	13.40
ประสบการณ์การทำงาน		
1-10 ปี	205	23.40
11-20 ปี	196	22.30
21-30 ปี	164	18.70
31 ปีขึ้นไป	313	35.60
ตำแหน่ง		
นายอำเภอ	138	15.70
ปลัดอำเภอ	740	84.30
ภาค		
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	322	36.67
ภาคกลาง	210	23.92
ภาคเหนือ	195	22.21
ภาคใต้	151	17.20

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

จากตารางที่ 4 - 1 พบว่า ประชาชนส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (760คน/86.60%) มีประสบการณ์การทำงาน 31 ปีขึ้นไป (313คน/35.60%) รองลงมา มีประสบการณ์ 1-10 ปี (205คน/23.40%) และ 11-20 ปี (196คน/22.30%) อยู่ในตำแหน่งปลัดอำเภอ (740คน/84.30%) รองลงมา เป็นนายอำเภอ (138คน/15.70%) โดยอยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (322คน/36.67%) รองลงมาอยู่ในภาคกลาง (210คน/23.92%) ภาคเหนือ (195คน/22.21%) และภาคใต้ (151คน/17.20%)

ตารางที่ 4 - 2 แสดงการสำรวจช่วงเวลาที่ประชาชนออกกำลังกายในเขตอำเภอของทุกภาค

ช่วงเวลาที่ประชาชนออกกำลังกาย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ภาคเหนือ (n=195)		
05.00-07.00 น.	8	4.10
16.00-19.00 น.	183	93.85
อื่นๆ	4	2.05
ภาคกลาง (n=210)		
05.00-07.00 น.	8	3.81
16.00-19.00 น.	196	93.33
อื่นๆ	6	2.86
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (n=322)		
05.00-07.00 น.	27	8.39
16.00-19.00 น.	283	87.89
อื่นๆ	12	3.72
ภาคใต้ (n=151)		
05.00-07.00 น.	10	6.62
16.00-19.00 น.	133	88.08
อื่นๆ	8	5.30

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

จากตารางที่ 4 - 2 พบว่า

ประชาชนในกลุ่มภาคเหนือ ส่วนใหญ่ออกกำลังกายช่วงเวลา 16.00-19.00 น. (183คน/ร้อยละ 90.70) รองลงมาออกกำลังกายช่วงเวลา 05.00-07.00 น. (8คน/6.00%) และออกกำลังกายช่วงเวลาอื่นๆ (4คน/2.70%)

ประชาชนในกลุ่มภาคกลาง ส่วนใหญ่ออกกำลังกายช่วงเวลา 16.00-19.00 น. (196คน/93.33%) รองลงมาออกกำลังกายช่วงเวลา 05.00-07.00 น. (8คน/3.81%) และออกกำลังกายช่วงเวลาอื่นๆ (6คน/2.86%)

ประชาชนกลุ่มภาคอีสาน ส่วนใหญ่ออกกำลังกายช่วงเวลา 16.00-19.00 น. (283คน/87.89%) รองลงมาออกกำลังกายช่วงเวลา 05.00-07.00 น. (27คน/8.39%) และออกกำลังกายช่วงเวลาอื่นๆ (12คน/3.72%)

ประชาชนกลุ่มภาคใต้ ส่วนใหญ่ออกกำลังกายช่วงเวลา 16.00–19.00 น. (133คน/88.08%) รองลงมาออกกำลังกายช่วงเวลา 05.00–07.00 น. (10คน/6.62%) และออกกำลังกายช่วงเวลาอื่นๆ (8คน/5.30%)

ตารางที่ 4 - 3 แสดงชนิดของกิจกรรมที่ประชาชนออกกำลังกายเป็นประจำของทุกภาค

ชนิดของกิจกรรม ออกกำลังกาย	ภาคเหนือ คน (%)	ภาคกลาง คน (%)	ภาคอีสาน คน (%)	ภาคใต้ คน (%)
เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ	189 (96.92)	202 (96.18)	310 (96.27)	142 (94.04)
เต้นรำแอโรบิก	109 (55.90)	137 (65.24)	187 (58.07)	101 (66.89)
ลีลาศเพื่อสุขภาพ	6 (3.08)	18 (8.57)	17 (5.28)	10 (6.62)
ขี่จักรยานเพื่อ สุขภาพ	119 (61.03)	129 (61.43)	220 (68.32)	98 (64.90)
โยคะ	13 (6.67)	22 (10.48)	11 (3.42)	12 (7.95)
เต้นบาสโลบ	41 (21.03)	41 (19.52)	43 (13.35)	44 (29.14)
รำไม้พลอง	31 (15.90)	22 (10.48)	22 (6.83)	20 (13.25)
รำไทเก๊ก	9 (4.62)	17 (8.10)	13 (4.04)	16 (10.60)
ฟุตบอล	160 (82.05)	174 (82.86)	267 (82.92)	127 (84.11)
ฟุตซอล	89 (45.64)	116 (55.24)	179 (55.59)	75 (49.67)
บาสเกตบอล	49 (25.13)	51 (24.29)	73 (22.67)	31 (20.53)
วอลเลย์บอล	58 (29.74)	74 (35.24)	148 (45.96)	61 (40.40)
แบดมินตัน	60 (30.77)	65 (30.95)	72 (22.36)	34 (22.52)
เซปักตะกร้อ/ ตะกร้อลอดห่วง/ ตะกร้อวง	78 (40.00)	92 (43.81)	170 (52.80)	85 (56.29)
เปตอง	98 (50.26)	103 (49.05)	143 (44.41)	65 (43.05)
เทเบิลเทนนิส	18 (9.23)	18 (13.33)	29 (9.01)	12 (7.95)
ว่ายน้ำ	31 (15.90)	53 (25.24)	22 (6.83)	31 (20.53)

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

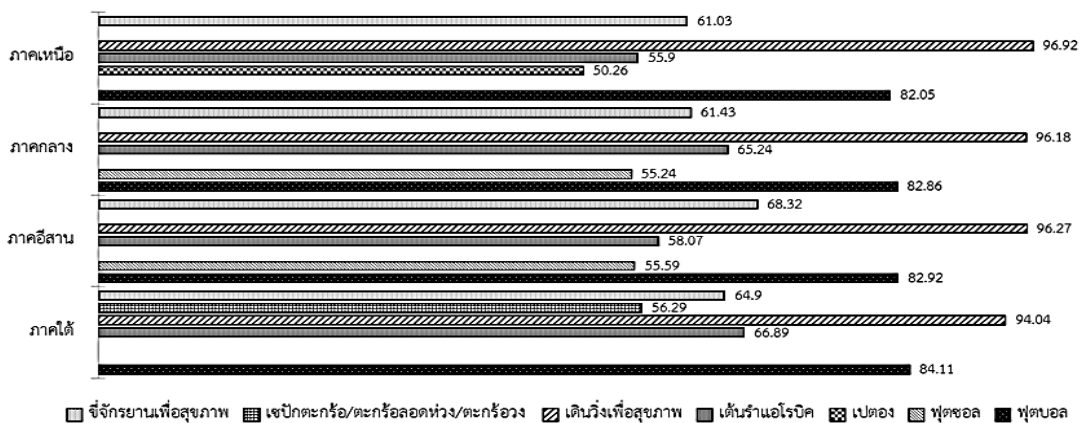
จากตารางที่ 4 - 3 และแผนภาพที่ 4 - 1 เมื่อพิจารณาโดยเรียงตามลำดับความสำคัญ พบว่า ประชาชนในกลุ่มภาคเหนือ ส่วนใหญ่มีกิจกรรมออกกำลังกายเป็นประจำ 5 อันดับแรก คือ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (189คน/96.92%) ฟุตบอล (160คน/82.05%) ซี่จักรยานเพื่อสุขภาพ (119คน/61.03%) การเดินร่ำแบบแอโรบิก (109คน/55.90%) และเปตอง (98คน/50.26%) ตามลำดับ

ประชาชนในกลุ่มภาคกลาง ส่วนใหญ่มีกิจกรรมออกกำลังกายเป็นประจำ 5 อันดับแรก คือ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (202คน/ร้อยละ 96.18%) ฟุตบอล (174คน/82.86%) เดินร่ำแอโรบิก (137คน/65.24%) ซี่จักรยานเพื่อสุขภาพ (129คน/61.43%) และฟุตซอล (116คน/55.24%) ตามลำดับ

ประชาชนในกลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ส่วนใหญ่มีกิจกรรมออกกำลังกายเป็นประจำ 5 อันดับแรก คือ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (310คน/96.27%) ฟุตบอล (267คน/82.92%) ซี่จักรยานเพื่อสุขภาพ (220คน/68.32%) เดินร่ำแอโรบิก (187คน/58.07) และฟุตซอล (179คน/55.59%) ตามลำดับ

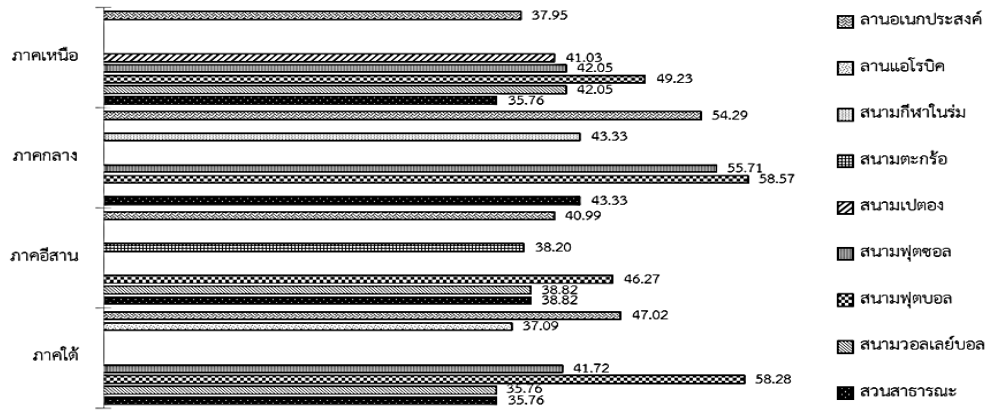
ประชาชนในกลุ่มภาคใต้ ส่วนใหญ่มีกิจกรรมออกกำลังกายเป็นประจำ 5 อันดับแรก คือ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (142คน/94.04%) ฟุตบอล (127คน/84.11%) เดินร่ำแอโรบิก (101คน/66.89%) ซี่จักรยานเพื่อสุขภาพ (98คน/64.90%) และเซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง (85คน/56.29%) ตามลำดับ

แผนภาพที่ 4 -1 แสดงค่าร้อยละของชนิดกิจกรรมที่ประชาชนออกกำลังกายเป็นประจำจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับ



ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

แผนภาพที่ 4 -2 แสดงค่าร้อยละของการมีสนามกีฬาที่ได้มาตรฐานจำแนกตามค่าสูงสุด 5 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 2 แสดงค่าร้อยละของการมีสนามกีฬาที่ได้มาตรฐานจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

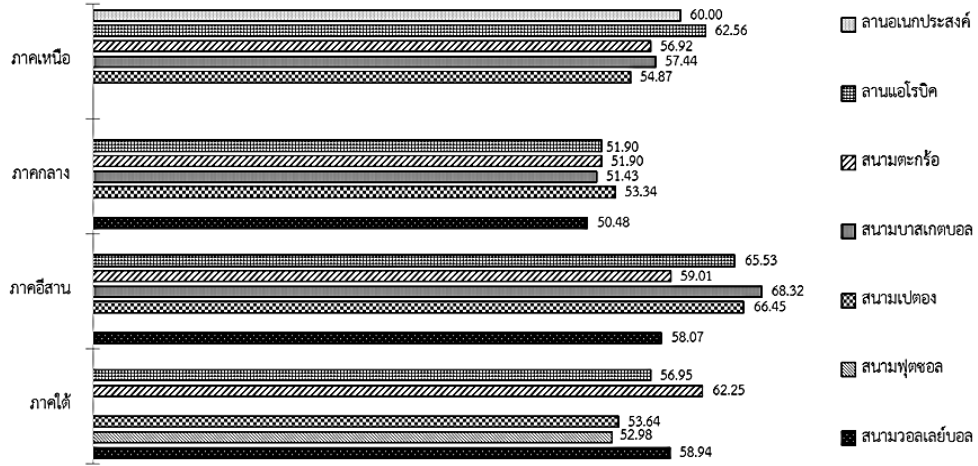
ตารางที่ 4 - 4 แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายในอำเภอที่รับผิดชอบของตนเองในด้านสนามกีฬา

ตารางที่ 4 แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้าน สนามกีฬา

สนามกีฬา	ภาคเหนือ			ภาคกลาง			ภาคอีสาน			ภาคใต้		
	คน (%)		ไม่มี	คน (%)		ไม่มี	คน (%)		ไม่มี	คน (%)		ไม่มี
	มี	ไม่มี		มี	ไม่มี		มี	ไม่มี		มี	ไม่มี	
มาตรฐาน	60 (30.77)	70 (35.90)	65 (33.33)	91 (43.33)	89 (42.38)	30 (14.29)	88 (27.33)	166 (51.55)	68 (21.12)	49 (32.45)	78 (51.66)	24 (15.89)
สนามกีฬาในร่ม	60 (30.77)	122 (62.56)	13 (6.67)	88 (41.90)	109 (51.90)	13 (6.20)	94 (29.19)	211 (65.53)	17 (5.28)	56 (37.09)	86 (56.95)	9 (5.96)
ลานเอนกประสงค์	67 (34.36)	94 (48.20)	34 (17.44)	91 (43.33)	86 (40.95)	33 (15.72)	125 (38.82)	162 (50.31)	35 (10.87)	54 (35.76)	70 (46.36)	27 (17.88)
สวนสาธารณะ	74 (37.95)	117 (60.00)	4 (2.05)	114 (54.29)	87 (41.42)	9 (4.29)	132 (40.99)	181 (56.21)	9 (2.80)	71 (47.02)	76 (50.33)	4 (2.65)
สนามเปตอง	80 (41.03)	107 (54.87)	8 (4.10)	87 (41.43)	112 (53.34)	11 (5.23)	99 (30.75)	214 (66.45)	9 (2.80)	53 (35.10)	81 (53.64)	17 (11.26)
สนามฟุตบอล	96 (49.23)	94 (48.21)	5 (2.56)	123 (58.57)	85 (40.48)	2 (0.95)	149 (46.27)	172 (53.42)	1 (0.31)	88 (58.28)	62 (41.06)	1 (0.66)
สนามฟุตบอล	82 (42.05)	99 (50.77)	14 (7.18)	117 (55.71)	81 (38.57)	12 (5.71)	120 (37.27)	184 (57.14)	18 (5.59)	63 (41.72)	80 (52.98)	8 (5.30)
สนามวอลเลย์บอล	63 (32.31)	112 (57.44)	20 (10.26)	81 (38.57)	108 (51.43)	21 (10.00)	84 (26.09)	220 (68.32)	18 (5.59)	40 (26.49)	79 (52.32)	32 (21.19)
สนามวอลเลย์บอล	82 (42.05)	105 (53.85)	8 (4.10)	88 (41.90)	106 (50.48)	16 (7.62)	125 (38.82)	187 (58.07)	10 (3.11)	54 (35.76)	89 (58.94)	8 (5.30)
สนามเบดมินตัน	47 (24.11)	83 (42.56)	65 (33.33)	69 (32.85)	90 (42.86)	51 (24.29)	53 (16.46)	149 (46.27)	120 (37.27)	27 (17.88)	64 (42.38)	60 (39.74)
สนามตะกร้อ	73 (37.44)	111 (56.92)	11 (5.64)	86 (40.95)	109 (51.90)	15 (7.15)	123 (38.20)	190 (59.01)	9 (2.79)	44 (29.14)	94 (62.25)	13 (8.61)
สนามกรีฑา	33 (16.93)	89 (45.64)	73 (37.43)	50 (23.81)	74 (35.24)	86 (40.95)	50 (15.53)	164 (50.93)	108 (33.54)	47 (31.13)	64 (42.38)	40 (26.49)
สระว่ายน้ำ	41 (21.02)	77 (39.49)	77 (39.49)	65 (30.95)	79 (37.63)	66 (31.42)	35 (10.87)	118 (36.64)	169 (52.49)	33 (21.85)	49 (32.45)	69 (45.70)

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

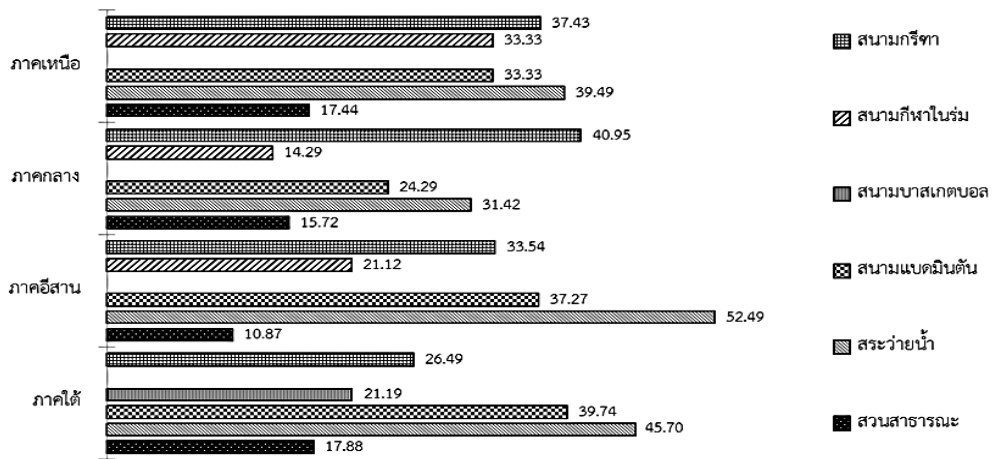
แผนภาพที่ 4 – 3 แสดงค่าร้อยละของการมีสนามกีฬาที่ไม่ได้มาตรฐานจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 3 แสดงค่าร้อยละของการมีสนามกีฬาที่ไม่ได้มาตรฐานจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

แผนภาพที่ 4 – 4 แสดงค่าร้อยละของการไม่มีสนามกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 4 แสดงค่าร้อยละของการไม่มีสนามกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

จากตารางที่ 4 - 4 และแผนภาพที่ 4 - 4 พบว่า

ภาคเหนือ มีสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายในอำเภอและได้มาตรฐาน 5 อันดับแรก คือ สนามฟุตบอล (96คน/49.23%) สนามฟุตซอล/สนามวอลเลย์บอล (82คน/42.05%) สนามเปตอง (80คน/41.03%) และลานอเนกประสงค์ (74คน/37.95%) ตามลำดับ ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายในอำเภอ แต่ไม่ได้มาตรฐาน 5 อันดับแรก คือ ลานแอโรบิก (122คน/62.56%) ลานอเนกประสงค์ (117คน/60.00%) สนามบาสเกตบอล (112คน/57.44%) สนามตะกร้อ (111คน/56.92%) และสนามเปตอง (107คน/54.87%) ตามลำดับ และไม่มีสถานที่ที่ให้ออกกำลังกายในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ สระว่ายน้ำ (77คน/39.49%) สนามกรีฑา (73คน/37.43%) สนามแบดมินตัน/สนามกีฬาในร่ม (65คน/33.33%) และสวนสาธารณะ (34คน/17.44%) ตามลำดับ

ภาคกลาง มีสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายในอำเภอและได้มาตรฐาน 5 อันดับแรก คือ สนามฟุตบอล (123คน/58.57%) สนามฟุตซอล (117คน/55.71%) ลานอเนกประสงค์ (114คน/54.29%) และสนามกีฬาในร่ม/สวนสาธารณะ (91คน/43.33%) ตามลำดับ ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายในอำเภอแต่ไม่ได้มาตรฐาน 5 อันดับแรก คือ สนามเปตอง (112คน/53.34%) ลานแอโรบิก/สนามตะกร้อ (109คน/51.90%) สนามบาสเกตบอล (108คน/51.43%) และสนามวอลเลย์บอล (106คน/50.48%) ตามลำดับ และไม่มีสถานที่ที่ให้ออกกำลังกายในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ สนามกรีฑา (86คน/40.95%) สระว่ายน้ำ (66คน/31.42%) สนามแบดมินตัน (51คน/24.29%) สวนสาธารณะ (33คน/15.72%) และสนามกีฬาในร่ม (30คน/14.29%) ตามลำดับ

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายในอำเภอและได้มาตรฐาน 5 อันดับแรก คือ สนามฟุตบอล (149คน/46.27%) ลานอเนกประสงค์ (132คน/40.99%) สวนสาธารณะ/สนามวอลเลย์บอล (125คน/38.82%) และสนามตะกร้อ (123คน/38.20%) ตามลำดับ ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายในอำเภอแต่ไม่ได้มาตรฐาน 5 อันดับแรก คือ สนามบาสเกตบอล (220คน/68.32%) สนามเปตอง (214คน/66.45%) ลานแอโรบิก (211คน/65.53%) สนามตะกร้อ (190คน/59.01%) และสนามวอลเลย์บอล (187คน/58.07%) ตามลำดับ และไม่มีสถานที่ที่ให้ออกกำลังกายในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ สระว่ายน้ำ (169คน/52.49%) สนามแบดมินตัน (120คน/37.27%) สนามกรีฑา (108คน/33.54%) สนามกีฬาในร่ม (68คน/21.12%) และสวนสาธารณะ (35คน/10.87%) ตามลำดับ

ภาคใต้ มีสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายในอำเภอและได้มาตรฐาน 5 อันดับแรก คือ สนามฟุตบอล (88คน/58.28%) ลานอเนกประสงค์ (71คน/47.02%) สนามฟุตซอล (63คน/41.72%) ลานแอโรบิก (56คน/37.09%) และสวนสาธารณะ/สนามวอลเลย์บอล (54คน/35.76%) ตามลำดับ ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายในอำเภอแต่ไม่ได้มาตรฐาน 5 อันดับแรก คือ สนามตะกร้อ (94คน/62.25%) สนามวอลเลย์บอล (89คน/58.94%) ลานแอโรบิก (86คน/56.95%) สนามเปตอง (81คน/53.64%) และสนามฟุตซอล (80คน/52.98%) ตามลำดับ และไม่มีสถานที่ที่ให้ออกกำลังกายในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ สระว่ายน้ำ (69คน/45.70%) สนามแบดมินตัน (60คน/39.74%) สนามกรีฑา (40คน/26.49%) สนามบาสเกตบอล (32คน/21.19%) และสวนสาธารณะ (27คน/17.88%) ตามลำดับ

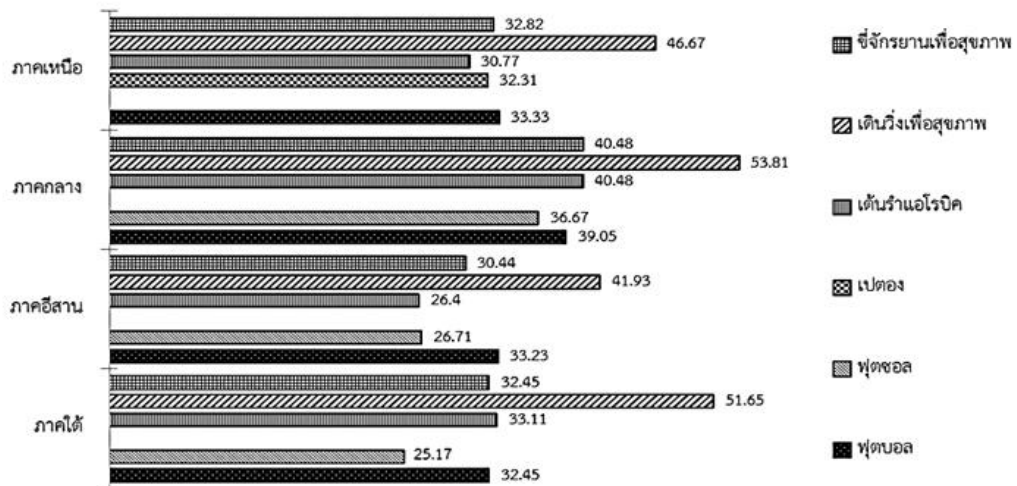
ตารางที่ 4 - 5 แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬา

ตารางที่ 5 แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้าน วัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬา

วัสดุอุปกรณ์ ออกกำลังกาย และเล่นกีฬา	ภาคเหนือ คน (%)			ภาคกลาง คน (%)			ภาคอีสาน คน (%)			ภาคใต้ คน (%)		
	มี	ไม่มี	ไม่มี	มี	ไม่มี	ไม่มี	มี	ไม่มี	ไม่มี	มี	ไม่มี	
	เพียงพอ	ไม่เพียงพอ	ไม่มี	เพียงพอ	ไม่เพียงพอ	ไม่มี	เพียงพอ	ไม่เพียงพอ	ไม่มี	เพียงพอ	ไม่เพียงพอ	
เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ	91 (46.67)	95 (48.72)	9 (4.61)	113 (33.81)	85 (40.48)	12 (5.71)	135 (41.93)	155 (48.14)	32 (9.93)	78 (21.65)	61 (40.40)	12 (7.93)
เดินร่ำแอโรบิก	60 (30.77)	112 (57.44)	23 (11.79)	85 (40.48)	101 (48.10)	24 (11.42)	85 (26.40)	187 (58.07)	50 (15.53)	50 (31.11)	83 (54.97)	18 (11.92)
ลีลาศเพื่อสุขภาพ	18 (9.23)	53 (27.18)	124 (63.59)	30 (14.29)	60 (28.57)	120 (57.14)	32 (9.94)	79 (24.53)	211 (65.53)	17 (11.26)	39 (25.83)	95 (62.91)
จักรยานเพื่อสุขภาพ	64 (32.82)	103 (52.82)	28 (14.36)	85 (40.48)	96 (45.71)	29 (13.81)	98 (30.44)	182 (56.22)	42 (13.04)	49 (32.45)	79 (52.32)	23 (15.23)
โยคะ	16 (8.21)	42 (21.53)	137 (70.26)	31 (14.76)	63 (30.00)	116 (55.24)	20 (6.21)	63 (19.57)	239 (74.22)	14 (9.27)	40 (26.49)	97 (64.24)
เดินบาทโลป	27 (13.85)	86 (44.10)	82 (42.05)	46 (21.90)	67 (31.91)	97 (46.19)	37 (11.49)	105 (32.61)	180 (55.90)	31 (20.53)	63 (41.72)	57 (37.75)
รำไท้ทອງ	23 (11.79)	81 (41.54)	91 (46.67)	32 (15.24)	59 (28.10)	119 (56.66)	25 (7.76)	104 (32.30)	193 (59.94)	18 (11.92)	52 (34.44)	81 (53.64)
รำไท้เก๊ก	14 (7.18)	40 (20.51)	141 (72.31)	26 (12.38)	53 (25.24)	131 (62.38)	18 (5.59)	56 (17.39)	248 (77.02)	18 (11.92)	29 (19.21)	104 (68.87)
เปตอง	63 (32.31)	121 (62.05)	11 (5.64)	69 (32.66)	122 (58.10)	19 (9.04)	76 (23.60)	230 (71.43)	16 (4.97)	27 (17.88)	110 (72.85)	14 (9.27)
ฟุตบอล	65 (33.33)	123 (63.08)	7 (3.59)	82 (39.05)	122 (58.10)	6 (2.85)	107 (33.23)	210 (65.22)	5 (1.55)	49 (32.45)	97 (64.24)	5 (3.31)
ฟุตบอล	55 (28.21)	124 (63.59)	16 (8.20)	77 (36.67)	121 (57.62)	12 (5.71)	86 (26.71)	216 (67.08)	20 (6.21)	38 (25.17)	102 (67.53)	11 (7.28)
บาสเกตบอล	34 (17.44)	124 (63.59)	37 (19.23)	51 (24.29)	125 (60.95)	31 (14.76)	56 (17.39)	228 (70.81)	38 (11.80)	23 (15.23)	85 (56.29)	43 (28.48)
วอลเลย์บอล	44 (22.56)	140 (71.79)	11 (5.65)	62 (29.52)	128 (60.95)	20 (9.53)	75 (23.29)	231 (71.74)	16 (4.97)	30 (19.87)	104 (68.87)	17 (11.26)
แบดมินตัน	28 (14.36)	110 (56.41)	57 (29.23)	44 (20.95)	120 (57.14)	46 (21.91)	43 (13.35)	153 (47.52)	126 (39.13)	24 (15.89)	69 (45.70)	58 (38.41)
เรมิกตะกร้อตะกร้อ	37 (18.97)	125 (64.10)	33 (16.93)	49 (23.33)	125 (59.52)	36 (17.15)	59 (18.32)	208 (64.60)	55 (17.00)	30 (19.87)	94 (62.25)	27 (17.88)
ลอคหัวตะกร้อวง												
เทนนิส	19 (9.74)	96 (49.23)	80 (41.03)	28 (13.33)	110 (52.38)	72 (34.29)	34 (10.56)	150 (46.58)	138 (42.86)	12 (7.95)	54 (35.76)	85 (56.29)
ว่ายน้ำ	24 (12.30)	87 (44.62)	84 (43.08)	42 (20.00)	95 (45.24)	73 (34.76)	26 (8.07)	108 (33.54)	188 (58.39)	24 (15.89)	54 (35.76)	73 (48.35)

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

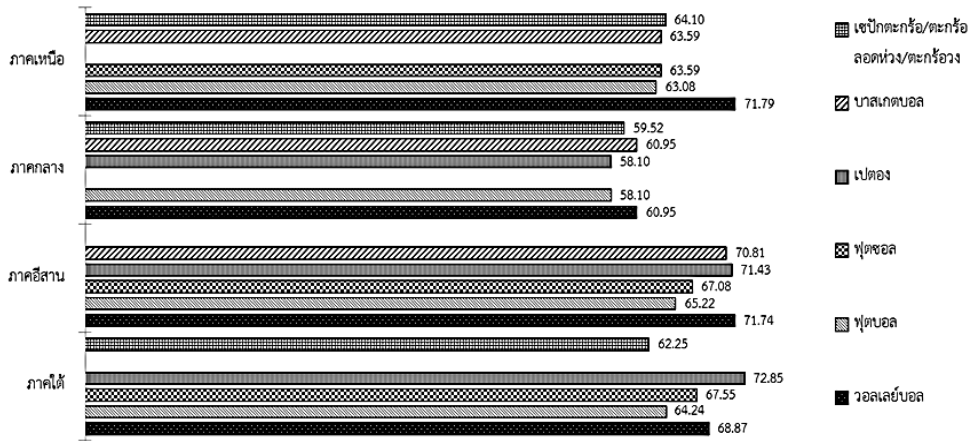
แผนภาพที่ 4 - 5 แสดงค่าร้อยละของการมีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 5 แสดงค่าร้อยละของการมีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

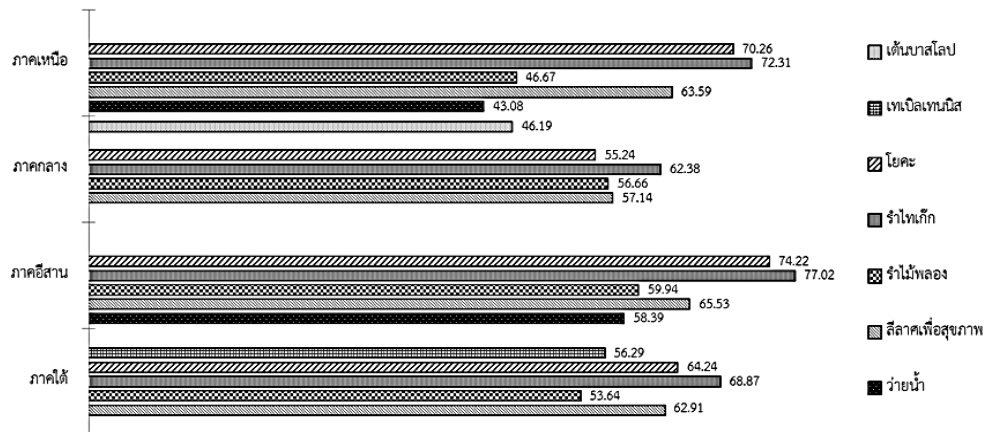
แผนภาพที่ 4 – 6 แสดงค่าร้อยละของการมีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอ
จำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 6 แสดงค่าร้อยละของการมีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

แผนภาพที่ 4 – 7 แสดงค่าร้อยละของการไม่มีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาจำแนก
ตามภาคสูงสุด



แผนภูมิที่ 7 แสดงค่าร้อยละของการไม่มีวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

จากตารางที่ 4 - 5 และแผนภาพที่ 4 - 5 ถึง 4 - 7 พบว่า

ภาคเหนือ มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 5 อันดับแรก คือ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (91คน/46.67%) ฟุตบอล (65คน/33.33%) ขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ (64คน/32.82%) เปตอง (63คน/32.31%) และเต้นรำแอโรบิก (60คน/30.77%) ตามลำดับ มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 5 อันดับแรก คือ วอลเลย์บอล (140คน/71.79%) เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง (125คน/64.10%) ฟุตซอล/บาสเกตบอล (124คน/63.59%) และฟุตบอล (123คน/63.08%) ตามลำดับ และไม่มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ รำไทเก๊ก (141คน/72.31%) โยคะ (137คน/70.26%) ลีลาศเพื่อสุขภาพ (124คน/63.59%) รำไม้พลอง (91คน/46.67%) และว่ายน้ำ (84คน/43.08%) ตามลำดับ

ภาคกลาง มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 5 อันดับแรก คือ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (113คน/53.81%) ขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ/เต้นรำแอโรบิก (85คน/40.48%) ฟุตบอล (82คน/39.05%) และฟุตซอล (77คน/36.67%) ตามลำดับ มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 5 อันดับแรก คือ บาสเกตบอล/วอลเลย์บอล (128คน/60.95%) เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง (125คน/59.52%) และเปตอง/ฟุตบอล (122คน/58.10%) ตามลำดับ และไม่มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ รำไทเก๊ก (131คน/62.38%) ลีลาศเพื่อสุขภาพ (120คน/57.14%) รำไม้พลอง (119คน/56.66%) โยคะ (116คน/55.24%) และเต้นบาสโลป (97คน/46.19%) ตามลำดับ

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 5 อันดับแรก คือ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (135คน/41.93%) ฟุตบอล (107คน/33.23%) ขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ (98คน/30.44%) ฟุตซอล (86คน/26.71%) และเต้นรำแอโรบิก (85คน/26.40%) ตามลำดับ มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 5 อันดับแรก คือ วอลเลย์บอล (231คน/71.74%) เปตอง (230คน/71.43%) บาสเกตบอล (228คน/70.81%) ฟุตซอล (216คน/67.08%) และฟุตบอล (210คน/65.22%) ตามลำดับ และไม่มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ รำไทเก๊ก (248คน/77.02%) โยคะ (239คน/74.22%) ลีลาศเพื่อสุขภาพ (211คน/65.53%) รำไม้พลอง (193คน/59.94%) และว่ายน้ำ (188คน/58.39%) ตามลำดับ

ภาคใต้ มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 5 อันดับแรก คือ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (78คน/51.65%) เต้นรำแอโรบิก (50คน/33.11%) ขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ/ฟุตบอล (49คน/32.45%) และฟุตซอล (38คน/25.17%) ตามลำดับ มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 5 อันดับแรก คือ เปตอง (110คน/72.85%) วอลเลย์บอล (104คน/68.87%) ฟุตซอล (102คน/67.55%) ฟุตบอล (97คน/64.24%) และเซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง (94คน/62.25%) ตามลำดับ และไม่มีวิสาธุกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ รำไทเก๊ก (104คน/68.87%) โยคะ (97คน/64.24%) ลีลาศเพื่อสุขภาพ (95คน/62.91%) เทเบิลเทนนิส (85คน/56.29%) และรำไม้พลอง (81คน/53.64%) ตามลำดับ

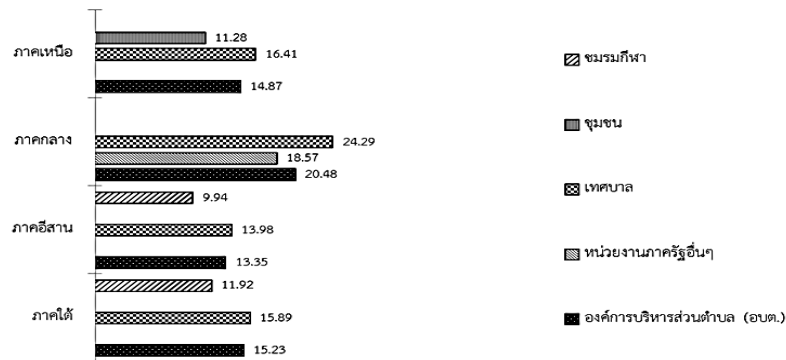
ตารางที่ 4 – 6 แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของ
ทุกภาคในด้านการได้รับการสนับสนุน

ตารางที่ 6 แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านการได้รับการสนับสนุน

หน่วยงานที่สนับสนุน กิจกรรมออกกำลังกาย และเล่นกีฬา	ภาคเหนือ			ภาคกลาง			ภาคอีสาน			ภาคใต้		
	คน (%)			คน (%)			คน (%)			คน (%)		
	มี	มีไม่	ไม่มี	มี	มีไม่	ไม่มี	มี	มีไม่	ไม่มี	มี	มีไม่	ไม่มี
	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ	เพียงพอ
องค์การบริหาร ส่วนตำบล (อบต.)	29 (14.87)	147 (75.38)	19 (9.75)	43 (20.48)	137 (65.24)	30 (14.28)	43 (13.35)	222 (68.94)	57 (17.71)	23 (15.23)	101 (66.89)	27 (17.88)
เทศบาล	32 (16.41)	128 (65.64)	35 (17.95)	51 (24.29)	125 (59.52)	34 (16.19)	45 (13.98)	208 (64.60)	69 (21.42)	24 (15.89)	89 (58.94)	38 (25.17)
ชุมชน	22 (11.28)	109 (55.90)	64 (32.82)	33 (15.71)	120 (57.14)	57 (27.15)	25 (7.76)	205 (63.66)	92 (28.58)	17 (11.26)	83 (54.97)	51 (33.77)
ชมรมกีฬา	21 (10.77)	119 (61.03)	55 (28.20)	35 (16.67)	123 (58.57)	52 (24.76)	32 (9.94)	197 (61.18)	93 (28.88)	18 (11.92)	87 (57.62)	46 (30.46)
หน่วยงานภาครัฐอื่นๆ	20 (10.26)	137 (70.26)	38 (19.48)	39 (18.57)	129 (61.43)	42 (20.00)	28 (8.70)	240 (74.53)	54 (16.77)	16 (10.60)	106 (70.20)	29 (19.20)
หน่วยงานเอกชน	17 (8.72)	120 (61.54)	58 (29.74)	31 (14.76)	112 (53.34)	67 (31.90)	19 (5.90)	205 (63.66)	98 (30.44)	11 (7.28)	90 (59.60)	50 (33.12)

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

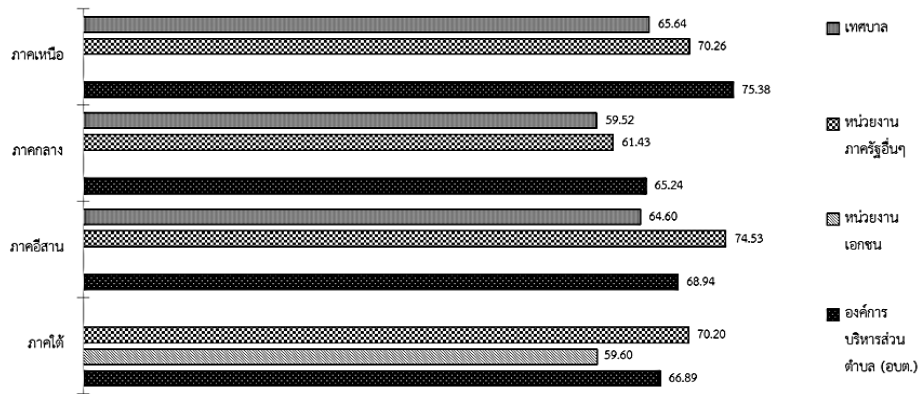
แผนภาพที่ 4 – 8 แสดงค่าร้อยละของการมีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่น
กีฬาที่เพียงพอจำแนกตามภาคชุมชน 5 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 8 แสดงค่าร้อยละของการมีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 3 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

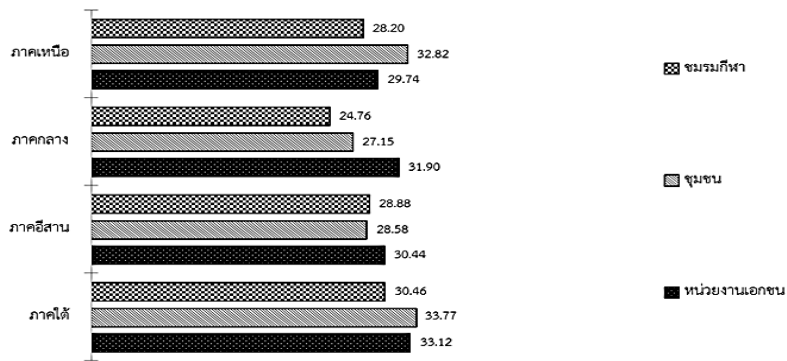
แผนภาพที่ 4 – 9 แสดงค่าร้อยละของการมีหน่วยงานที่สนับสนุนการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอจะจำแนก ตามภาพสูงสุด 3 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 9 แสดงค่าร้อยละของการมีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอจำแนกตามภาคสูงสุด 3 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

แผนภาพที่ 4 – 10 แสดงค่าร้อยละของการไม่มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 3 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 10 แสดงค่าร้อยละของการไม่มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 3 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

จากตารางที่ 4 - 6 และแผนภาพที่ 4 - 8 ถึง 4 - 10 พบว่า

ภาคเหนือ มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 3 อันดับแรก คือ เทศบาล (32คน/16.41%) องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) (29คน/14.87%) และ ชุมชน (22คน/11.28 ตามลำดับ มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ ไม่เพียงพอ 3 อันดับแรก คือ องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) (147คน/75.38%) หน่วยงานภาครัฐ อื่นๆ (137คน/70.26%) และเทศบาล (128คน/65.64%) ตามลำดับ และไม่มีหน่วยงานที่สนับสนุน กิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 3 อันดับแรก คือ ชุมชน (64คน/32.82%) หน่วยงาน เอกชน (58คน/29.74%) และชมรมกีฬา (55คน/28.20%) ตามลำดับ

ภาคกลาง มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 3 อันดับแรก คือ เทศบาล (51คน/24.29%) องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) (43คน/20.48%) และ หน่วยงานภาครัฐอื่นๆ (39คน/18.57%) ตามลำดับ มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกาย และเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 3 อันดับแรก คือ องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) (137คน/ 65.24%) หน่วยงานภาครัฐอื่นๆ (129คน/61.43%) และเทศบาล (125คน/59.52%) ตามลำดับ และ ไม่มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 3 อันดับแรก คือ หน่วยงาน เอกชน (67คน/31.90%) ชุมชน (57คน/27.15%) และชมรมกีฬา (52คน/24.76%) ตามลำดับ

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาใน อำเภอเพียงพอ 3 อันดับแรก คือ เทศบาล (45คน/13.98%) องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) (43คน/13.35%) และชมรมกีฬา (32คน/9.94%) ตามลำดับ มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออก กายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 3 อันดับแรก คือ หน่วยงานภาครัฐอื่นๆ (240คน/ 74.53%) องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) (222คน/68.94%) และเทศบาล (208คน/64.60%) ตามลำดับ และไม่มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 3 อันดับแรก คือ หน่วยงานเอกชน (98คน/30.44%) ชมรมกีฬา (93คน/28.88%) และชุมชน (92คน/28.58%) ตามลำดับ

ภาคใต้ มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 3 อันดับแรก คือ เทศบาล (24คน/15.89%) องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) (23คน/15.23%) และ ชมรมกีฬา (18คน/11.92%) ตามลำดับ มีหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาใน อำเภอไม่เพียงพอ 3 อันดับแรก คือ หน่วยงานภาครัฐอื่นๆ (106คน/70.20%) องค์การบริหารส่วน ตำบล (อบต.) (101คน/66.89%) และหน่วยงานเอกชน (90คน/59.60%) ตามลำดับ และไม่มี หน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 3 อันดับแรก คือ ชุมชน (51คน/ 33.77%) หน่วยงานเอกชน (50คน/33.12%) และชมรมกีฬา (46คน/30.46%) ตามลำดับ

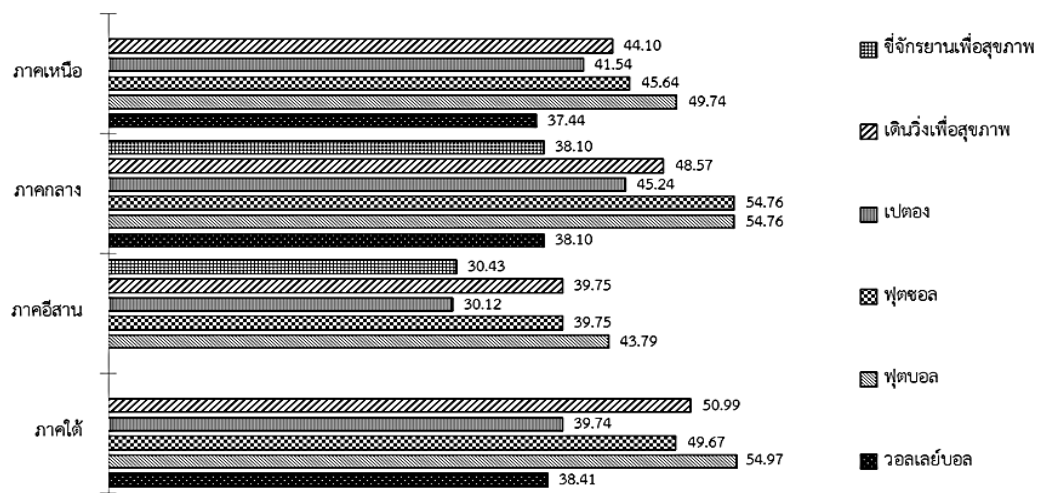
ตารางที่ 4 – 7 แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านบุคลากร

ตารางที่ 7 แสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านบุคลากร

บุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา	ภาคเหนือ			ภาคกลาง			ภาคอีสาน			ภาคใต้		
	มีเพียงพอ	มีไม่เพียงพอ	ไม่มี	มีเพียงพอ	มีไม่เพียงพอ	ไม่มี	มีเพียงพอ	มีไม่เพียงพอ	ไม่มี	มีเพียงพอ	มีไม่เพียงพอ	ไม่มี
เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ	86 (44.10)	98 (50.26)	11 (5.64)	102 (48.57)	101 (48.10)	7 (3.33)	128 (39.75)	184 (57.14)	10 (3.11)	77 (50.99)	69 (45.70)	5 (3.31)
เดินร่ำแอโรบิค	48 (24.62)	133 (68.20)	14 (7.18)	76 (36.19)	120 (57.14)	14 (6.67)	86 (26.71)	212 (65.84)	24 (7.45)	51 (33.77)	89 (58.94)	11 (7.29)
ลีลาศเพื่อสุขภาพ	16 (8.21)	92 (47.18)	87 (44.61)	30 (14.29)	93 (44.29)	87 (41.42)	28 (8.70)	141 (43.79)	153 (47.51)	14 (9.27)	64 (42.38)	73 (48.35)
ซีกริยานเพื่อสุขภาพ	58 (29.74)	111 (56.93)	26 (13.33)	80 (38.10)	109 (51.90)	21 (10.00)	98 (30.43)	186 (57.76)	38 (11.81)	56 (37.09)	79 (52.32)	16 (10.59)
โยคะ	11 (5.64)	70 (35.90)	114 (58.46)	26 (12.38)	80 (38.10)	104 (49.52)	11 (3.42)	111 (34.47)	200 (62.11)	12 (7.95)	46 (30.46)	93 (61.59)
เต้นบาสโลป	23 (11.79)	102 (52.31)	70 (35.90)	37 (17.62)	88 (41.90)	85 (40.48)	34 (10.56)	147 (45.65)	141 (43.79)	27 (17.88)	71 (47.02)	53 (35.10)
รำไม้พลอง	27 (13.85)	85 (43.59)	83 (42.56)	24 (11.43)	77 (36.67)	109 (51.90)	21 (6.52)	126 (39.13)	175 (54.35)	18 (11.92)	51 (33.77)	82 (54.31)
รำไทยกั๊ก	11 (5.64)	70 (35.90)	114 (58.46)	21 (10.00)	69 (32.86)	120 (57.14)	8 (2.48)	88 (27.33)	226 (70.19)	13 (8.61)	47 (31.12)	91 (60.27)
เปตอง	81 (41.54)	105 (53.85)	9 (4.61)	95 (45.24)	101 (48.10)	14 (6.66)	97 (30.12)	203 (63.04)	22 (6.84)	60 (39.74)	87 (57.62)	4 (2.64)
ฟุตบอลล	97 (49.74)	93 (47.69)	5 (2.57)	115 (54.76)	91 (43.33)	4 (1.91)	141 (43.79)	175 (54.35)	6 (1.86)	83 (54.97)	66 (43.71)	2 (1.32)
ฟุตซอลล	89 (45.64)	98 (50.26)	8 (4.10)	115 (54.76)	86 (40.95)	9 (4.29)	128 (39.75)	183 (56.83)	11 (3.42)	75 (49.67)	73 (48.34)	3 (1.99)
บาสเกตบอล	43 (22.05)	116 (59.49)	36 (18.46)	62 (29.53)	120 (57.14)	28 (13.33)	53 (16.46)	220 (68.32)	49 (15.22)	26 (17.22)	88 (58.28)	37 (24.50)
วอลเลย์บอล	73 (37.44)	112 (57.44)	10 (5.12)	80 (38.10)	113 (53.81)	17 (8.09)	92 (28.57)	216 (67.06)	14 (4.35)	58 (38.41)	88 (58.28)	5 (3.31)
แบดมินตัน	35 (17.95)	112 (57.44)	48 (24.61)	60 (28.57)	105 (50.00)	45 (21.43)	46 (14.28)	186 (57.76)	90 (27.96)	30 (19.87)	82 (54.30)	39 (25.83)
เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง	53 (27.18)	116 (59.49)	26 (13.33)	69 (32.86)	113 (53.81)	28 (13.33)	71 (22.05)	203 (63.04)	48 (14.91)	48 (31.79)	81 (53.64)	22 (14.57)
เทเบิลเทนนิส	28 (14.36)	103 (52.82)	64 (32.82)	42 (20.00)	108 (51.43)	60 (28.57)	39 (12.11)	172 (53.42)	111 (34.47)	17 (11.26)	67 (44.37)	67 (44.37)
ว่ายน้ำ	36 (18.46)	101 (51.79)	58 (29.75)	51 (24.29)	97 (46.19)	62 (29.52)	19 (5.90)	148 (45.96)	155 (48.14)	26 (17.22)	67 (44.37)	58 (38.41)

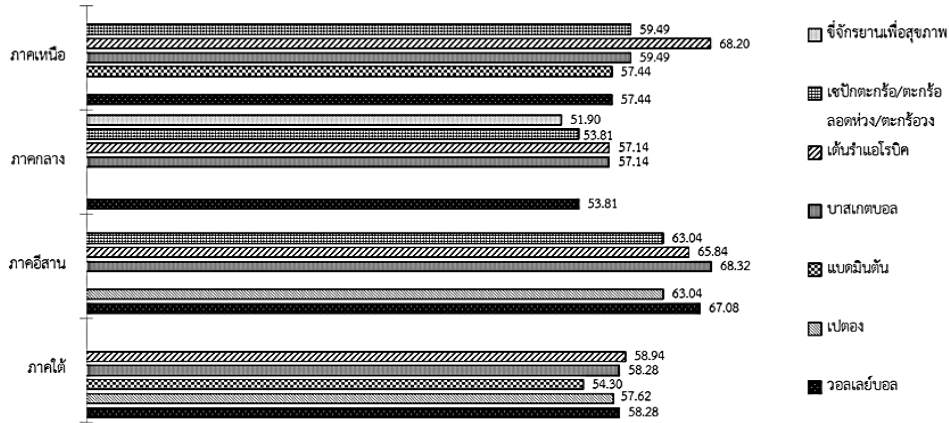
ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

แผนภาพที่ 4 – 11 แสดงค่าร้อยละของการมีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอจำแนกตามค่าสูงสุด 5 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 11 แสดงค่าร้อยละของการมีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอจำแนกตามค่าสูงสุด 5 อันดับแรก

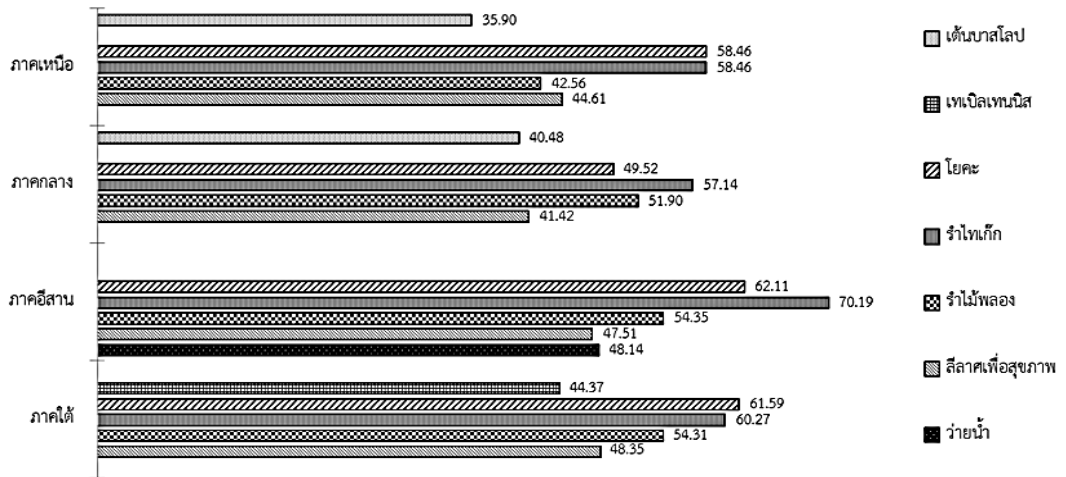
แผนภาพที่ 4 – 12 แสดงค่าร้อยละของการมีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพोजำแนกตามภาค 2 ส่วน 5 อันดับแรก



แผนภูมิที่ 12 แสดงค่าร้อยละของการมีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพोजำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

แผนภาพที่ 4 – 13 แสดงค่าร้อยละของการไม่มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจำแนกตามภาคสูงสุด 5 อันดับแรก



ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

จากตารางที่ 4 - 7 และแผนภาพที่ 4 – 11 ถึง 4 - 13 พบว่า

ภาคเหนือ มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 5 อันดับแรก คือ ฟุตบอล (97คน/49.74%) ฟุตซอล (89คน/45.64%) เต้นวิ่งเพื่อสุขภาพ (86คน/44.10%) เปตอง (81คน/41.54%) และวอลเลย์บอล (73คน/37.44%) ตามลำดับ มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 5 อันดับแรก คือ เต้นรำแอโรบิค (133คน/68.20%) บาสเกตบอล/เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง (116คน/59.49%) และวอลเลย์บอล/

แบดมินตัน (112คน/57.44%) ตามลำดับ และไม่มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ รำไทเก๊ก/โยคะ (114คน/58.46%) ลีลาศเพื่อสุขภาพ (87คน/44.61%) รำไม้พลอง (83คน/42.56%) และเต้นบาสโลป (70คน/35.90%) ตามลำดับ

ภาคกลาง มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 5 อันดับแรก คือ ฟุตบอล/ฟุตซอล (115คน/54.76%) เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (102คน/48.57%) เปตอง (95คน/45.24%) และขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ/วอลเลย์บอล (80คน/38.10%) ตามลำดับ มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 5 อันดับแรก คือ เต้นรำแอโรบิค/บาสเกตบอล (120คน/57.14%) วอลเลย์บอล/เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง (113คน/53.81%) และขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ (109คน/51.90%) ตามลำดับ และไม่มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ รำไทเก๊ก (120คน/57.14%) รำไม้พลอง (109คน/51.90%) โยคะ (104คน/49.52%) และลีลาศเพื่อสุขภาพ (87คน/41.42%) ตามลำดับ

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 5 อันดับแรก คือ ฟุตบอล (141คน/43.79%) เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ/ฟุตซอล (128คน/39.75%) ขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ (98คน/30.43%) และเปตอง (97คน/30.12%) ตามลำดับ มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 5 อันดับแรก คือ บาสเกตบอล (220คน/68.32%) วอลเลย์บอล (216คน/67.08%) เต้นรำแอโรบิค (212คน/65.84%) และเปตอง/เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง (203คน/63.04%) ตามลำดับ และไม่มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ รำไทเก๊ก (226คน/70.19%) โยคะ (200คน/62.11%) รำไม้พลอง (175คน/54.35%) วายุน้ำ (155คน/48.14%) และลีลาศเพื่อสุขภาพ (153คน/47.51%) ตามลำดับ

ภาคใต้ มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอเพียงพอ 5 อันดับแรก คือ ฟุตบอล (83คน/54.97%) เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ (77คน/50.99%) ฟุตซอล (75คน/49.67%) เปตอง (60คน/39.74%) และวอลเลย์บอล (58คน/38.41%) ตามลำดับ มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอไม่เพียงพอ 5 อันดับแรก คือ เต้นรำแอโรบิค (89คน/58.94%) บาสเกตบอล/วอลเลย์บอล (88คน/58.28%) เปตอง (87คน/57.62%) และแบดมินตัน (82คน/54.30%) ตามลำดับ และไม่มีบุคลากรด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในอำเภอ 5 อันดับแรก คือ โยคะ (93คน/61.59%) รำไทเก๊ก (91คน/60.27%) รำไม้พลอง (82คน/54.31%) ลีลาศเพื่อสุขภาพ (73คน/48.35%) และเทเบิลเทนนิส (67คน/44.37%) ตามลำดับ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating scales)

ตารางที่ 4 - 8 แสดงระดับความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอของทุกภาค

ระดับความพึงพอใจ	Mean	SD	การแปลผล
ภาคเหนือ (n=195)			
การให้บริการ	4.36	0.58	มาก
การประสานงาน	4.47	0.59	มาก
การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา	4.31	0.61	มาก
การปฏิบัติงาน	4.50	0.56	มาก
ภาคกลาง (n=210)			
การให้บริการ	4.34	0.58	มาก
การประสานงาน	4.45	0.61	มาก
การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา	4.39	0.63	มาก
การปฏิบัติงาน	4.50	0.56	มาก
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (n=322)			
การให้บริการ	4.45	0.59	มาก
การประสานงาน	4.53	0.58	มาก
การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา	4.38	0.64	มาก
การปฏิบัติงาน	4.56	0.55	มาก
ภาคใต้ (n=151)			
การให้บริการ	4.38	0.59	มาก
การประสานงาน	4.51	0.58	มาก
การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา	4.45	0.56	มาก
การปฏิบัติงาน	4.49	0.58	มาก

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

จากตารางที่ 4 - 8 ผู้ให้ข้อมูลประเมินระดับความพึงพอใจต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาทุกภาคพบว่า ภาคเหนือ ได้รับความพึงพอใจในทุกด้านอยู่ในระดับ “มาก” เรียง 4 อันดับแรก คือ ด้านการปฏิบัติงาน (4.50±0.56) ด้านการประสานงาน (4.47±0.59) ด้านการให้บริการ (4.36±0.58) และด้านการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา (4.31±0.61) ตามลำดับ ภาคกลาง ได้รับความพึงพอใจในทุกด้านอยู่ในระดับ “มาก” เรียง 4 อันดับแรก คือ ด้านการปฏิบัติงาน (4.50±0.56) ด้านการประสานงาน (4.45±0.61) ด้านการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา (4.39±0.63) และด้านการให้บริการ (4.34±0.58) ตามลำดับ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้รับความพึงพอใจในทุกด้านอยู่ในระดับ “มาก” เรียง 4 อันดับแรก คือ ด้านการปฏิบัติงาน (4.56±0.55) ด้านการประสานงาน (4.53±0.58) ด้านการให้บริการ (4.45±0.59) และด้านการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา (4.38±0.64) ตามลำดับ

ภาคใต้ได้รับความพึงพอใจในทุกด้านอยู่ในระดับ “มาก” เรียง 4 อันดับแรก คือ ด้านการประสานงาน (4.51±0.58) ด้านการปฏิบัติงาน (4.49±0.58) ด้านการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา (4.45±0.56) และด้านการให้บริการ (4.38±0.59) ตามลำดับ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นปลายเปิด (Open Ended)

ตารางที่ 4 - 9 แสดงสรุปประเด็นความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ

ประเด็นความคิดเห็น	รายละเอียดข้อมูลความคิดเห็น
กิจกรรม/โครงการ	<p>“.....เพิ่มงบประมาณในการจัดการแข่งขันกีฬาหรือในกิจกรรมโครงการต่างๆ.....” (102คน)</p> <p>“.....เพิ่มโครงการกิจกรรมกีฬา/นันทนาการในพื้นที่ให้มากกว่านี้และสม่ำเสมอ.....” (60คน)</p> <p>“.....ควรมีการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมเกี่ยวกับเด็กและผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น.....” (11คน)</p> <p>“.....ควรจัดให้มีการอบรมกีฬาแต่ละประเภทให้กับเยาวชน.....” (8คน)</p> <p>“.....กิจกรรมและโครงการไม่ตรงตามความต้องการของพื้นที่.....” (2คน)</p>
อุปกรณ์กีฬาและสถานที่ออกกำลังกาย	<p>“.....อุปกรณ์กีฬาไม่เพียงพอ ควรเพิ่มงบประมาณในการซื้ออุปกรณ์การกีฬา.....” (203คน)</p> <p>“.....สนามกีฬาออกกำลังกายไม่เพียงพอและไม่ได้มาตรฐาน.....” (49คน)</p> <p>“.....ควรมีสวนสาธารณะที่ได้มาตรฐาน เพื่อเป็นที่ออกกำลังกาย.....” (7คน)</p> <p>“.....อยากมีสระว่ายน้ำที่เด็กสามารถมาเรียนว่ายน้ำได้.....” (6คน)</p> <p>“.....อยากให้สร้างศูนย์ฟิตเนส.....” (5คน)</p> <p>“.....มีอุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับเด็กและเยาวชนโดยเฉพาะ.....” (3คน)</p> <p>“.....เพิ่มความปลอดภัยในสถานที่ออกกำลังกาย.....” (1คน)</p> <p>“.....เพิ่มจุดบริการน้ำดื่มสำหรับผู้ออกกำลังกาย.....” (1คน)</p>

ตารางที่ 4 - 9 แสดงสรุปประเด็นความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ (ต่อ)

ประเด็นความคิดเห็น	รายละเอียดข้อมูลความคิดเห็น
เจ้าหน้าที่	<p>“.....ควรบรรจุให้เจ้าหน้าที่พลศึกษาเป็นพนักงานราชการหรือข้าราชการ.....” (75คน)</p> <p>“.....การเพิ่มจำนวนบุคลากรด้านการศึกษาให้มากขึ้น.....” (34คน)</p> <p>“.....เพิ่มเจ้าหน้าที่พลศึกษาในแต่ละอำเภอ.....” (25คน)</p> <p>“.....ชาวดิวิชันในการให้ความรู้ในด้านกีฬาต่างๆ.....” (10คน)</p> <p>“.....ควรมีการจัดอบรมให้เจ้าหน้าที่พลศึกษาในหลายๆด้าน.....” (7คน)</p> <p>“.....ขาดการประชาสัมพันธ์กิจกรรมหรือโครงการต่างๆ.....” (5คน)</p> <p>“.....อำเภอหรือประชาชนทั่วไปไม่ทราบข้อมูลภารกิจหน้าที่การทำงานของเจ้าหน้าที่พลศึกษา.....” (3คน)</p>
ประเด็นอื่นๆ	<p>“.....มีวารสารหรือช่องทางติดตามกิจกรรมหรือโครงการต่างๆในพื้นที่.....” (1คน)</p> <p>“.....ส่งเสริมสนับสนุนชมรมกีฬาต่างๆในพื้นที่.....” (1คน)</p> <p>“.....อยากให้มีการอบรมให้ความรู้แก่อาสาสมัครกีฬาและผู้นำการออกกำลังกาย (อสก.) สามารถนำไปต่อยอดเป็นผู้ช่วยเจ้าหน้าที่พลศึกษา (จพล.) ได้เลยในพื้นที่ เพื่อการจัดการส่งเสริมการเล่นกีฬาและออกกำลังกายให้ทั่วถึงในพื้นที่.....” (1คน)</p>

ที่มา : ประมวลผลโดยผู้วิจัย, 2563

บทที่ 5

สรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน ในครั้งนี้เพื่อต้องการศึกษาแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชนทั่วประเทศเพื่อต้องการให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดีห่างจากโรคภัย สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ประเด็นยุทธศาสตร์การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยใช้เครื่องมือ คือ แบบสอบถามออนไลน์ ทำการสอบถามถามพฤติกรรม ความต้องการ และความคาดหวัง เกี่ยวกับการออกกำลังกายในแต่ละอำเภอทั่วประเทศไทย กลุ่มตัวอย่าง คือ นายอำเภอหรือปลัดอำเภอ ทุกอำเภอ ใน 76 จังหวัด (878 อำเภอ) โดยวัตถุประสงค์ในการวิจัยครั้งนี้มี 3 ประเด็นสำคัญ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เพื่อศึกษาพฤติกรรม ความต้องการ และความคาดหวังด้านการออกกำลังกายของประชาชน

ขั้นตอนที่ 2 เพื่อศึกษาปัญหาและวิเคราะห์ปัญหาเรื่องการบริหารจัดการการออกกำลังกายที่ส่งเสริมสุขภาพประชาชน

ขั้นตอนที่ 3 เพื่อเสนอแนวทางในการบริหารจัดการการจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

สรุป

ผลการวิจัยเรื่องแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน สรุปได้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เพื่อศึกษาพฤติกรรม ความต้องการ และความคาดหวังด้านการออกกำลังกายของประชาชน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ตอบแบบสอบถามในครั้งนี้คือนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ ส่วนมากเป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 86.60 มีประสบการณ์ทำงานอยู่ระหว่าง 1-10 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.40 โดยดำรงตำแหน่งเป็นปลัดอำเภอ ร้อยละ 84.30 รองลงมาคือนายอำเภอ คิดเป็นร้อยละ 15.70 โดยตอบแบบถามมากที่สุดที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คิดเป็นร้อยละ 36.67

ส่วนที่ 2 การสำรวจกิจกรรมการออกกำลังกายของประชาชนในเขตอำเภอ

ช่วงเวลาที่ประชาชนออกกำลังกายในเขตอำเภอของทุกภาค พบว่า ช่วงเวลา 16.00-19.00 น. ของทุกภาคมีประชาชนออกกำลังกายมากที่สุด โดยภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีจำนวนคนตอบมากที่สุด ร้อยละ 87.89 เป็นช่วงเวลาประชาชนในทุกพื้นที่ที่มีความพร้อมทางด้านการออกกำลังกายและเป็นช่วงเวลาเลิกงาน เลิกเรียน และอุณหภูมิมีความเหมาะสมสำหรับการออกกำลังกาย และเป็นการรวมกลุ่มกันเพื่อออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา

ส่วนที่ 3 การสำรวจปัจจัยในการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอ

ชนิดของกิจกรรมการออกกำลังกายที่ได้รับความนิยมมากที่สุดของประชาชนของไทยในแต่ละภาค ดังนี้ ภาคเหนือ คือ กิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 96.92 ภาคกลาง คือ กิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 96.18 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คือ กิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 96.27 และภาคใต้ คือ กิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 94.04 โดยแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ เป็นการออกกำลังกายที่สามารถกระทำได้โดยไม่ต้องมีอุปกรณ์ช่วยและสามารถออกกำลังกายได้ในทุกเพศ ทุกวัย สามารถเลือกพื้นที่สวนสาธารณะประจำท้องถิ่น หรือริมหนอง น้ำหรือสระน้ำในพื้นที่นั้นๆ รวมถึงสวนสุขภาพ ซึ่งสามารถออกกำลังกายได้โดยไม่ต้องเดินทางไกล

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านสนามกีฬา พบว่า ภาคเหนือสนามกีฬาที่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ สนามฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 49.23 ภาคกลางสนามกีฬาที่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ สนามฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 58.57 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือสนามกีฬาที่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ สนามฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 46.27 ภาคใต้สนามกีฬาที่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ สนามฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 58.28

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านสนามกีฬาที่ไม่ได้มาตรฐาน พบว่า ภาคเหนือสนามกีฬาที่ไม่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ ลานแอโรบิก คิดเป็นร้อยละ 62.56 ภาคกลางสนามกีฬาที่ไม่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ สนามเปตอง คิดเป็นร้อยละ 53.34 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือสนามกีฬาที่ไม่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ สนามบาสเกตบอล คิดเป็นร้อยละ 68.32 ภาคใต้สนามกีฬาที่ไม่ได้มาตรฐานมากที่สุด คือ สนามตะกร้อ คิดเป็นร้อยละ 62.25

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคที่ไม่มีสนามกีฬา พบว่า ภาคเหนือสนามกีฬาที่ไม่มีมากที่สุด คือ สระว่ายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 39.49 ภาคกลางสนามกีฬาที่ไม่มีมากที่สุด คือ สนามกรีฑา คิดเป็นร้อยละ 40.95 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือสนามกีฬาที่ไม่มีมากที่สุด คือ สระว่ายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 52.49 ภาคใต้สนามกีฬาที่ไม่มีมากที่สุด คือ สระว่ายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 45.70

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอ พบว่า ภาคเหนือวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอมากที่สุดคือ กีฬาเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 46.67 ภาคกลางวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอมากที่สุดคือ กีฬาเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 53.81 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอมากที่สุดคือ กีฬาเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 41.93 ภาคใต้วัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอมากที่สุดคือกีฬาเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 51.65

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอ พบว่า ภาคเหนือวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอมากที่สุดคือ กีฬาวอลเลย์บอล คิดเป็นร้อยละ 71.79 ภาคกลางวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอมากที่สุดคือ กีฬาบาสเกตบอลและวอลเลย์บอล คิดเป็นร้อยละ 60.95 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ไม่เพียงพอมากที่สุด

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาค ในด้านบุคลากรที่ไม่เพียงพอ พบว่า ภาคเหนือกีฬาที่มีบุคลากรด้านออกกำลังกายที่ไม่เพียงพอมากที่สุดคือ เต็นร่าแอรอบิค คิดเป็นร้อยละ 68.20 ภาคกลางกีฬาที่มีบุคลากรด้านออกกำลังกายที่ไม่เพียงพอมากที่สุดคือ เต็นร่าแอรอบิคและกีฬาบาสเกตบอล คิดเป็นร้อยละ 57.14 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือกีฬาที่มีบุคลากรด้านออกกำลังกายที่ไม่เพียงพอมากที่สุดคือ กีฬาบาสเกตบอล คิดเป็นร้อยละ 68.32 ภาคใต้กีฬาที่มีบุคลากรด้านออกกำลังกายที่ไม่เพียงพอมากที่สุดคือ เต็นร่าแอรอบิค คิดเป็นร้อยละ 58.94

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาคในด้านไม่มีบุคลากร พบว่า ภาคเหนือกีฬาที่ไม่มีมีบุคลากรด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาคือ กีฬาโยคะและร่าไทเก๊ก คิดเป็นร้อยละ 58.46 ภาคกลางกีฬาที่ไม่มีมีบุคลากรด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาคือ ร่าไทเก๊ก คิดเป็นร้อยละ 57.14 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือกีฬาที่ไม่มีมีบุคลากรด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาคือ ร่าไทเก๊ก คิดเป็นร้อยละ 70.19 ภาคใต้กีฬาที่ไม่มีมีบุคลากรด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาคือ กีฬาโยคะ คิดเป็นร้อยละ 61.59

ส่วนที่ 4 ความพึงพอใจต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษา

ระดับความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอในทุกภาค พบว่า ภาคเหนือ ด้านการให้บริการ การประสานงาน การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา การปฏิบัติงาน มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ภาคกลาง ด้านการให้บริการ การประสานงาน การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา การปฏิบัติงาน มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ด้านการให้บริการ การประสานงาน การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา การปฏิบัติงาน มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ภาคใต้ ด้านการให้บริการ การประสานงาน การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา การปฏิบัติงาน มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก

ส่วนที่ 5 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

ความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมและโครงการ โดยรวมมีผู้ให้ข้อเสนอในด้านการจัดสรรงบประมาณลงไปในพื้นที่เพื่อให้สามารถดำเนินการจัดกิจกรรมได้ โดยในแต่ละปีจะมีการจัดสรรงบประมาณไม่ต่อเนื่องทำให้การดำเนินโครงการบางกิจกรรมในพื้นที่นั้นๆขาดหายไปประชาชนไม่สามารถคาดคะเนได้ว่าปีต่อไปจะได้รับงบประมาณอีกหรือไม่ทำให้ไม่มีความมั่นใจในการเตรียมความพร้อมเพื่อเสนอขอกิจกรรมใหม่ๆ หรือแม้แต่การเสนอโครงการใหม่ๆ ที่ไม่ทราบข้อมูลที่ชัดเจนและไม่ทราบแนวโน้มที่ทางส่วนราชการต้องการในประเด็นใดในปีนั้นๆ ขาดการประชาสัมพันธ์หรือถ่ายทอดข้อมูลจากส่วนกลางระดับนโยบายเพื่อให้สามารถดำเนินการได้อย่างถูกต้อง และที่สำคัญมีข้อเสนอเพิ่มกิจกรรมในกลุ่มของเด็กและผู้สูงอายุมากขึ้นเพื่อให้ทุกเพศทุกวัยได้มีส่วนร่วมในการออกกำลังกาย และควรจัดให้มีการอบรมในกีฬาที่ได้รับความนิยมในท้องถิ่นๆ ให้มีความรู้และหลักการออกกำลังกายเล่นกีฬาที่ถูกต้อง โดยในปัจจุบัน กิจกรรมหรือโครงการที่ได้รับการจัดสรรงบประมาณลงไปในแต่ละท้องถิ่นไม่ตรงกับความต้องการของคนในพื้นที่ ดังนั้นจึงควรทำการสำรวจความต้องการจุดแข็งจุดอ่อนของคนในพื้นที่นั้นๆก่อนเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์มากที่สุด

ประเด็นอุปสรรคกีฬาและสถานออกกำลังกาย พบว่า ยังขาดอุปกรณ์กีฬาต่างๆ ที่ได้รับความนิยมในพื้นที่นั้นๆ อยู่มากและควรจัดสรรงบประมาณในการจัดซื้ออุปกรณ์การออกกำลังกาย

และเล่นกีฬาให้เพียงพอและตรงตามความต้องการของประชาชน ทั้งนี้บางแห่งมีสนามกีฬาและลานออกกำลังกายแต่ยังขาดอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย บางแห่งมีอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกายแต่ไม่มีสนามกีฬา ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องดำเนินการสำรวจและสรุปรายงานเพื่อความถูกต้องในการจัดสรรงบประมาณและการดำเนินงาน ในบางพื้นที่นั้นมีสวนสาธารณะในการออกกำลังกายแต่ยังไม่ได้มาตรฐาน เช่น มีถนนสำหรับการเดินวิ่งแต่พื้นถนนยังเป็นดิน หลุม บ่อ ซึ่งอาจจะทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ หรือแสงสว่างในตอนกลางคืนไม่เพียงพอ เป็นต้น และในบางจังหวัดอาจจะมีศูนย์ออกกำลังกายในร่ม เช่น ฟิตเนส แต่อุปกรณ์ด้านในนั้นมีอายุการใช้งานนานหรือบางอุปกรณ์ก็เกิดการชำรุดเสียหายไม่ได้รับการซ่อมแซม หรือบางแห่งไม่มีอุปกรณ์ออกกำลังกายเลยมีแต่ห้องโถงๆ จึงจำเป็นต้องสำรวจและจัดสรรงบประมาณหรืออุปกรณ์ให้ตรงกับความต้องการของประชาชน ในปัจจุบันเราพบว่ามีกลุ่มเด็กและผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น ในแต่ละพื้นที่จึงมีความต้องการอุปกรณ์ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเฉพาะกลุ่มเด็กและผู้สูงอายุโดยเฉพาะเพื่อเพิ่มความปลอดภัยและลดการบาดเจ็บอันจะเกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในกลุ่มบุคคลดังกล่าว และสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับผู้มารับบริการคือจุดบริการน้ำดื่มที่บางแห่งมีไม่เพียงพอหรือไม่มีเลยสำหรับสวนสาธารณะขนาดใหญ่ ลานกีฬาแอโรบิคส่วนมากมีเกือบทุกจังหวัดแต่ไม่ได้มาตรฐานอาจจะเสี่ยงต่อการบาดเจ็บที่เกิดจากการออกกำลังกายได้ จึงมีความต้องการ การปรับปรุงลานออกกำลังกายแบบแอโรบิคให้ได้มาตรฐาน และลานอเนกประสงค์ของแต่ละพื้นที่ยังไม่ได้มาตรฐานควรปรับปรุงให้ได้มาตรฐานเพื่อรองรับการจัดกิจกรรมต่างๆ ของประชาชนในพื้นที่

ประเด็นเจ้าหน้าที่ พบว่า ควรเพิ่มบุคลากรผู้นำทางการกีฬาหรือออกกำลังกายมากขึ้นเพื่อให้คำปรึกษาและแนะนำการออกกำลังกาย เช่น ผู้นำเดินแอโรบิค ผู้นำลีลาศ ผู้นำไทเก๊ก และอื่นๆ ที่ในแต่ละพื้นที่ต้องการ ซึ่งในปัจจุบันมีไม่เพียงพอหรือบางแห่งนั้นไม่มีเลย และผู้นำกิจกรรมกีฬาที่ประชาชนต้องการมากคือ เช่น ฟุตบอล ตะกร้อ บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ควรจัดหาและบรรจุให้มีหรือมีการจัดจ้างวิทยากรดังกล่าวเพื่อสอนทักษะทางการกีฬา ระเบียบ กติกาที่ถูกต้องเพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้แก่ประชาชนต่อไป ทั้งนี้ในส่วนของผู้ที่พลศึกษาจำเป็นต้องมีประจำทุกอำเภอเพื่อติดต่อประสานงาน การจัดกิจกรรม การประชาสัมพันธ์โครงการต่างๆ จากส่วนกลาง ประชาชนต้องการเห็นเจ้าหน้าที่พลศึกษาหรือผู้นำออกกำลังกายในแต่ละอำเภอ มีความกระตือรือร้นในการทำงานและจัดกิจกรรมการออกกำลังกายต่างๆ เพิ่มมากขึ้น และทำงานเชิงรุกเพิ่มมากขึ้น ใส่ใจประชาชนในท้องถิ่นและให้ความรู้ด้านออกกำลังกายมากกว่าที่เป็นอยู่ การประสานงาน พบว่าในปัจจุบันมีการประสานงานด้านกิจกรรมการออกกำลังกายต่างๆ ล่าช้าและไม่เป็นไปตามวันเวลาและแผนงาน ใช้ระยะเวลาในการประสานงานกับหน่วยงานภาครัฐและเอกชนต่างๆ ในการดำเนินการจัดกิจกรรม การให้บริการ พบว่า ประชาชนมีความคาดหวังในการรับบริการจากเจ้าหน้าที่มากแต่ได้รับการตอบรับน้อย และเห็นควรให้มีใจบริการมากกว่าเดิม

ประเด็นอื่นๆ พบว่า มีการเสนอขอการฝึกอบรมให้ความรู้แก่อาสาสมัครทางการกีฬาและผู้นำการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น เพื่อนำไปต่อยอดเป็นผู้ช่วยเจ้าหน้าที่พลศึกษาได้ในพื้นที่ลดปัญหาเรื่องการขาดแคลนผู้นำทางการกีฬา รวมถึงการเพิ่มช่องทางในการติดต่อสื่อสารประชาสัมพันธ์ การเสนอแนะแนวคิด หรือปรับปรุงการให้บริการ

จากการวิจัยพบว่า ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายคือ ความต่อเนื่องและมั่นคงของการสนับสนุนให้มีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิต ซึ่งพบได้ว่า บางปีหน่วยงานภาครัฐเอกชนหรือที่เกี่ยวข้อง ไม่สนับสนุนกิจกรรมที่มีอยู่เดิมและทำให้ขาดช่วงไป ทำให้ประชาชนที่มีการเตรียมความพร้อมไว้แล้ว เกิดการหยุดชะงักและไม่ให้ความสำคัญอีกต่อไป เพราะความไม่แน่นอนของการสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง รัฐหรือเอกชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการสนับสนุนอย่างต่อเนื่องไม่ว่าจะเป็นด้านบุคลากรผู้นำออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬา สนามกีฬา งบประมาณ ถึงแม้ว่าจะไม่มากก็ตามแต่ควรมีความต่อเนื่องและยั่งยืน เพื่อให้ทุกคนมีความพร้อมในการเข้าร่วมในแต่ละปีและเกิดการตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการออกกำลังกายต่อไปในอนาคต

ขั้นตอนที่ 2 เพื่อศึกษาปัญหาและวิเคราะห์ปัญหาเรื่องการบริหารจัดการการออกกำลังกายที่ส่งเสริมสุขภาพประชาชน

จากการศึกษาปัญหาด้านการออกกำลังกายจาก ประชาชนทั้ง 76 จังหวัด พบว่า ปัญหาหลักเกิดจากการขาดการสนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาโดยต้องมีหน่วยงานหลักที่ต้องสนับสนุนให้มีความต่อเนื่อง ได้แก่ องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) หน่วยงานภาครัฐ เทศบาล ชมรมกีฬา ชุมชน และหน่วยงานเอกชน ที่ต้องให้การสนับสนุนด้านรูปแบบการจัดการกิจกรรมการออกกำลังกาย ส่งเสริมด้านบุคลากร และงบประมาณที่เพียงพอสำหรับขับเคลื่อนกิจกรรมต่างๆ ให้เป็นรูปธรรมและต่อเนื่องมากที่สุด และหัวใจหลักของการดำเนินงานในแต่ละกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา คือ บุคลากรด้านผู้นำออกกำลังกายหรือเจ้าหน้าที่พลศึกษาที่ต้องเป็นตัวกระตุ้น เข้าใจ เข้าใจ และพัฒนาให้ตรงจุดกับความต้องการของประชาชนในพื้นที่ โดยต้องวิเคราะห์ว่าในแต่ละพื้นที่ประชาชนมีความต้องการการออกกำลังกายแบบใดมากที่สุด ช่วงวัยใด เพศใด ที่มีความต้องการออกกำลังกายมากที่สุดและน้อยที่สุดคือคนกลุ่มใด จะได้มีการวางแผนการทำงานเชิงรุก ประชาชนบางกลุ่มอาจมีความต้องการเล่นกีฬามากกว่าการออกกำลังกาย เจ้าหน้าที่พลศึกษาก็ต้องมีการวางแผนสำรวจจำนวนคน เพศ อายุ เพื่อวางแผนในการเตรียมสนามกีฬา อุปกรณ์ หรือสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องให้สอดคล้องกับความต้องการของประชาชนมากที่สุด ซึ่งจะเป็นแผนต่อเนื่องในการเขียนโครงการเพื่อขอสนับสนุนอุปกรณ์กีฬาและสนามกีฬาต่อไปในอนาคต

ขั้นตอนที่ 3 เพื่อเสนอแนวทางในการบริหารจัดการการจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

1. การบริหารจัดการด้านบุคลากรทางผู้นำการออกกำลังกาย ควรมีผู้นำด้านการออกกำลังกายหรือเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำตำบล อำเภอ หรืออาสาสมัครทางการกีฬาเพื่อแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้องและสนับสนุนองค์ความรู้ด้านการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง
2. การบริหารจัดการด้านสนามกีฬา หน่วยงานภาครัฐหรือเอกชน หรือหน่วยงานอื่นๆ ควรให้การสนับสนุนการสร้างสนามกีฬาที่มีความต้องการของแต่ละชุมชน ให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลสนามกีฬาของตนรักและหวงแหนดูแลรักษาเพื่อใช้ประโยชน์ร่วมกัน และสนับสนุนงบประมาณในการบำรุงดูแลรักษาทุกปี
3. การบริหารจัดการด้านอุปกรณ์กีฬา หน่วยงานภาครัฐหรือเอกชน หรือหน่วยงานอื่นๆ ควรให้การสนับสนุนด้านอุปกรณ์กีฬาที่ประชาชนในท้องถิ่นที่มีความต้องการและมีการสนับสนุน

กีฬาที่มีความโดดเด่นในแต่ละท้องถิ่น เพื่อให้เกิดการฝึกซ้อมและเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง สามารถพัฒนาไปสู่การจัดการแข่งขันในระดับท้องถิ่นได้

4. การบริหารจัดการด้านการสนับสนุนการจัดกิจกรรม หน่วยงานภาครัฐหรือเอกชน หรือหน่วยงานอื่นๆ ควรสนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกายให้มีความต่อเนื่องโดยมีการวางแผนประจำปีล่วงหน้าว่ามีกิจกรรมอะไรบ้างประชาชนจะได้เตรียมความพร้อมสำหรับการร่วมกิจกรรมดังกล่าวและเกิดการฝึกซ้อมการออกกำลังกาย รวมถึงสร้างแรงจูงใจให้เกิดการออกกำลังกาย

5. การบริหารจัดการด้านการจัดสรรงบประมาณให้เพียงพอ หน่วยงานภาครัฐหรือเอกชน หรือหน่วยงานอื่นๆ ควรให้การสนับสนุนงบประมาณอย่างต่อเนื่อง จะมากหรือน้อยก็ตาม เพื่อให้มีความยั่งยืนและมั่นคง สำหรับโครงการหรือกิจกรรมที่เกิดประโยชน์ในท้องถิ่นนั้นๆ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 ควรมีนโยบายการบริหารจัดการเกี่ยวกับภารกิจที่ดำเนินการ อยู่อย่างครบวงจร เพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน

1.2 หน่วยงานภาครัฐที่เป็นระดับนโยบายควรมีการบูรณาการ การทำงานอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะในด้าน การประสานงาน

1.3 ควรมีแผนงานและการจัดสรรงบประมาณที่ต่อเนื่องเป็นประจำทุกปีในการดำเนินกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มีทิศทางแน่นอนและเป็นรูปธรรม

1.4 ควรมีการพัฒนาบุคลากรทางการออกกำลังกายเล่นกีฬาที่มีความรู้ให้เพียงพอประจำหมู่บ้านหรือชุมชน

1.5 ควรส่งเสริมชนิดกีฬาหรือกิจกรรมการออกกำลังกายที่โดดเด่นในแต่ละท้องถิ่น เพื่อนำสู่การท่องเที่ยวชุมชน

1.6 มีบุคลากรเกี่ยวกับการบริหารจัดการที่มีความสามารถ ในการจัดเก็บข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลจากปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในพื้นที่ ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

1.7 ควรมีการบริหารจัดการเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ เครื่องมือการออกกำลังกาย รวมถึงงบประมาณให้เกิดความคุ้มค่า

2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

2.1 ระยะสั้น : หน่วยงานภาครัฐควรมีการจัดตั้งคณะกรรมการหรือคณะทำงาน เพื่อให้นโยบายหรือแผนงานได้ดำเนินการอย่างเป็นรูปธรรม ในการบริหารจัดการและบูรณาการ โดยเน้นด้านการประสานงานเพื่อลดขั้นตอน การทำงาน

2.2 ระยะกลาง : ศึกษาค้นคว้าการวิจัยในการแก้ไขปัญหา ได้แก่

2.2.1 ปัญหาการบริหารจัดการเกี่ยวกับสนามกีฬา สถานที่ อุปกรณ์ เครื่องมือการออกกำลังกาย รวมถึงงบประมาณ ให้เกิดความคุ้มค่าที่ ดำเนินการอยู่อย่างครบวงจร

2.2.2 ปัญหาการขาดแคลนบุคลากรด้านการออกกำลังกาย ที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะทาง

2.2.3 ปัญหาขาดการวางแผนและขั้นตอน แนวทางแนวปฏิบัติ ของการจัดสรร และการใช้งบประมาณ

2.3 ระยะยาว : รัฐบาลต้องจัดตั้งหน่วยงานระดับนโยบายจนถึงหน่วยปฏิบัติที่มีสิทธิ ในการกำหนดหน้าที่รับผิดชอบอย่างชัดเจนโดยไม่ปฏิบัติการที่ซ้ำซ้อนและสามารถมีกำหนดตัวชี้วัด การวัดประเมินหรือในการแจ้งเตือนปัญหา ที่เกิดขึ้นอย่างมีระบบ

3. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรมีการศึกษาวิจัยเพื่อการต่อยอดแนวทางการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ชาติ ในด้านอื่นเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

3.2 ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณให้เป็นการศึกษาวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods) เพื่อเป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ ซึ่งเป็นจุดแข็งของงานวิจัยเชิงปริมาณ

3.3 ควรมีการนำข้อมูลจากการทำงานเปรียบเทียบหรือทดลองเพื่อทดสอบตัวแปร ให้ทราบสาเหตุปัญหา ด้วยหลักฐานทางข้อมูลเชิงประจักษ์หรือ ทำการวิจัยเชิงพัฒนาการต่อไป

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

หนังสือ

จรรยาลักษณ์ สุขแจ่ม. การสร้างแรงจูงใจเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายในพยาบาล. กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยมหิดล, 2541.

จุมพล หนิมพานิช. อำนาจและการเมืองใน องค์การ (พิมพ์ครั้งที่ 2). นนทบุรี : สำนักวิชาการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2547.

ธงชัย สันติวงษ์. กลยุทธ์การจัดการ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : รุ่งแสงการพิมพ์, 2540.

นงลักษณ์ วิรัชชัย. สถิติการศึกษาและแนวโน้ม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาวิจัยการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

บุญทัน ดอกไธสง. พฤติกรรมสู่ความเป็นเลิศ. กรุงเทพฯ : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2539.

ปิยะนุช เงินคล้าย. การประเมินผลโครงการนำร่องเพื่อเสริมสร้างกระบวนการปฏิบัติงานและเพิ่ม ศักยภาพอาสาสมัครใกล้เคียงข้อพิพาทใน ชุมชน. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2550.

พยอม วงศ์สารศรี. การบริหารงานบุคคล. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พรานนกการพิมพ์, 2530.

พิภพ สุวรรณรักษ์. องค์การและการจัดการ. กรุงเทพฯ : พัทธ์ชัยอักษร, 2540.

เพ็ญศรี วายวานนท์. การจัดการทรัพยากรคน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.

เมธี ปิลันธนานนท์. การบริหารงานบุคคลในวงการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2529.

สมบัติ กาญจนิจ. การออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ : โอ.เอส. พรินติง เฮาส์, 2541.

เสนาะ ตีเยาว์. การบริหารงานบุคคล. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2539.

สรชัย จำเนียรดำรงการ, และ คณิตสรณ์สัมฤทธิ์เดชขจร (บก). สมัชชาสุขภาพแห่งชาติ : ขา (ไม่) เคลื่อนสำคัญกว่าขาขึ้น. ในงานประชุมวิชาการ เรื่องปฏิรูประบบสุขภาพและชีวิต, ปฏิรูปจิตสำนึกประชาธิปไตย ในโอกาส 9 ปี สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (น.245-313). นนทบุรี : สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ, 2558.

อำนวยการ แสงสว่าง. การจัดการทรัพยากรมนุษย์. กรุงเทพฯ : อักษรภาพพิมพ์, 2540.

อุทัย เลาหิเชียร. รัฐประศาสนศาสตร์: ลักษณะวิชาและมิติต่างๆ (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ : เสมาธรรม, 2544.

เอกสารวิจัย

สมภาร ศิโล. ข้อเสนอเชิงนโยบายเพื่อพัฒนา วิชาการในสถาบันอุดมศึกษา : กรณีศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ วิทยานิพนธ์ปริญญา ดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น., 2552.

เอกสารไม่ตีพิมพ์

มานิตย์พิวขาว. (ม.ป.ป.). เอกสารประกอบการสอนวิชา นโยบายสาธารณะ. หนองคาย : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์

การพยาบาลที่พึงประสงค์ (นามแฝง). “นโยบายการส่งเสริมสุขภาพ”. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก : <http://methawitpublichealth.blogspot.com/2014/06/blog-post.html>, 2562.
 เพ็ญแข ลากยั้ง, เสกสรร พวกอินแสง, และ กัญญา บุญธรรม. การประเมินกระบวนการนำมติสมัชชาสุขภาพแห่งชาติไปสู่การปฏิบัติระยะที่ 2 : กรณีศึกษา 6 มติ. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก : จาก <http://kb.hsri.or.th/dspace/handle/11228/3894?locale-attribute=th>, 2555.

ภาษาต่างประเทศ

- Anderson, M. L. (2010). Neural reuse: A fundamental organizational principle of the brain. *Behavioral and Brain Sciences*, 33(4), 245-313.
- Brebbia, C. A., Benassai, G., & Rodriguez, G. (Ed.). *Coastal processes 2009*. Southampton, UK: Wesse Institute of Technology, 2009.
- Van Meter, D. S., & Van Horn, C. E. (1975). Policy and politics in American Governments. *Administration & Society*, 6(4), 445-488.
- Chamniandamrongkarn, S., & Sumritdejkhajon, K. (Ed.). *National health assembly : One(not) important than moving up*. In A meeting of the enlightenment and health system reforms in a nine-year of The National Health Commission Office (pp. 245-313). Nonthaburi: The National Health Commission Office. (in Thai), 2015.
- Dokthaisong, B. *Behavior for excellency*. Bangkok: National Institute of Development Administration (in Thai) ,1995.
- Labjaroenyin, P., Puak-insang, S., & Boontum, K. *The evaluation Process of the National Health Assembly resolutions into practice phase 2: Case study 6 resolutions*. Retrieved July 28, 2015, from <http://kb.hsri.or.th/dspace/handle/11228/3894?locale-attribute=th> (in Thai), 2012.
- Laohawichien, U.. *Public administration: The nature and dimensions* (5th ed.). Bangkok: Sematham. (in Thai), 2000.
- Ngernklai, P. *Evaluation of pilot project for enhancing operation processes and enhancing volunteer community*. Bangkok: Ramkhamhang University. (in Thai) BU Academic Review 16, 2007.

- Nimphanich, J. Power and politics in organizations (2nded.). Nonthaburi: Office of Academic Affair, Sukhothai Thammathirat Open University. (in Thai), 2003.
- Piewkao, M. (n.d.). Teaching document of public policy. Nong Khai : Khon Kean University. (in Thai)
- Siro, S.. Proposed policy for academic development in higher education: A case study of Chaiyaphum Rajaphat University (Doctoral dissertation, Khon Kaen University). (in Thai), 2009.
- Wiratchai, N.. Educational statistics and trends. Bangkok: Department of Educational Research, Faculty of Education, Chulalongkorn University. (in Thai), 1997.

ภาคผนวก

ผนวก ก

แบบสอบถามออนไลน์เพื่อการวิจัยแนวทางการบริหารจัดการ
ด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

คำชี้แจง : แบบสอบถามนี้คำตอบทุกข้อเป็นข้อเท็จจริงและข้อคิดเห็นของผู้ตอบ
แต่ละคน ขอความกรุณาตอบทุกข้อและทุกตอน

โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบตามสภาพความเป็นจริง

ส่วนที่ 1 : สถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ข้อมูลส่วนบุคคล)

- | | | |
|-----------------------|----------------|-----------------|
| 1. เพศ | () ชาย | () หญิง |
| 2. ประสบการณ์การทำงาน | () 1 - 10 ปี | () 11 - 20 ปี |
| | () 21 - 30 ปี | () 31 ปีขึ้นไป |
| 3. ตำแหน่ง | () นายอำเภอ | () ปลัดอำเภอ |
| 4. ภาค | () อีสาน | () กลาง |
| | () เหนือ | () ใต้ |

ส่วนที่ 2 : การสำรวจกิจกรรมการออกกำลังกายของประชาชนในเขตอำเภอที่รับผิดชอบ

5. ช่วงเวลาที่ใช้ประชาชนของท่านส่วนใหญ่ออกกำลังกายเวลาใด
- | | |
|----------------------------|--------------------|
| () 05.00-07.00 น. | () 16.00-19.00 น. |
| () อื่นๆ (โปรดระบุ) | |

คำชี้แจง : ให้เรียงลำดับกิจกรรมการออกกำลังกายที่ประชาชนของท่านเล่นเป็นประจำ

ข้อที่	กิจกรรม	กรอกตัวเลขโดยเรียงตามลำดับความสำคัญ โดยหมายเลข คือมากที่สุด 1
1	เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ	
2	เต้นรำแอโรบิค	
3	ลีลาศเพื่อสุขภาพ	
4	ขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ	
5	โยคะ	
6	เต้นบาสโลบ	
7	รำไม้พลอง	
8	รำไทเก๊ก	
9	ฟุตบอล	
10	ฟุตซอล	
11	บาสเกตบอล	
12	วอลเลย์บอล	
13	แบดมินตัน	
14	เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง/ตะกร้อวง	
15	เปตอง	
16	เทเบิลเทนนิส	
17	ว่ายน้ำ	

ส่วนที่ 3 : การสำรวจปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบ

คำชี้แจง : ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริง

1. ด้านสนามกีฬา

ข้อที่	สถานที่	มี ได้มาตรฐาน	มี ไม่ได้มาตรฐาน	ไม่มี
1	สนามกีฬาในร่ม			
2	ลานแอโรบิค			
3	สวนสาธารณะ			
4	ลานอเนกประสงค์			
5	สนามเปตอง			
6	สนามฟุตบอล			
7	สนามฟุตซอล			
8	สนามบาสเกตบอล			
9	สนามวอลเลย์บอล			
10	สนามแบดมินตัน			
11	สนามเซปักตะกร้อ			
12	สนามกรีฑา			
13	สระว่ายน้ำ			

2. ด้านวัสดุอุปกรณ์การออกกำลังกายและเล่นกีฬา

ข้อที่	กิจกรรม	มี เพียงพอ	มี ไม่เพียงพอ	ไม่มี
1	เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ			
2	เต้นรำแอโรบิค			
3	ลีลาศเพื่อสุขภาพ			
4	ขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ			
5	โยคะ			
6	เต้นบาสโลบ			
7	รำไม้พลอง			
8	รำไทเก๊ก			
9	ฟุตบอล			
10	ฟุตซอล			
11	บาสเกตบอล			
12	วอลเลย์บอล			
13	แบดมินตัน			
14	เซปักตะกร้อ/ตะกร้อ ลอดห่วง/ตะกร้อวง			
15	เปตอง			
16	เทเบิลเทนนิส			
17	ว่ายน้ำ			

3. หน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา

ข้อที่	หน่วยงาน	มี เพียงพอ	มี ไม่เพียงพอ	ไม่มี
1	องค์การบริหารส่วน ตำบล (.อบต)			
2	เทศบาลเมืองตำบล/			
3	องค์การบริหารส่วน จังหวัด (.อบจ)			
4	หมู่บ้านชุมชน/			
5	ชมรมกีฬา/สมาคมกีฬา			
6	หน่วยงานภาครัฐ อื่นๆ			
7	หน่วยงานเอกชน			

4. ด้านบุคลากรด้านการออกกำลังกาย

ข้อที่	กิจกรรม	มี เพียงพอ	มี ไม่เพียงพอ	ไม่มี
1	เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ			
2	เต้นรำแอโรบิค			
3	ลีลาศเพื่อสุขภาพ			
4	ขี่จักรยานเพื่อสุขภาพ			
5	โยคะ			
6	เต้นบาสโลบ			
7	รำไม้พลอง			
8	รำไทเก๊ก			
9	ฟุตบอล			
10	ฟุตซอล			

11	บาสเกตบอล			
12	วอลเลย์บอล			
13	แบดมินตัน			
14	เซปักตะกร้อ/ตะกร้อ ลอดห่วง/ตะกร้อวง			
15	เปตอง			
16	เทเบิลเทนนิส			
17	ว่ายน้ำ			

ส่วนที่ 4 : ความพึงพอใจต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษา

คำชี้แจง : โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข

ข้อที่	การปฏิบัติงานเจ้าหน้าที่พลศึกษา	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	การให้บริการ					
2	การประสานงาน					
3	การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา					
4	การปฏิบัติงาน					

ส่วนที่ 5 : ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ

.....

.....

.....

ขอบขอบคุณที่ตอบแบบสอบถาม

คณะผู้วิจัย

ผนวก ข

ข้อมูลอำเภอในประเทศไทยในแต่ละภาค

ภาคเหนือ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 195 คน)

1	อำเภอโกสัมพีนคร	กำแพงเพชร
2	อำเภอขามเฒ่า	กำแพงเพชร
3	อำเภอคลองขลุง	กำแพงเพชร
4	อำเภอคลองลาน	กำแพงเพชร
5	อำเภอทรายทองวัฒนา	กำแพงเพชร
6	อำเภอไทรยางง	กำแพงเพชร
7	อำเภอบึงสามัคคี	กำแพงเพชร
8	อำเภอปางศิลาทอง	กำแพงเพชร
9	อำเภอพรานกระต่าย	กำแพงเพชร
10	อำเภอเมืองกำแพงเพชร	กำแพงเพชร
11	อำเภอลานกระบือ	กำแพงเพชร
12	อำเภอขุนตาล	เชียงราย
13	อำเภอเชียงของ	เชียงราย
14	อำเภอเชียงแสน	เชียงราย
15	อำเภอดอยหลวง	เชียงราย
16	อำเภอเทิง	เชียงราย
17	อำเภอป่าแดด	เชียงราย
18	อำเภอพญาเม็งราย	เชียงราย
19	อำเภอพาน	เชียงราย
20	อำเภอเมืองเชียงราย	เชียงราย
21	อำเภอแม่จัน	เชียงราย
22	อำเภอแม่ฟ้าหลวง	เชียงราย
23	อำเภอแม่ลาว	เชียงราย
24	อำเภอแม่สรวย	เชียงราย
25	อำเภอแม่สาย	เชียงราย
26	อำเภอเวียงแก่น	เชียงราย
27	อำเภอเวียงชัย	เชียงราย
28	อำเภอเวียงเชียงรุ้ง	เชียงราย
29	อำเภอเวียงป่าเป้า	เชียงราย
30	อำเภอگیลยาณีวัฒนา	เชียงใหม่
31	อำเภอจอมทอง	เชียงใหม่

ภาคเหนือ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 195 คน) (ต่อ)

32	อำเภอเชียงดาว	เชียงใหม่
33	อำเภอไชยปราการ	เชียงใหม่
34	อำเภอดอยเต่า	เชียงใหม่
35	อำเภอดอยสะเก็ด	เชียงใหม่
36	อำเภอดอยหล่อ	เชียงใหม่
37	อำเภอฝาง	เชียงใหม่
38	อำเภอพร้าว	เชียงใหม่
39	อำเภอเมืองเชียงใหม่	เชียงใหม่
40	อำเภอแม่แจ่ม	เชียงใหม่
41	อำเภอแม่แตง	เชียงใหม่
42	อำเภอแม่ริม	เชียงใหม่
43	อำเภอแม่วาง	เชียงใหม่
44	อำเภอแม่อน	เชียงใหม่
45	อำเภอแม่อาว	เชียงใหม่
46	อำเภอเวียงแหง	เชียงใหม่
47	อำเภอสะเมิง	เชียงใหม่
48	อำเภอสันกำแพง	เชียงใหม่
49	อำเภอสันทราย	เชียงใหม่
50	อำเภอสันป่าตอง	เชียงใหม่
51	อำเภอสารภี	เชียงใหม่
52	อำเภอหางดง	เชียงใหม่
53	อำเภออมก๋อย	เชียงใหม่
54	อำเภอฮอด	เชียงใหม่
55	อำเภอท่าสองยาง	ตาก
56	อำเภอบ้านตาก	ตาก
57	อำเภอพบพระ	ตาก
58	อำเภอเมืองตาก	ตาก
59	อำเภอแม่ระมาด	ตาก
60	อำเภอแม่สอด	ตาก
61	อำเภอวังเจ้า	ตาก
62	อำเภอสามเงา	ตาก
63	อำเภออุ้มผาง	ตาก
64	อำเภอเก้าเลี้ยว	นครสวรรค์
65	อำเภอโกรกพระ	นครสวรรค์

ภาคเหนือ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 195 คน) (ต่อ)

66	อำเภอชุมตาบง	นครสวรรค์
67	อำเภอชุมแสง	นครสวรรค์
68	อำเภอตากฟ้า	นครสวรรค์
69	อำเภอตากาลี	นครสวรรค์
70	อำเภอท่าตะโก	นครสวรรค์
71	อำเภอบรรพตพิสัย	นครสวรรค์
72	อำเภอพยุหะคีรี	นครสวรรค์
73	อำเภอไพศาลี	นครสวรรค์
74	อำเภอเมืองนครสวรรค์	นครสวรรค์
75	อำเภอแม่เปิน	นครสวรรค์
76	อำเภอแม่वंก	นครสวรรค์
77	อำเภอลาดยาว	นครสวรรค์
78	อำเภอหนองบัว	นครสวรรค์
79	อำเภอเฉลิมพระเกียรติ	น่าน
80	อำเภอเชียงกลาง	น่าน
81	อำเภอท่าวังผา	น่าน
82	อำเภอทุ่งช้าง	น่าน
83	อำเภอนาน้อย	น่าน
84	อำเภอนาหมื่น	น่าน
85	อำเภอบ่อเกลือ	น่าน
86	อำเภอบ้านหลวง	น่าน
87	อำเภอปัว	น่าน
88	อำเภอภูเพียง	น่าน
89	อำเภอเมืองน่าน	น่าน
90	อำเภอแม่จริม	น่าน
91	อำเภอเวียงสา	น่าน
92	อำเภอสองแคว	น่าน
93	อำเภอสันติสุข	น่าน
94	อำเภอจุน	พะเยา
95	อำเภอเชียงคำ	พะเยา
96	อำเภอเชียงม่วน	พะเยา
97	อำเภอดอกคำใต้	พะเยา
98	อำเภอปง	พะเยา
99	อำเภอภูกามยาว	พะเยา

ภาคเหนือ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 195 คน) (ต่อ)

100	อำเภอภูซาง	พะเยา
101	อำเภอเมืองพะเยา	พะเยา
102	อำเภอแม่ใจ	พะเยา
103	อำเภอดงเจริญ	พิจิตร
104	อำเภอตะพานหิน	พิจิตร
105	อำเภอทับคล้อ	พิจิตร
106	อำเภอบางมูลนาก	พิจิตร
107	อำเภอบึงนาราง	พิจิตร
108	อำเภอโพทะเล	พิจิตร
109	อำเภอโพธิ์ประทับช้าง	พิจิตร
110	อำเภอเมืองพิจิตร	พิจิตร
111	อำเภอลำดวน	พิจิตร
112	อำเภอวังทรายพูน	พิจิตร
113	อำเภอสามโก้	พิจิตร
114	อำเภอสามง่าม	พิจิตร
115	อำเภอชาติตระการ	พิษณุโลก
116	อำเภอนครไทย	พิษณุโลก
117	อำเภอเนินมะปราง	พิษณุโลก
118	อำเภอบางกระทุ่ม	พิษณุโลก
119	อำเภอบางระกำ	พิษณุโลก
120	อำเภอพรหมพิราม	พิษณุโลก
121	อำเภอเมืองพิษณุโลก	พิษณุโลก
122	อำเภอวังทอง	พิษณุโลก
123	อำเภอวัดโบสถ์	พิษณุโลก
124	อำเภอเขาค้อ	เพชรบูรณ์
125	อำเภอชนแดน	เพชรบูรณ์
126	อำเภอน้ำหนาว	เพชรบูรณ์
127	อำเภอบึงสามพัน	เพชรบูรณ์
128	อำเภอเมืองเพชรบูรณ์	เพชรบูรณ์
129	อำเภอวังโป่ง	เพชรบูรณ์
130	อำเภอวิเชียรบุรี	เพชรบูรณ์
131	อำเภอศรีเทพ	เพชรบูรณ์
132	อำเภอหนองไผ่	เพชรบูรณ์
133	อำเภอหล่มเก่า	เพชรบูรณ์

ภาคเหนือ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 195 คน) (ต่อ)

134	อำเภอหล่มสัก	เพชรบูรณ์
135	อำเภอเด่นชัย	แพร่
136	อำเภอเมืองแพร่	แพร่
137	อำเภอร้องกวาง	แพร่
138	อำเภอลอง	แพร่
139	อำเภอวังชิ้น	แพร่
140	อำเภอสอง	แพร่
141	อำเภอสูงเม่น	แพร่
142	อำเภอหนองม่วงไข่	แพร่
143	อำเภอขุนยวม	แม่ฮ่องสอน
144	อำเภอปางมะผ้า	แม่ฮ่องสอน
145	อำเภอปาย	แม่ฮ่องสอน
146	อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน	แม่ฮ่องสอน
147	อำเภอแม่ลาน้อย	แม่ฮ่องสอน
148	อำเภอแม่สะเรียง	แม่ฮ่องสอน
149	อำเภอสบเมย	แม่ฮ่องสอน
150	อำเภอเกาะคา	ลำปาง
151	อำเภองาว	ลำปาง
152	อำเภอแจ้ห่ม	ลำปาง
153	อำเภอเถิน	ลำปาง
154	อำเภอเมืองปาน	ลำปาง
155	อำเภอเมืองลำปาง	ลำปาง
156	อำเภอแม่ทะ	ลำปาง
157	อำเภอแม่พริก	ลำปาง
158	อำเภอแม่เมาะ	ลำปาง
159	อำเภอวังเหนือ	ลำปาง
160	อำเภอสบปราบ	ลำปาง
161	อำเภอเสริมงาม	ลำปาง
162	อำเภอห้างฉัตร	ลำปาง
163	อำเภอทุ่งหัวช้าง	ลำพูน
164	อำเภอบ้านธิ	ลำพูน
165	อำเภอบ้านโฮ่ง	ลำพูน
166	อำเภอป่าซาง	ลำพูน
167	อำเภอเมืองลำพูน	ลำพูน

ภาคเหนือ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 195 คน) (ต่อ)

168	อำเภอแม่ทา	ลำพูน
169	อำเภอเถี	ลำพูน
170	อำเภอเวียงหนองล่อง	ลำพูน
171	อำเภอกงไกรลาศ	สุโขทัย
172	อำเภอคีรีมาศ	สุโขทัย
173	อำเภอทุ่งเสลี่ยม	สุโขทัย
174	อำเภอบ้านด่านลานหอย	สุโขทัย
175	อำเภอเมืองสุโขทัย	สุโขทัย
176	อำเภอศรีนคร	สุโขทัย
177	อำเภอศรีสขนาลัย	สุโขทัย
178	อำเภอศรีสำโรง	สุโขทัย
179	อำเภอสวรรคโลก	สุโขทัย
180	อำเภอตรอน	อุดรดิตถ์
181	อำเภอทองแสนขัน	อุดรดิตถ์
182	อำเภอท่าปลา	อุดรดิตถ์
183	อำเภอน้ำปาด	อุดรดิตถ์
184	อำเภอบ้านโคก	อุดรดิตถ์
185	อำเภอพิชัย	อุดรดิตถ์
186	อำเภอปากทำ	อุดรดิตถ์
187	อำเภอเมืองอุดรดิตถ์	อุดรดิตถ์
188	อำเภอลับแล	อุดรดิตถ์
189	อำเภอทัพทัน	อุทัยธานี
190	อำเภอบ้านไร่	อุทัยธานี
191	อำเภอเมืองอุทัยธานี	อุทัยธานี
192	อำเภอลานสัก	อุทัยธานี
193	อำเภอสว่างอารมณ์	อุทัยธานี
194	อำเภอหนองขาหย่าง	อุทัยธานี
195	อำเภอหนองฉาง	อุทัยธานี
196	อำเภอห้วยคต	อุทัยธานี

ภาคใต้ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 151 คน)

1	อำเภอเกาะลันตา	กระบี่
2	อำเภอเขาพนม	กระบี่
3	อำเภอคลองท่อม	กระบี่
4	อำเภอปลายพระยา	กระบี่
5	อำเภอเมืองกระบี่	กระบี่
6	อำเภอลำทับ	กระบี่
7	อำเภอเหนือคลอง	กระบี่
8	อำเภออ่าวลึก	กระบี่
9	อำเภอท่าแซะ	ชุมพร
10	อำเภอทุ่งตะโก	ชุมพร
11	อำเภอปะทิว	ชุมพร
12	อำเภอพะโต๊ะ	ชุมพร
13	อำเภอเมืองชุมพร	ชุมพร
14	อำเภอละแม	ชุมพร
15	อำเภอสวี	ชุมพร
16	อำเภอหลังสวน	ชุมพร
17	อำเภอกันตัง	ตรัง
18	อำเภอนาโยง	ตรัง
19	อำเภอปะเหลียน	ตรัง
20	อำเภอเมืองตรัง	ตรัง
21	อำเภอย่านตาขาว	ตรัง
22	อำเภอรัษฎา	ตรัง
23	อำเภอวังวิเศษ	ตรัง
24	อำเภอสิเกา	ตรัง
25	อำเภอห้วยยอด	ตรัง
26	อำเภอหาดสำราญ	ตรัง
27	อำเภอขนอม	นครศรีธรรมราช
28	อำเภอจุฬาภรณ์	นครศรีธรรมราช
29	อำเภอฉวาง	นครศรีธรรมราช
30	อำเภอเฉลิมพระเกียรติ	นครศรีธรรมราช

ภาคใต้ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 151 คน)

31	อำเภอชะอวด	นครศรีธรรมราช
32	อำเภอช้างกลาง	นครศรีธรรมราช
33	อำเภอเชียรใหญ่	นครศรีธรรมราช
34	อำเภอถ้ำพรรณรา	นครศรีธรรมราช
35	อำเภอท่าศาลา	นครศรีธรรมราช
36	อำเภอทุ่งสง	นครศรีธรรมราช
37	อำเภอทุ่งใหญ่	นครศรีธรรมราช
38	อำเภอนบพิตำ	นครศรีธรรมราช
39	อำเภอนาบอน	นครศรีธรรมราช
40	อำเภอบางขัน	นครศรีธรรมราช
41	อำเภอปากพนัง	นครศรีธรรมราช
42	อำเภอพรหมคีรี	นครศรีธรรมราช
43	อำเภอพระพรหม	นครศรีธรรมราช
44	อำเภอพิปูน	นครศรีธรรมราช
45	อำเภอเมืองนครศรีธรรมราช	นครศรีธรรมราช
46	อำเภอร่อนพิบูลย์	นครศรีธรรมราช
47	อำเภอลานสกา	นครศรีธรรมราช
48	อำเภอสิชล	นครศรีธรรมราช
49	อำเภอหัวไทร	นครศรีธรรมราช
50	อำเภอจะนะ	นราธิวาส
51	อำเภอเจาะไอร้อง	นราธิวาส
52	อำเภอตากใบ	นราธิวาส
53	อำเภอบาเจาะ	นราธิวาส
54	อำเภอเมืองนราธิวาส	นราธิวาส
55	อำเภอช้าง	นราธิวาส
56	อำเภอระแงะ	นราธิวาส
57	อำเภอศรีสาคร	นราธิวาส
58	อำเภอแว้ง	นราธิวาส
59	อำเภอศรีสาคร	นราธิวาส
60	อำเภอสุคีริน	นราธิวาส

ภาคใต้ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 151 คน) (ต่อ)

61	อำเภอสุโขทัย	นราธิวาส
62	อำเภอสุโขทัย	นราธิวาส
63	อำเภอกะป้อ	ปัตตานี
64	อำเภอโคกโพธิ์	ปัตตานี
65	อำเภอทุ่งยางแดง	ปัตตานี
66	อำเภอปะนาเระ	ปัตตานี
67	อำเภอมายอ	ปัตตานี
68	อำเภอเมืองปัตตานี	ปัตตานี
69	อำเภอแม่ลาน	ปัตตานี
70	อำเภอไม้แก่น	ปัตตานี
71	อำเภอยะรัง	ปัตตานี
72	อำเภอยะหริ่ง	ปัตตานี
73	อำเภอสายบุรี	ปัตตานี
74	อำเภอหนองจิก	ปัตตานี
75	อำเภอเมืองพังงา	พังงา
76	อำเภอเกาะยาว	พังงา
77	อำเภอกระบุรี	พังงา
78	อำเภอตะกั่วทุ่ง	พังงา
79	อำเภอตะกั่วป่า	พังงา
80	อำเภอทับปุด	พังงา
81	อำเภอท้ายเหมือง	พังงา
82	อำเภอกะปง	พังงา
83	อำเภอกงหรา	พัทลุง
84	อำเภอเขาชัยสน	พัทลุง
85	อำเภอควนขนุน	พัทลุง
86	อำเภอตะโหมด	พัทลุง
87	อำเภอบางแก้ว	พัทลุง
88	อำเภอปากพะยูน	พัทลุง
89	อำเภอป่าบอน	พัทลุง
90	อำเภอป่าพะยอม	พัทลุง

ภาคใต้ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 151 คน) (ต่อ)

91	อำเภอเมืองพัทลุง	พัทลุง
92	อำเภอศรีนครินทร์	พัทลุง
93	อำเภอศรีบรรพต	พัทลุง
94	อำเภอกะทู้	ภูเก็ต
95	อำเภอถลาง	ภูเก็ต
96	อำเภอเมืองภูเก็ต	ภูเก็ต
97	อำเภอกรงปินัง	ยะลา
98	อำเภอกาบัง	ยะลา
99	อำเภอธารโต	ยะลา
100	อำเภอบันนังสตา	ยะลา
101	อำเภอเบตง	ยะลา
102	อำเภอเมืองยะลา	ยะลา
103	อำเภอยะหา	ยะลา
104	อำเภอรามัน	ยะลา
105	อำเภอกระบุรี	ระนอง
106	อำเภอกะเปอร์	ระนอง
107	อำเภอเมืองระนอง	ระนอง
108	อำเภอละอุ่น	ระนอง
109	อำเภอสุขสำราญ	ระนอง
110	อำเภอกระแสสินธุ์	สงขลา
111	อำเภอคลองหอยโข่ง	สงขลา
112	อำเภควนเนียง	สงขลา
113	อำเภอจะนะ	สงขลา
114	อำเภอเทพา	สงขลา
115	อำเภอนาทวี	สงขลา
116	อำเภอนาหม่อม	สงขลา
117	อำเภอบางกล่ำ	สงขลา
118	อำเภอเมืองสงขลา	สงขลา
119	อำเภอระโนด	สงขลา
120	อำเภอรัตภูมิ	สงขลา

ภาคใต้ (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 151 คน) (ต่อ)

121	อำเภอสติงพระ	สงขลา
122	อำเภอสะเดา	สงขลา
123	อำเภอชะบ้าย้อย	สงขลา
124	อำเภอสิงหนคร	สงขลา
125	อำเภอหาดใหญ่	สงขลา
126	อำเภอควนกาหลง	สตูล
127	อำเภอควนโดน	สตูล
128	อำเภอท่าแพ	สตูล
129	อำเภอทุ่งหว้า	สตูล
130	อำเภอมะนัง	สตูล
131	อำเภอเมืองสตูล	สตูล
132	อำเภอละงู	สตูล
133	อำเภอกาญจนดิษฐ์	สุราษฎร์ธานี
134	อำเภอเกาะพะงัน	สุราษฎร์ธานี
135	อำเภอเกาะสมุย	สุราษฎร์ธานี
136	อำเภอคีรีรัฐนิคม	สุราษฎร์ธานี
137	อำเภอเคียนซา	สุราษฎร์ธานี
138	อำเภอชัยบุรี	สุราษฎร์ธานี
139	อำเภอไชยา	สุราษฎร์ธานี
140	อำเภอดอนสัก	สุราษฎร์ธานี
141	อำเภอท่าฉาง	สุราษฎร์ธานี
142	อำเภอท่าชนะ	สุราษฎร์ธานี
143	อำเภอบ้านตาขุน	สุราษฎร์ธานี
144	อำเภอบ้านนาเดิม	สุราษฎร์ธานี
145	อำเภอบ้านนาสาร	สุราษฎร์ธานี
146	อำเภอพนม	สุราษฎร์ธานี
147	อำเภอพระแสง	สุราษฎร์ธานี
148	อำเภอพุนพิน	สุราษฎร์ธานี
149	อำเภอเมืองสุราษฎร์ธานี	สุราษฎร์ธานี
150	อำเภอวิภาวดี	สุราษฎร์ธานี
151	อำเภอเวียงสระ	สุราษฎร์ธานี

ภาคกลาง (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 210 คน)

1	อำเภอด่านมะขามเตี้ย	กาญจนบุรี
2	อำเภอดงพญาณี	กาญจนบุรี
3	อำเภอท่าม่วง	กาญจนบุรี
4	อำเภอท่ามะกา	กาญจนบุรี
5	อำเภอไทรโยค	กาญจนบุรี
6	อำเภอบ่อพลอย	กาญจนบุรี
7	อำเภอพนมทวน	กาญจนบุรี
8	อำเภอเมืองกาญจนบุรี	กาญจนบุรี
9	อำเภอเลาขวัญ	กาญจนบุรี
10	อำเภอศรีสวัสดิ์	กาญจนบุรี
11	อำเภอสี่ขลบุรี	กาญจนบุรี
12	อำเภอหนองปรือ	กาญจนบุรี
13	อำเภอห้วยกระเจา	กาญจนบุรี
14	อำเภอแก่งหางแมว	จันทบุรี
15	อำเภอขลุง	จันทบุรี
16	อำเภอเขาฉิมชุก	จันทบุรี
17	อำเภอท่าใหม่	จันทบุรี
18	อำเภอนายายอาม	จันทบุรี
19	อำเภอโป่งน้ำร้อน	จันทบุรี
20	อำเภอมะขาม	จันทบุรี
21	อำเภอเมืองจันทบุรี	จันทบุรี
22	อำเภอสอยดาว	จันทบุรี
23	อำเภอแหลมสิงห์	จันทบุรี
24	อำเภอคลองเขื่อน	ฉะเชิงเทรา
25	อำเภอท่าตะเกียบ	ฉะเชิงเทรา
26	อำเภอบางคล้า	ฉะเชิงเทรา
27	อำเภอบางน้ำเปรี้ยว	ฉะเชิงเทรา
28	อำเภอบางปะกง	ฉะเชิงเทรา
29	อำเภอบ้านโพธิ์	ฉะเชิงเทรา
30	อำเภอแปลงยาว	ฉะเชิงเทรา
31	อำเภอพนมสารคาม	ฉะเชิงเทรา
32	อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา	ฉะเชิงเทรา
33	อำเภอราชสาส์น	ฉะเชิงเทรา
34	อำเภอสนามชัยเขต	ฉะเชิงเทรา

ภาคกลาง (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 210 คน) (ต่อ)

35	อำเภอเกาะจันทร์	ชลบุรี
36	อำเภอเกาะสีชัง	ชลบุรี
37	อำเภอบ่อทอง	ชลบุรี
38	อำเภอบางละมุง	ชลบุรี
39	อำเภอบ้านบึง	ชลบุรี
40	อำเภอพนัสนิคม	ชลบุรี
41	อำเภอพานทอง	ชลบุรี
42	อำเภอเมืองชลบุรี	ชลบุรี
43	อำเภอศรีราชา	ชลบุรี
44	อำเภอสัตหีบ	ชลบุรี
45	อำเภอหนองใหญ่	ชลบุรี
46	อำเภอเนินขาม	ชัยนาท
47	อำเภอมโนรมย์	ชัยนาท
48	อำเภอเมืองชัยนาท	ชัยนาท
49	อำเภอวัดสิงห์	ชัยนาท
50	อำเภอสรรคบุรี	ชัยนาท
51	อำเภอสรรพยา	ชัยนาท
52	อำเภอหนองมะโมง	ชัยนาท
53	อำเภอหันคา	ชัยนาท
54	อำเภอเกาะกูด	ตราด
55	อำเภอเกาะช้าง	ตราด
56	อำเภอเขาสมิง	ตราด
57	อำเภอคลองใหญ่	ตราด
58	อำเภอบ่อไร่	ตราด
59	อำเภอเมืองตราด	ตราด
60	อำเภอแหลมงอบ	ตราด
61	อำเภอบ้านนา	นครนายก
62	อำเภอปากพลี	นครนายก
63	อำเภอเมืองนครนายก	นครนายก
64	อำเภอองครักษ์	นครนายก
65	อำเภอกำแพงแสน	นครปฐม
66	อำเภอดอนตูม	นครปฐม
67	อำเภอนครชัยศรี	นครปฐม
68	อำเภอบางเลน	นครปฐม

ภาคกลาง (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 210 คน) (ต่อ)

69	อำเภอพุทธมณฑล	นครปฐม
70	อำเภอเมืองนครปฐม	นครปฐม
71	อำเภอสามพราน	นครปฐม
72	อำเภอไทรน้อย	นนทบุรี
73	อำเภอบางกรวย	นนทบุรี
74	อำเภอบางบัวทอง	นนทบุรี
75	อำเภอบางใหญ่	นนทบุรี
76	อำเภอปากเกร็ด	นนทบุรี
77	อำเภอเมืองนนทบุรี	นนทบุรี
78	อำเภอคลองหลวง	ปทุมธานี
79	อำเภอธัญบุรี	ปทุมธานี
80	อำเภอเมืองปทุมธานี	ปทุมธานี
81	อำเภอลาดหลุมแก้ว	ปทุมธานี
82	อำเภอลำลูกกา	ปทุมธานี
83	อำเภอสสามโคก	ปทุมธานี
84	อำเภอหนองเสือ	ปทุมธานี
85	อำเภอกุยบุรี	ประจวบคีรีขันธ์
86	อำเภอทับสะแก	ประจวบคีรีขันธ์
87	อำเภอบางสะพาน	ประจวบคีรีขันธ์
88	อำเภอบางสะพานน้อย	ประจวบคีรีขันธ์
89	อำเภอปราณบุรี	ประจวบคีรีขันธ์
90	อำเภอเมืองประจวบคีรีขันธ์	ประจวบคีรีขันธ์
91	อำเภอสามร้อยยอด	ประจวบคีรีขันธ์
92	อำเภอหัวหิน	ประจวบคีรีขันธ์
93	อำเภอกบินทร์บุรี	ปราจีนบุรี
94	อำเภอนาดี	ปราจีนบุรี
95	อำเภอบ้านสร้าง	ปราจีนบุรี
96	อำเภอประจันตคาม	ปราจีนบุรี
97	อำเภอเมืองปราจีนบุรี	ปราจีนบุรี
98	อำเภอศรีมหาโพธิ์	ปราจีนบุรี
99	อำเภอศรีมโหสถ	ปราจีนบุรี
100	อำเภอท่าเรือ	พระนครศรีอยุธยา
101	อำเภอนครหลวง	พระนครศรีอยุธยา
102	อำเภอบางซ้าย	พระนครศรีอยุธยา

ภาคกลาง (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 210 คน) (ต่อ)

103	อำเภอบางไทร	พระนครศรีอยุธยา
104	อำเภอบางบาล	พระนครศรีอยุธยา
105	อำเภอบางปะหัน	พระนครศรีอยุธยา
106	อำเภอบางปะอิน	พระนครศรีอยุธยา
107	อำเภอบ้านแพรก	พระนครศรีอยุธยา
108	อำเภอผักไห่	พระนครศรีอยุธยา
109	อำเภอพระนครศรีอยุธยา	พระนครศรีอยุธยา
110	อำเภอภาชี	พระนครศรีอยุธยา
111	อำเภอมหาราช	พระนครศรีอยุธยา
112	อำเภอลาดบัวหลวง	พระนครศรีอยุธยา
113	อำเภовังน้อย	พระนครศรีอยุธยา
114	อำเภอเสนา	พระนครศรีอยุธยา
115	อำเภออุทัย	พระนครศรีอยุธยา
116	อำเภอแก่งกระจาน	เพชรบุรี
117	อำเภอเขาย้อย	เพชรบุรี
118	อำเภอชะอำ	เพชรบุรี
119	อำเภอท่ายาง	เพชรบุรี
120	อำเภอบ้านลาด	เพชรบุรี
121	อำเภอบ้านแหลม	เพชรบุรี
122	อำเภอเมืองเพชรบุรี	เพชรบุรี
123	อำเภอหนองหญ้าปล้อง	เพชรบุรี
124	อำเภอแก่ง	ระยอง
125	อำเภอเขาชะเมา	ระยอง
126	อำเภอนิคมพัฒนา	ระยอง
127	อำเภอบ้านค่าย	ระยอง
128	อำเภอบ้านฉาง	ระยอง
129	อำเภอปลวกแดง	ระยอง
130	อำเภอเมืองระยอง	ระยอง
131	อำเภอวังจันทร์	ระยอง
132	อำเภอจอมบึง	ราชบุรี
133	อำเภอดำเนินสะดวก	ราชบุรี
134	อำเภอบางแพ	ราชบุรี
135	อำเภอบ้านคา	ราชบุรี
136	อำเภอบ้านโป่ง	ราชบุรี

ภาคกลาง (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 210 คน) (ต่อ)

137	อำเภอปากท่อ	ราชบุรี
138	อำเภอโพธาราม	ราชบุรี
139	อำเภอเมืองราชบุรี	ราชบุรี
140	อำเภอดำเนินสะดวก	ราชบุรี
141	อำเภอสวนผึ้ง	ราชบุรี
142	อำเภอโคกเจริณู	ลพบุรี
143	อำเภอโคกสำโรง	ลพบุรี
144	อำเภอชัยบาดาล	ลพบุรี
145	อำเภอท่าม่วง	ลพบุรี
146	อำเภอท่าหลวง	ลพบุรี
147	อำเภอบ้านหมี่	ลพบุรี
148	อำเภอพัฒนานิคม	ลพบุรี
149	อำเภอเมืองลพบุรี	ลพบุรี
150	อำเภอลำสนธิ	ลพบุรี
151	อำเภอสระโบสถ์	ลพบุรี
152	อำเภอหนองม่วง	ลพบุรี
153	อำเภอบางคนที	สมุทรสงคราม
154	อำเภอบางบ่อ	สมุทรปราการ
155	อำเภอบางพลี	สมุทรปราการ
156	อำเภอบางเสาธง	สมุทรปราการ
157	อำเภอพระประแดง	สมุทรปราการ
158	อำเภอพระสมุทรเจดีย์	สมุทรปราการ
159	อำเภอเมืองสมุทรปราการ	สมุทรปราการ
160	อำเภอเมืองสมุทรสงคราม	สมุทรสงคราม
161	อำเภออัมพวา	สมุทรสงคราม
162	อำเภอกระทุ่มแบน	สมุทรสาคร
163	อำเภอบ้านแพ้ว	สมุทรสาคร
164	อำเภอเมืองสมุทรสาคร	สมุทรสาคร
165	อำเภอเขาฉกรรจ์	สระแก้ว
166	อำเภอคลองหาด	สระแก้ว
167	อำเภอโคกสูง	สระแก้ว
168	อำเภอตาพระยา	สระแก้ว
169	อำเภอเมืองสระแก้ว	สระแก้ว
170	อำเภอวังน้ำเย็น	สระแก้ว

ภาคกลาง (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 210 คน) (ต่อ)

171	อำเภอวังสมบูรณ์	สระแก้ว
172	อำเภอวัฒนานคร	สระแก้ว
173	อำเภอรัญประเทศ	สระแก้ว
174	อำเภอแก่งคอย	สระบุรี
175	อำเภอเฉลิมพระเกียรติ	สระบุรี
176	อำเภอดอนพุด	สระบุรี
177	อำเภอบ้านหมอ	สระบุรี
178	อำเภอพระพุทธบาท	สระบุรี
179	อำเภอมวกเหล็ก	สระบุรี
180	อำเภอเมืองสระบุรี	สระบุรี
181	อำเภอวังม่วง	สระบุรี
182	อำเภอวิหารแดง	สระบุรี
183	อำเภอเสาไห้	สระบุรี
184	อำเภอหนองแค	สระบุรี
185	อำเภอหนองแซง	สระบุรี
186	อำเภอหนองโดน	สระบุรี
187	อำเภอค่ายบางระจัน	สิงห์บุรี
188	อำเภอท่าช้าง	สิงห์บุรี
189	อำเภอบางระจัน	สิงห์บุรี
190	อำเภอพรหมบุรี	สิงห์บุรี
191	อำเภอเมืองสิงห์บุรี	สิงห์บุรี
192	อำเภออินทร์บุรี	สิงห์บุรี
193	อำเภอดอนเจดีย์	สุพรรณบุรี
194	อำเภอด่านช้าง	สุพรรณบุรี
195	อำเภอเดิมบางนางบวช	สุพรรณบุรี
196	อำเภอบางปลาม้า	สุพรรณบุรี
197	อำเภอเมืองสุพรรณบุรี	สุพรรณบุรี
198	อำเภอศรีประจันต์	สุพรรณบุรี
199	อำเภอสองพี่น้อง	สุพรรณบุรี
200	อำเภอสามชুক	สุพรรณบุรี
201	อำเภอหนองหญ้าไซ	สุพรรณบุรี
202	อำเภออู่ทอง	สุพรรณบุรี
203	อำเภอไชโย	อ่างทอง
204	อำเภอป่าโมก	อ่างทอง

ภาคกลาง (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 210 คน) (ต่อ)

205	อำเภอโพธิ์ทอง	อ่างทอง
206	อำเภอเมืองอ่างทอง	อ่างทอง
207	อำเภอวิเศษชัยชาญ	อ่างทอง
208	อำเภอสามโก้	อ่างทอง
209	อำเภอแสวงหา	อ่างทอง

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน)

1	อำเภอกมลาไสย	กาฬสินธุ์
2	อำเภอกุฉินารายณ์	กาฬสินธุ์
3	อำเภอเขาวง	กาฬสินธุ์
4	อำเภอคำม่วง	กาฬสินธุ์
5	อำเภอฆ้องชัย	กาฬสินธุ์
6	อำเภอดอนจาน	กาฬสินธุ์
7	อำเภอท่าคันโท	กาฬสินธุ์
8	อำเภอนาคู	กาฬสินธุ์
9	อำเภอนามน	กาฬสินธุ์
10	อำเภอเมืองกาฬสินธุ์	กาฬสินธุ์
11	อำเภอยางตลาด	กาฬสินธุ์
12	อำเภอร่องคำ	กาฬสินธุ์
13	อำเภอสมเด็จ	กาฬสินธุ์
14	อำเภอสหัสขันธ์	กาฬสินธุ์
15	อำเภอสามชัย	กาฬสินธุ์
16	อำเภอหนองกุงศรี	กาฬสินธุ์
17	อำเภอห้วยผึ้ง	กาฬสินธุ์
18	อำเภอห้วยเม็ก	กาฬสินธุ์
19	อำเภอกระนวน	ขอนแก่น
20	อำเภอเขาสวนกวาง	ขอนแก่น
21	อำเภอโคกโพธิ์ไชย	ขอนแก่น
22	อำเภอชนบท	ขอนแก่น
23	อำเภอชุมแพ	ขอนแก่น
24	อำเภอซำสูง	ขอนแก่น
25	อำเภอน้ำพอง	ขอนแก่น
26	อำเภอโนนศิลา	ขอนแก่น
27	อำเภอบ้านไผ่	ขอนแก่น

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

28	อำเภอบ้านฝาง	ขอนแก่น
29	อำเภอบ้านแฮด	ขอนแก่น
30	อำเภอเปือยน้อย	ขอนแก่น
31	อำเภอพระยืน	ขอนแก่น
32	อำเภอพล	ขอนแก่น
33	อำเภอภูผาม่าน	ขอนแก่น
34	อำเภอภูเวียง	ขอนแก่น
35	อำเภอมัญจาคีรี	ขอนแก่น
36	อำเภอเมืองขอนแก่น	ขอนแก่น
37	อำเภอเวียงเก่า	ขอนแก่น
38	อำเภอแวงน้อย	ขอนแก่น
39	อำเภอแวงใหญ่	ขอนแก่น
40	อำเภอสีชมพู	ขอนแก่น
41	อำเภอหนองนาคำ	ขอนแก่น
42	อำเภอหนองเรือ	ขอนแก่น
43	อำเภอหนองสองห้อง	ขอนแก่น
44	อำเภออุบลรัตน์	ขอนแก่น
45	อำเภอเกษตรสมบูรณ์	ชัยภูมิ
46	อำเภอแก้งคร้อ	ชัยภูมิ
47	อำเภอคอนสวรรค์	ชัยภูมิ
48	อำเภอคอนสาร	ชัยภูมิ
49	อำเภอจัตุรัส	ชัยภูมิ
50	อำเภอซับใหญ่	ชัยภูมิ
51	อำเภอเทพสถิต	ชัยภูมิ
52	อำเภอเนินสง่า	ชัยภูมิ
53	อำเภอบ้านเขว้า	ชัยภูมิ
54	อำเภอบ้านแท่น	ชัยภูมิ
55	อำเภอบำเหน็จณรงค์	ชัยภูมิ
56	อำเภอกำกาศชุมพล	ชัยภูมิ
57	อำเภอภูเขียว	ชัยภูมิ
58	อำเภอเมืองชัยภูมิ	ชัยภูมิ
59	อำเภอหนองบัวแดง	ชัยภูมิ
60	อำเภอหนองบัวระเหว	ชัยภูมิ
61	อำเภอท่าอุเทน	นครพนม

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

62	อำเภอธาตุพนม	นครพนม
63	อำเภอนาแก	นครพนม
64	อำเภอนาทม	นครพนม
65	อำเภอนาหว้า	นครพนม
66	อำเภอบ้านแพง	นครพนม
67	อำเภอปลาปาก	นครพนม
68	อำเภอโพนสวรรค์	นครพนม
69	อำเภอเมืองนครพนม	นครพนม
70	อำเภอเรณูนคร	นครพนม
71	อำเภอวังยาง	นครพนม
72	อำเภอศรีสงคราม	นครพนม
73	อำเภอแก้งสนามนาง	นครราชสีมา
74	อำเภอขามทะเลสอ	นครราชสีมา
75	อำเภอขามสะแกแสง	นครราชสีมา
76	อำเภอดง	นครราชสีมา
77	อำเภอครบุรี	นครราชสีมา
78	อำเภอจักราช	นครราชสีมา
79	อำเภอเฉลิมพระเกียรติ	นครราชสีมา
80	อำเภอชุมพวง	นครราชสีมา
81	อำเภอโชคชัย	นครราชสีมา
82	อำเภอด่านขุนทด	นครราชสีมา
83	อำเภอเทพารักษ์	นครราชสีมา
84	อำเภอโนนแดง	นครราชสีมา
85	อำเภอโนนไทย	นครราชสีมา
86	อำเภอโนนสูง	นครราชสีมา
87	อำเภอบัวลาย	นครราชสีมา
88	อำเภอบัวใหญ่	นครราชสีมา
89	อำเภอบ้านเหลื่อม	นครราชสีมา
90	อำเภอประทาย	นครราชสีมา
91	อำเภอปักธงชัย	นครราชสีมา
92	อำเภอปากช่อง	นครราชสีมา
93	อำเภอพระทองคำ	นครราชสีมา
94	อำเภอพิมาย	นครราชสีมา
95	อำเภอเมืองนครราชสีมา	นครราชสีมา

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

96	อำเภอเมืองยาง	นครราชสีมา
97	อำเภอลำทะเมนชัย	นครราชสีมา
98	อำเภอวังน้ำเขียว	นครราชสีมา
99	อำเภอสีคิ้ว	นครราชสีมา
100	อำเภอสีดา	นครราชสีมา
101	อำเภอสูงเนิน	นครราชสีมา
102	อำเภอเสิงสาง	นครราชสีมา
103	อำเภอหนองบุญมาก	นครราชสีมา
104	อำเภอห้วยแถลง	นครราชสีมา
105	อำเภอเสกา	บึงกาฬ
106	อำเภอโซ่พิสัย	บึงกาฬ
107	อำเภอบึงโขงหลง	บึงกาฬ
108	อำเภอบุ่งคล้า	บึงกาฬ
109	อำเภอปากคาด	บึงกาฬ
110	อำเภอพรเจริญ	บึงกาฬ
111	อำเภอเมืองบึงกาฬ	บึงกาฬ
112	อำเภอศรีวิไล	บึงกาฬ
113	อำเภอกระสัง	บุรีรัมย์
114	อำเภอคูเมือง	บุรีรัมย์
115	อำเภอแคนดง	บุรีรัมย์
116	อำเภอเฉลิมพระเกียรติ	บุรีรัมย์
117	อำเภอขำนิ	บุรีรัมย์
118	อำเภอนางรอง	บุรีรัมย์
119	อำเภอนาโพธิ์	บุรีรัมย์
120	อำเภอโนนดินแดง	บุรีรัมย์
121	อำเภอโนนสุวรรณ	บุรีรัมย์
122	อำเภอบ้านกรวด	บุรีรัมย์
123	อำเภอบ้านด่าน	บุรีรัมย์
124	อำเภอบ้านใหม่ไชยพจน์	บุรีรัมย์
125	อำเภอประโคนชัย	บุรีรัมย์
126	อำเภอปะคำ	บุรีรัมย์
127	อำเภอพลับพลาชัย	บุรีรัมย์
128	อำเภอพุทไธสง	บุรีรัมย์
129	อำเภอเมืองบุรีรัมย์	บุรีรัมย์

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

130	อำเภอละหานทราย	บุรีรัมย์
131	อำเภอลำปลายมาศ	บุรีรัมย์
132	อำเภอสตึก	บุรีรัมย์
133	อำเภอหนองกี่	บุรีรัมย์
134	อำเภอหนองหงส์	บุรีรัมย์
135	อำเภอห้วยราช	บุรีรัมย์
136	อำเภอกันทรวิชัย	มหาสารคาม
137	อำเภอกุดรัง	มหาสารคาม
138	อำเภอแกดำ	มหาสารคาม
139	อำเภอโกสุมพิสัย	มหาสารคาม
140	อำเภอชื่นชม	มหาสารคาม
141	อำเภอเชียงยืน	มหาสารคาม
142	อำเภอนาเชือก	มหาสารคาม
143	อำเภอนาดูน	มหาสารคาม
144	อำเภอบรบือ	มหาสารคาม
145	อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย	มหาสารคาม
146	อำเภอเมืองมหาสารคาม	มหาสารคาม
147	อำเภอยางสีสุราช	มหาสารคาม
148	อำเภอวาปีปทุม	มหาสารคาม
149	อำเภอคำชะอี	มุกดาหาร
150	อำเภอดงหลวง	มุกดาหาร
151	อำเภอดอนตาล	มุกดาหาร
152	อำเภอนิคมน้ำอ้อย	มุกดาหาร
153	อำเภอเมืองมุกดาหาร	มุกดาหาร
154	อำเภอหนองสูง	มุกดาหาร
155	อำเภอหว้านใหญ่	มุกดาหาร
156	อำเภอกุดชุม	ยโสธร
157	อำเภอค้อวัง	ยโสธร
158	อำเภอคำเขื่อนแก้ว	ยโสธร
159	อำเภอทรายมูล	ยโสธร
160	อำเภอไทยเจริญ	ยโสธร
161	อำเภอป่าติ้ว	ยโสธร
162	อำเภอมหาชนะชัย	ยโสธร
163	อำเภอเมืองยโสธร	ยโสธร

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

164	อำเภอเลิงนกทา	ยโสธร
165	อำเภอเกษตรวิสัย	ร้อยเอ็ด
166	อำเภอจตุรพักตรพิมาน	ร้อยเอ็ด
167	อำเภอจังหาร	ร้อยเอ็ด
168	อำเภอเชียงขวัญ	ร้อยเอ็ด
169	อำเภอทุ่งเขาหลวง	ร้อยเอ็ด
170	อำเภอธวัชบุรี	ร้อยเอ็ด
171	อำเภอปทุมรัตต์	ร้อยเอ็ด
172	อำเภอพนมไพร	ร้อยเอ็ด
173	อำเภอโพธิ์ชัย	ร้อยเอ็ด
174	อำเภอพนทราย	ร้อยเอ็ด
175	อำเภอพนทอง	ร้อยเอ็ด
176	อำเภอเมยวดี	ร้อยเอ็ด
177	อำเภอเมืองร้อยเอ็ด	ร้อยเอ็ด
178	อำเภอเมืองสรวง	ร้อยเอ็ด
179	อำเภอศรีสมเด็จ	ร้อยเอ็ด
180	อำเภอสุวรรณภูมิ	ร้อยเอ็ด
181	อำเภอเสลภูมิ	ร้อยเอ็ด
182	อำเภอหนองพอก	ร้อยเอ็ด
183	อำเภอหนองฮี	ร้อยเอ็ด
184	อำเภออาจสามารถ	ร้อยเอ็ด
185	อำเภอเขียงคาน	เลย
186	อำเภอด่านซ้าย	เลย
187	อำเภอท่าลี่	เลย
188	อำเภอนาดั้ง	เลย
189	อำเภอนาแห้ว	เลย
190	อำเภอปากชม	เลย
191	อำเภอผาขาว	เลย
192	อำเภอภูกระดึง	เลย
193	อำเภอภูเรือ	เลย
194	อำเภอภูหลวง	เลย
195	อำเภอเมืองเลย	เลย
196	อำเภอวังสะพุง	เลย
197	อำเภอหนองหิน	เลย

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

198	อำเภอเอราวัณ	เลย
199	อำเภอกันทรลักษ์	ศรีสะเกษ
200	อำเภอกันทรารมย์	ศรีสะเกษ
201	อำเภอขุขันธ์	ศรีสะเกษ
202	อำเภอขุนหาญ	ศรีสะเกษ
203	อำเภอน้ำเกลี้ยง	ศรีสะเกษ
204	อำเภอโนนคูณ	ศรีสะเกษ
205	อำเภอบึงบูรพ์	ศรีสะเกษ
206	อำเภอเบญจลักษ์	ศรีสะเกษ
207	อำเภอปรางค์กู่	ศรีสะเกษ
208	อำเภอพยุห์	ศรีสะเกษ
209	อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ	ศรีสะเกษ
210	อำเภอไพรบึง	ศรีสะเกษ
211	อำเภอภูสิงห์	ศรีสะเกษ
212	อำเภอเมืองจันทร์	ศรีสะเกษ
213	อำเภอเมืองศรีสะเกษ	ศรีสะเกษ
214	อำเภอยางชุมน้อย	ศรีสะเกษ
215	อำเภอราชไศล	ศรีสะเกษ
216	อำเภอวังหิน	ศรีสะเกษ
217	อำเภอศรีรัตนะ	ศรีสะเกษ
218	อำเภอศิลาลาด	ศรีสะเกษ
219	อำเภอห้วยทับทัน	ศรีสะเกษ
220	อำเภออุทุมพรพิสัย	ศรีสะเกษ
221	อำเภอกุดบาก	สกลนคร
222	อำเภอกุสุมาลย์	สกลนคร
223	อำเภอคำตากล้า	สกลนคร
224	อำเภอโคกศรีสุพรรณ	สกลนคร
225	อำเภอเจริญศิลป์	สกลนคร
226	อำเภอเต่างอย	สกลนคร
227	อำเภอนิคมน้ำอูน	สกลนคร
228	อำเภอบ้านม่วง	สกลนคร
229	อำเภอพรรณานิคม	สกลนคร
230	อำเภอพังโคน	สกลนคร
231	อำเภอโพนนาแก้ว	สกลนคร

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

232	อำเภอภูพาน	สกลนคร
233	อำเภอเมืองสกลนคร	สกลนคร
234	อำเภอวานรนิวาส	สกลนคร
235	อำเภวาริชภูมิ	สกลนคร
236	อำเภอสว่างแดนดิน	สกลนคร
237	อำเภอส่องดาว	สกลนคร
238	อำเภออากาศอำนวย	สกลนคร
239	อำเภอกาบเชิง	สุรินทร์
240	อำเภอเขวาสินรินทร์	สุรินทร์
241	อำเภอจอมพระ	สุรินทร์
242	อำเภอชุมพลบุรี	สุรินทร์
243	อำเภอท่าตูม	สุรินทร์
244	อำเภอโนนนารายณ์	สุรินทร์
245	อำเภอบัวเขต	สุรินทร์
246	อำเภอปราสาท	สุรินทร์
247	อำเภอพนมดงรัก	สุรินทร์
248	อำเภอเมืองสุรินทร์	สุรินทร์
249	อำเภอรัตนบุรี	สุรินทร์
250	อำเภอลำดวน	สุรินทร์
251	อำเภอศรีณรงค์	สุรินทร์
252	อำเภอศีขรภูมิ	สุรินทร์
253	อำเภอสนม	สุรินทร์
254	อำเภอสังขะ	สุรินทร์
255	อำเภอสำโรงทาบ	สุรินทร์
256	อำเภอท่าบ่อ	หนองคาย
257	อำเภอเฝ้าไร่	หนองคาย
258	อำเภอโพธิ์ตาก	หนองคาย
259	อำเภอโพนพิสัย	หนองคาย
260	อำเภอเมืองหนองคาย	หนองคาย
261	อำเภอรัตนวาปี	หนองคาย
262	อำเภอศรีเชียงใหม่	หนองคาย
263	อำเภอสระใคร	หนองคาย
264	อำเภอสังคม	หนองคาย
265	อำเภอนากลาง	หนองบัวลำภู

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

266	อำเภอนาวัง	หนองบัวลำภู
267	อำเภอโนนสัง	หนองบัวลำภู
268	อำเภอเมืองหนองบัวลำภู	หนองบัวลำภู
269	อำเภอศรีบุญเรือง	หนองบัวลำภู
270	อำเภอสวรรณคูหา	หนองบัวลำภู
271	อำเภอขามเฒ่า	อำนาจเจริญ
272	อำเภอปทุมราชวงศา	อำนาจเจริญ
273	อำเภอพนา	อำนาจเจริญ
274	อำเภอเมืองอำนาจเจริญ	อำนาจเจริญ
275	อำเภอลืออำนาจ	อำนาจเจริญ
276	อำเภอเสนางคนิคม	อำนาจเจริญ
277	อำเภอหัวตะพาน	อำนาจเจริญ
278	อำเภอกุดจับ	อุดรธานี
279	อำเภอกุมภวาปี	อุดรธานี
280	อำเภอกู่แก้ว	อุดรธานี
281	อำเภอไชยวาน	อุดรธานี
282	อำเภอทุ่งฝน	อุดรธานี
283	อำเภอนายูง	อุดรธานี
284	อำเภอน้ำโสม	อุดรธานี
285	อำเภอโนนสะอาด	อุดรธานี
286	อำเภอบ้านดุง	อุดรธานี
287	อำเภอบ้านฝาง	อุดรธานี
288	อำเภอประจักษ์ศิลปาคม	อุดรธานี
289	อำเภอพิบูลย์รักษ์	อุดรธานี
290	อำเภอเพ็ญ	อุดรธานี
291	อำเภอเมืองอุดรธานี	อุดรธานี
292	อำเภอวังสามหมอ	อุดรธานี
293	อำเภอศรีธาตุ	อุดรธานี
294	อำเภอสร้างคอม	อุดรธานี
295	อำเภอหนองวัวซอ	อุดรธานี
296	อำเภอหนองแสง	อุดรธานี
297	อำเภอหนองหาน	อุดรธานี
298	อำเภอกุดข้าวปุ้น	อุบลราชธานี
299	อำเภอเขมราฐ	อุบลราชธานี

ภาคอีสาน (เก็บข้อมูลจากนายอำเภอหรือปลัดอำเภอ อำเภอละ 1 คน ได้ 322 คน) (ต่อ)

300	อำเภอเชียงใน	อุบลราชธานี
301	อำเภอโขงเจียม	อุบลราชธานี
302	อำเภอดอนมดแดง	อุบลราชธานี
303	อำเภอเดชอุดม	อุบลราชธานี
304	อำเภอตระการพืชผล	อุบลราชธานี
305	อำเภอตาลสุม	อุบลราชธานี
306	อำเภอทุ่งศรีอุดม	อุบลราชธานี
307	อำเภอนาจะหลวย	อุบลราชธานี
308	อำเภอนาตาล	อุบลราชธานี
309	อำเภอนาเยีย	อุบลราชธานี
310	อำเภอน้ำขุ่น	อุบลราชธานี
311	อำเภอน้ำยืน	อุบลราชธานี
312	อำเภอบุณฑริก	อุบลราชธานี
313	อำเภอพิบูลมังสาหาร	อุบลราชธานี
314	อำเภอโพธิ์ไทร	อุบลราชธานี
315	อำเภอม่วงสามสิบ	อุบลราชธานี
316	อำเภอเมืองอุบลราชธานี	อุบลราชธานี
317	อำเภวารินชำราบ	อุบลราชธานี
318	อำเภอศรีเมืองใหม่	อุบลราชธานี
319	อำเภอสว่างวีระวงศ์	อุบลราชธานี
320	อำเภอสำโรง	อุบลราชธานี
321	อำเภอสรินธร	อุบลราชธานี
322	อำเภอเหล่าเสือโก้ก	อุบลราชธานี

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ นายสันติ ป่าหวาย
วัน เดือน ปีเกิด 23 พฤษภาคม 2509

การศึกษา

ประถมศึกษา	ร.ร.วัดหนองเมือง
มัธยมศึกษา	โรงเรียนบ้านหมี่วิทยา
ปกศ.สูง พลศึกษา	วิทยาลัยพลศึกษาสุพรรณบุรี
ปริญญาตรี พลศึกษา	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว.พลศึกษา)
ปริญญาโท บริหารการศึกษา	มหาวิทยาลัยบูรพา
ปริญญาเอก การจัดการ	มหาวิทยาลัยนอร์ท กรุงเทพฯ



ประวัติการทำงานโดยย่อ

ข้าราชการครู สำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี
นักประชาสัมพันธ์ สำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสระแก้ว
เจ้าหน้าที่พลศึกษา กรมพลศึกษา
ผู้อำนวยการศูนย์พลศึกษาและกีฬา จังหวัดสระแก้ว
ผู้อำนวยการศูนย์ท่องเที่ยว กีฬาและนันทนาการ จังหวัดน่าน
ท่องเที่ยวและกีฬา จังหวัดตรัง
ท่องเที่ยวและกีฬา จังหวัดภูเก็ต
ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาบุคลากร การพลศึกษาและกีฬา กรมพลศึกษา
รองอธิบดีกรมการท่องเที่ยว
รองปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
อธิบดีกรมพลศึกษา

ตำแหน่งปัจจุบัน ผู้ตรวจราชการกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

สรุปย่อ

ลักษณะวิชา สังคมจิตวิทยา

เรื่อง แนวทางการบริหารการจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

ผู้วิจัย นายสันติ ป่าหวาย

หลักสูตร วปอ. รุ่นที่ 62

ตำแหน่ง ผู้ตรวจราชการกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การจะพัฒนาประเทศชาติให้เจริญได้ประชากรในประเทศต้องมีความสมบูรณ์ ทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ รัฐบาลจึงเล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นบุคลากรด้านการออกกำลังกายและกีฬาให้มีคุณภาพหรือการให้ความรู้ความเข้าใจแก่ประชาชนทั่วไปเกี่ยวกับความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นสิ่งจำเป็นที่จะทำให้ประชากรไทยมีค่านิยมการออกกำลังกาย และมีความสนใจเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์แข็งแรงเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติได้ต่อไปดังนั้นแล้ว การมีสุขภาพที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์โดยการพัฒนาคุณภาพประชากรในประเทศให้เป็นผู้มีคุณภาพ ประชากรจะต้องมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นกลวิธีหนึ่งที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพดีโดยที่พฤติกรรมการออกกำลังกายจะช่วยส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค รัฐบาลไทยได้เล็งเห็นความสำคัญของการกีฬา และออกกำลังกายที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพของทรัพยากรบุคคลของประเทศทั้งในด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตการสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพที่ดี ปลูกฝังความมีน้ำใจนักกีฬาให้เป็นค่านิยม ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ (ฉบับที่ 6) ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักด้านการออกกำลังกายและการกีฬาระดับพื้นฐานเพื่อให้เด็กและเยาวชนทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษา ได้รับการศึกษาด้านพลศึกษาที่มีคุณภาพและ ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกายและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการกีฬาเสริมสร้างการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย ยุทธศาสตร์นี้ถือว่ามีความสำคัญสำหรับประชาชนทั่วไป ทั้งนี้ เพราะการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาจะทำให้สุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ลดปัญหาสังคม สามารถใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหายาเสพติดและอบายมุข โดยมีการสร้างโอกาสการเข้าถึงกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา และมีการจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐานและสิ่งอำนวยความสะดวก แก่ประชาชนทุกกลุ่มอย่างทั่วถึง รวมไปถึงการส่งเสริมให้ประชาชนมีจิตสาธารณะ และพัฒนาระบบอาสาสมัครการกีฬาอย่างทั่วถึงจากครูพลศึกษาที่มีคุณภาพและจำนวนเพียงพอต่อความต้องการ มีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาขั้นพื้นฐานได้อย่างถูกต้อง รู้กฎและกติกา มารยาท รวมถึงสอดคล้องกับยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (ฉบับที่ 4) ยุทธศาสตร์ที่ 3 การส่งเสริมสนับสนุนการออกกำลังกายกีฬาขั้นพื้นฐานและกีฬามวลชน เพื่อต้องการเข้ามายกระดับกีฬาขั้นพื้นฐานและมวลชนของประเทศไทย

ซึ่งตัวชี้วัดหนึ่งคือการ เพิ่มจำนวนอาสาสมัครผู้นำออกกำลังกายให้ครบทุกหมู่บ้าน 78,086 แห่ง และหวังว่าจะมีคนที่สนใจหันมาออกกำลังกายเพิ่มขึ้น เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และลดปัญหาสังคม

ด้วยเหตุดังกล่าว ผู้วิจัยในฐานะผู้บริหารกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา จึงสนใจที่จะศึกษาแนวทางการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน เพื่อให้เป็นกลไกการขับเคลื่อนและตอบสนองการดำเนินงานตาม แผนยุทธศาสตร์ 20 ปี แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) แผนยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2560-2564) ให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลและหวังว่าจะมีประชาชนในประเทศ สนใจ ใส่ใจ การออกกำลังกายเพิ่มขึ้น และประชาชนมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และลดปัญหาสังคมด้วยการสร้างเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกายและสุขภาพใจ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้าง ทรัพยากรมนุษย์ของประเทศ โดยให้เจ้าหน้าที่พลศึกษา (จพล.) ซึ่งเป็นบุคลากรของกรมพลศึกษา เป็นอีกหนึ่งกลไกการขับเคลื่อนการทำงานอย่างมีระบบ แบบแผน การประสานงานกับทุกองค์กร ประชาชน ชุมชน ด้านองค์ความรู้ ความทุ่มเท การเสียสละเวลาความรับผิดชอบ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การแก้ปัญหาต่าง ด้านบุคลิกภาพ ให้เป็นไปตามแนวทางของผลการศึกษาค้นคว้า

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาแนวคิด/หลักการระดับยุทธศาสตร์/การบริหารจัดการ เฉพาะหลักการหรือการกำหนดแนวทางที่สามารถดำเนินการเท่านั้น โดยเน้นการศึกษาวิเคราะห์ กระบวนการบริหารจัดการ และรูปแบบการกำหนดยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี และแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564) แผนยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2560-2564)

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการตาม ขั้นตอนดังนี้ คือ กำหนดประชากรที่ใช้ในการวิจัย (นายอำเภอ หรือปลัดอำเภอทุกจังหวัดในประเทศไทย) และสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) (นายอำเภอ หรือปลัดอำเภอ แบ่งเป็น 4 ภูมิภาค ได้แก่ ภาคเหนือ, ภาคกลาง, ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้ รวมทั้งสิ้น 76 จังหวัด 878 อำเภอ) โดยเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคม 2562 ถึง พฤษภาคม 2563 ด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยที่เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีทั้งหมด 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Checklist) เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล ช่วงเวลาที่ประชาชนออกกำลังกายในเขตอำเภอของทุกภาค ชนิดของกิจกรรมที่ประชาชนออกกำลังกาย เป็นประจำของทุกภาค และปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบของทุกภาค 4 ด้าน คือ ด้านสนามกีฬา ด้านวัสดุอุปกรณ์การออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้านการได้รับการ สนับสนุน และด้านบุคลากร ผลที่ได้จากแบบสอบถาม ตอนที่ 1 จะนำมาหาค่าร้อยละพร้อมนำเสนอ ในรูปแบบตาราง/แผนภูมิประกอบความเรียง เพื่ออธิบายการแจกแจงความถี่ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม

ช่วงเวลาที่ประชาชนออกกำลังกาย ชนิดของกิจกรรมที่ประชาชนออกกำลังกาย และปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชน ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating scales) ตามวิธีของลิเคิร์ต (Likert's Scales) เกี่ยวกับการสำรวจความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอ โดยแบ่งเป็น 4 ด้าน คือ ด้านการให้บริการด้านการประสานงาน ด้านการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา และด้านการปฏิบัติงาน ผลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 จะนำมาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพร้อมนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียงเพื่ออธิบายระดับความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอของทุกภาค โดยกำหนดระดับความพึงพอใจ 5 ระดับ (5-4-3-2-1 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด-มาก-ปานกลาง-น้อย-น้อยที่สุด ตามลำดับ) ตอนที่ 3 แบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นปลายเปิด (Open Ended) เกี่ยวกับความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพฤติกรรมความต้องการ และความคาดหวังเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายของประชาชนที่มีต่อแนวทางการบริหารการจัดการด้าน การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน ผลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 3 ซึ่งเป็นแบบสอบถามข้อเสนอแนะอื่นๆและความคิดเห็นเพิ่มเติมมาวิเคราะห์คำตอบจากแบบสอบถามปลายเปิด โดยการสังเคราะห์จัดหมวดหมู่ลำดับของคำตอบและนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง เมื่อได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาตรวจสอบความสมบูรณ์จากนั้นนำมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยทำการตรวจสอบข้อมูล (editing) ลงรหัส (coding) และประมวลผลโดยใช้การวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) ได้แก่ ร้อยละ (Percentage), ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation : SD)

ผลการวิจัย

ผู้ตอบแบบสอบถามในครั้งนี้เป็น ส่วนมากเป็น “เพศชาย” มีประสบการณ์ทำงาน “1-10 ปี” โดยดำรงตำแหน่งเป็น “ปลัดอำเภอ” ได้กรอกข้อมูลเกี่ยวกับประชาชนออกกำลังกาย ช่วงเวลาที่นิยมออกกำลังกาย คือ “16.00-19.00 น.” ชนิดของกิจกรรมการออกกำลังกายที่นิยมในทุกภาค คือ “กิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ” เป็นการออกกำลังกายที่สามารถกระทำได้โดยไม่ต้องมีอุปกรณ์ช่วยและสามารถออกกำลังกายได้ในทุกเพศ ทุกวัย

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอที่รับผิดชอบในด้านสนามกีฬาที่ได้มาตรฐานของทุกภาค คือ “สนามฟุตบอล” ด้านวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอของทุกภาค คือ “กีฬาเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ” ด้านหน่วยงานที่สนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เพียงพอของทุกภาค คือ “เทศบาล” ด้านบุคลากรด้านออกกำลังกายที่เพียงพอของทุกภาค “กีฬาฟุตบอล” ระดับความพึงพอใจที่มีต่อเจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอของทุกภาค ไม่ว่าจะเป็นการให้บริการ การประสานงาน การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา และการปฏิบัติงาน มีความพึงพอใจอยู่ในระดับ “มาก”

ความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมและโครงการโดยรวมมีผู้ให้ข้อเสนอในด้านการจัดสรรงบประมาณลงไปในพื้นที่เพื่อให้สามารถดำเนินการจัดกิจกรรมได้ตั้งนั้นจึงควรทำการสำรวจความต้องการจุดแข็งจุดอ่อนของคนในพื้นที่นั้นก่อนเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์มากที่สุด ประเด็นอุปกรณ์กีฬาและสถานออกกำลังกาย พบว่า ยังขาดอุปกรณ์กีฬาต่างๆ ที่ได้รับความนิยมในพื้นที่นั้นๆ อยู่มากและควร

จัดสรรงบประมาณในการจัดซื้ออุปกรณ์การออกกำลังกายและเล่นกีฬาให้เพียงพอและตรงตามความต้องการของประชาชนประเด็นเจ้าหน้าที่ พบว่า ควรเพิ่มบุคลากรผู้นำทางการกีฬาหรือออกกำลังกายมากขึ้นเพื่อให้คำปรึกษาและแนะนำการ ออกกำลังกาย เช่น ผู้นำเดินแอโรบิก ผู้นำลีลาศ ผู้นำไทเก๊ก และอื่นๆ ที่ในแต่ละพื้นที่ต้องการ ซึ่งในปัจจุบันมีไม่เพียงพอหรือบางแห่งนั้นไม่มีเลยและผู้นำกิจกรรมกีฬาที่ประชาชนต้องการมากคือ เช่น ฟุตบอล ตะกร้อ บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ควรจัดหาและบรรจุให้มีหรือมีการจัดจ้างวิทยากรดังกล่าวเพื่อสอนทักษะทางการกีฬา ระเบียบ กติกาที่ถูกถูกต้องเพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้แก่ประชาชนต่อไป ทั้งนี้ในส่วนของเจ้าหน้าที่พลศึกษาจำเป็นต้องมีประจำทุกอำเภอเพื่อติดต่อประสานงานการจัดกิจกรรม การประชาสัมพันธ์โครงการต่างๆ จากส่วนกลาง ประชาชนต้องการเห็นเจ้าหน้าที่พลศึกษาหรือผู้นำออกกำลังกายในแต่ละอำเภอมีความกระตือรือร้นในการทำงานและจัดกิจกรรมการออกกำลังกายต่างๆ เพิ่มมากขึ้น และทำงานเชิงรุกเพิ่มมากขึ้น ใส่ใจประชาชนในท้องถิ่นและให้ความรู้ด้านออกกำลังกายมากกว่าที่เป็นอยู่การประสานงานพบว่า ในปัจจุบันมีการประสานงานด้านกิจกรรมการออกกำลังกายต่างๆ ล่าช้าและไม่เป็นไปตามวันเวลาและแผนงานใช้ระยะเวลานานในการประสานงานกับหน่วยงานภาครัฐและเอกชนต่างๆ ในการดำเนินการจัดกิจกรรมการให้บริการ พบว่าประชาชนมีความคาดหวังในการรับบริการจากเจ้าหน้าที่มากแต่ได้รับการตอบรับน้อย และเห็นควรให้มีใจบริการมากกว่าเดิมและสุดท้ายประเด็นอื่นๆพบว่า มีการเสนอขอการฝึกอบรมให้ความรู้แก่อาสาสมัครกีฬาและผู้นำการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น เพื่อนำไปต่อยอดเป็นผู้ช่วยเจ้าหน้าที่พลศึกษาได้ในพื้นที่ลดปัญหาเรื่องการขาดแคลนผู้นำทางการกีฬารวมถึงการเพิ่มช่องทางในการติดต่อสื่อสารประชาสัมพันธ์การเสนอแนะแนวคิด หรือปรับปรุงการให้บริการ

จากการวิจัยพบว่า ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกายคือ ความต่อเนื่องและมั่นคงของการสนับสนุนให้มีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิต ซึ่งพบได้ว่า บางปีหน่วยงานภาครัฐเอกชนหรือที่เกี่ยวข้อง ไม่สนับสนุนกิจกรรมที่มีอยู่เดิมและทำให้ขาดช่วงไป ทำให้ประชาชนที่มีการเตรียมความพร้อมไว้แล้ว เกิดการหยุดชะงักและไม่ให้ความสำคัญอีกต่อไป เพราะความไม่แน่นอนของการสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง รัฐหรือเอกชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการสนับสนุนอย่างต่อเนื่องไม่ว่าจะเป็นด้านบุคลากรผู้นำออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬา สนามกีฬา งบประมาณ ถึงแม้ว่าจะไม่มากก็ตามแต่ควรมีความต่อเนื่องและยั่งยืน เพื่อให้ทุกคนมีความพร้อมในการเข้าร่วมในแต่ละปีและเกิดการตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการออกกำลังกายต่อไปในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรมีนโยบายการบริหารจัดการเกี่ยวกับภารกิจที่ดำเนินการ อยู่อย่างครบวงจร เพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน
2. หน่วยงานภาครัฐที่เป็นระดับนโยบายควรมีการบูรณาการ การทำงานอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะในด้าน การประสานงาน

3. ควรมีแผนงานและการจัดสรรงบประมาณที่ต่อเนื่องเป็นประจำทุกปีในการดำเนินกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มีทิศทางแน่นอนและเป็นรูปธรรม

4. ควรมีการพัฒนาบุคลากรทางด้านการออกกำลังกายเล่นกีฬาที่มีความรู้ให้เพียงพอประจำหมู่บ้านหรือชุมชน

5. ควรส่งเสริมชนิดกีฬาหรือกิจกรรมการออกกำลังกายที่โดดเด่นในแต่ละท้องถิ่นเพื่อให้ไปสู่การท่องเที่ยวชุมชน

6. มีบุคลากรเกี่ยวกับการบริหารจัดการที่มีความสามารถ ในการจัดเก็บข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูลจากปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในพื้นที่ ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

7. ควรมีการบริหารจัดการเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ เครื่องมือการออกกำลังกาย รวมถึงงบประมาณให้เกิดความคุ้มค่า

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. ระยะสั้น : หน่วยงานภาครัฐควรมีการจัดตั้งคณะกรรมการหรือคณะทำงานเพื่อนโยบายหรือแผนงานได้ดำเนินการอย่างเป็นรูปธรรม ในการบริหารจัดการและบูรณาการ โดยเน้นด้านการประสานงานเพื่อลดขั้นตอน การทำงาน

2. ระยะกลาง : ศึกษาค้นคว้าการวิจัยในการแก้ไขปัญหา ได้แก่

2.1 ปัญหาการบริหารจัดการเกี่ยวกับสนามกีฬา สถานที่ อุปกรณ์ เครื่องมือการออกกำลังกาย รวมถึงงบประมาณ ให้เกิดความคุ้มค่าที่ ดำเนินการอยู่อย่างครบวงจร

2.2 ปัญหาการขาดแคลนบุคลากรด้านการออกกำลังกาย ที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะทาง

2.3 ปัญหาขาดการวางแผนและขั้นตอน แนวทางแนวปฏิบัติ ของการจัดสรรและการใช้งบประมาณ

3. ระยะยาว : รัฐบาลต้องจัดตั้งหน่วยงานระดับนโยบายจนถึงหน่วยปฏิบัติที่มีสิทธิในการกำหนดหน้าที่รับผิดชอบอย่างชัดเจนโดยไม่ปฏิบัติหน้าที่ซ้ำซ้อนและสามารถมีกำหนดตัวชี้วัดการวัดประเมินหรือในการแจ้งเตือนปัญหา ที่เกิดขึ้นอย่างมีระบบ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเพื่อการต่อยอดแนวทางการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ชาติ ในด้านอื่นเพื่อส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

2. ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณให้เป็นการศึกษาวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods) เพื่อเป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ ซึ่งเป็นจุดแข็งของงานวิจัยเชิงปริมาณ

3. ควรมีการนำข้อมูลจากการทำงานเปรียบเทียบหรือทดลองเพื่อทดสอบตัวแปรให้ทราบสาเหตุปัญหา ด้วยหลักฐานทางข้อมูลเชิงประจักษ์หรือ ทำการวิจัยเชิงพัฒนาการต่อไป