

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการศึกษาเปรียบเทียบผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาที่มีผลต่อความแม่นยำในการยิงประตู ณ จุดเตะโทษของนักกีฬาฟุตบอลอายุระหว่าง 10 - 12 ปี ของโรงเรียนบ้านบ่อหิน อำเภอคอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ ก่อนและหลังโปรแกรมการฝึกเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ และนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS และนำเสนอข้อมูลในรูปแบบตารางพร้อมคำอธิบายเป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงอายุ น้ำหนัก และส่วนสูงของนักกีฬาทั้งสองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	อายุ (ปี)		น้ำหนัก (ก.ก.)		ส่วนสูง (ซ.ม.)	
	Mean	S.D.	Mean	S.D.	Mean	S.D.
กลุ่มทดลอง	10.93	0.88	38.60	6.92	143.40	7.53
กลุ่มควบคุม	11.00	0.84	38.26	5.78	142.33	7.23

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 10.93 ปี น้ำหนักเฉลี่ย 38.60 กิโลกรัม และส่วนสูงเฉลี่ย 143.40 เซนติเมตร ส่วนกลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 11.00 ปี น้ำหนักเฉลี่ย 38.26 กิโลกรัม และส่วนสูงเฉลี่ย 142.33 เซนติเมตร

ตารางที่ 2

เปรียบเทียบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขา ก่อนและหลังการฝึกโดยวิธี Leg Dynamometer

กลุ่ม	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก		ผลต่าง ค่าเฉลี่ย	Sig.(2- tailed)
	Mean	S.D.	Mean	S.D.		
กลุ่มทดลอง	73.00	15.15	89.53	13.95	16.53*	.000
กลุ่มควบคุม	71.33	14.33	79.47	14.78	8.13*	.000

*Sig.(2-tailed) = .001

จากตารางที่ 2 หลังจากการฝึกนักกีฬาทั้งสองกลุ่มมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาเพิ่มขึ้น โดยกลุ่มทดลองมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาเพิ่มขึ้นเฉลี่ย 16.53 กิโลกรัม ส่วนกลุ่มควบคุมมีความแข็งแรงเพิ่มขึ้นเฉลี่ย 8.13 กิโลกรัม ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.001

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบความแม่นยำในการยิงประตู ณ จุดเตะโทษ

กลุ่ม	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก		ผลต่าง ค่าเฉลี่ย	Sig.(2- tailed)
	Mean	S.D.	Mean	S.D.		
กลุ่มทดลอง	45.00	9.06	54.67	10.08	9.67*	.000
กลุ่มควบคุม	45.33	9.53	46.67	10.63	1.33*	.104

* Sig.(2-tailed) = .000

จากตารางที่ 3 หลังจากการฝึกนักกีฬาทั้งสองกลุ่มมีความแม่นยำในการยิงประตู ณ จุดเตะโทษเพิ่มขึ้น โดยกลุ่มทดลองมีความแม่นยำเพิ่มขึ้นเฉลี่ย 9.67 คะแนน โดยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 ส่วนกลุ่มควบคุมมีความแม่นยำเพิ่มขึ้นเฉลี่ย 1.33 คะแนน ไม่มีความแตกต่างทางนัยสำคัญทางสถิติ