

ชื่อเรื่อง	การพัฒนารูปแบบการเตรียมความพร้อมนักมวยไทยสมัครเล่น สู่ความเป็นเลิศ ก่อนการแข่งขันไม่น้อยกว่า 18 วัน
ผู้วิจัย	นายพยุงศักดิ์ รักสตัย
ตำแหน่ง	ครูชำนาญการพิเศษ
ปีการศึกษา	2563

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อพัฒนาแบบการเตรียมความพร้อมนักมวยไทยสมัครเล่น สู่ความเป็นเลิศก่อนการแข่งขันไม่น้อยกว่า 18 วัน และ 2) เพื่อตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการเตรียมความพร้อมนักมวยไทยสมัครเล่น สู่ความเป็นเลิศก่อนการแข่งขันไม่น้อยกว่า 18 วัน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ หัวหน้าค่ายมวยในภาคอีสานที่มีชื่อเสียงระดับประเทศ จำนวน 10 คน และผู้เข้าร่วมประชุมสนทนา กลุ่ม เพื่อตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการเตรียมความพร้อมนักมวยไทยอาชีพ ก่อนการแข่งขันไม่น้อยกว่า 21 วัน จำนวน 12 คน ได้มาโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบ สัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย พบว่า

1. รูปแบบการเตรียมความพร้อมนักมวยไทยสมัครเล่น สู่ความเป็นเลิศก่อนการแข่งขันไม่น้อยกว่า 18 วัน ประกอบด้วยองค์ประกอบจำเป็น 5 ประการ ได้แก่ 1) การตรวจประเมินสภาพร่างกาย 2) การรักษาและฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ 3) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิต 4) การจัดการโภชนาการ 5) การตรวจประเมินสภาพร่างกาย การศึกษาขั้นเชิงของคู่ต่อสู้ และการเพิ่มเติมเทคนิคไม้ตาย
2. ผลการตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการเตรียมความพร้อมนักมวยไทยสมัครเล่น สู่ความเป็นเลิศ ก่อนการแข่งขันไม่น้อยกว่า 18 วัน พบว่า ประการที่ 1 การตรวจประเมินสภาพร่างกายของนักมวยหลังการแข่งขันมีความจำเป็นและมีประโยชน์มาก ประการที่ 2 ที่ 3 และที่ 4 ควรนำหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา มาจัดโปรแกรมการฟื้นฟูสภาพร่างกายโปรแกรมการฝึกซ้อมและการจัดการโภชนาการให้เหมาะสมกับนักมวยแต่ละคนไป ประการที่ 5 ผู้ฝึกสอนต้องวัดทักษะและทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสร้างความมั่นใจให้กับนักมวย ส่วนด้านจิตใจผู้ฝึกสอนต้องให้กำลังใจ โดยการพูดคุย หรือให้รางวัลตามความเหมาะสม และให้การดูแลนักมวยอย่างใกล้ชิด