



การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ



โดย
นายอัยรัตน์ แกสมาน

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา แบบ 2.1

ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา

มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2566

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศิลปากร

การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา แบบ 2.1

ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา

มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2566

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศิลปากร

THE DEVELOPMENT OF A FOOTBALL COMPETITION MANAGEMENT MODEL
TO PROMOTE THE HEALTH OF THE ELDERLY



By
MR. Iyarush KAESMAN

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for Doctor of Philosophy RECREATION TOURISM AND SPORT MANAGEMENT

Department of Education Foundations

Academic Year 2023

Copyright of Silpakorn University

หัวข้อ	การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ของผู้สูงอายุ
โดย	นายอัยรัตน์ แกสมาน
สาขาวิชา	การจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา แบบ 2.1
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก	อาจารย์ ดร. วิจิต อิมอาร์มย์
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	รองศาสตราจารย์ ดร. วรรณวีร์ บุญคุ้ม ศาสตราจารย์ ดร. คณิต เขียววิชัย

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ได้รับพิจารณาอนุมัติให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

.....คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(ศาสตราจารย์ ดร. คณิต เขียววิชัย)

พิจารณาเห็นชอบโดย

.....ประธานกรรมการ
(ศาสตราจารย์ กิตติคุณ ดร. สมบัติ กาญจนกิจ)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
(อาจารย์ ดร. วิจิต อิมอาร์มย์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(รองศาสตราจารย์ ดร. วรรณวีร์ บุญคุ้ม)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(ศาสตราจารย์ ดร. คณิต เขียววิชัย)

.....ผู้ทรงคุณวุฒิภายใน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โรม วงศ์ประเสริฐ)

630630046 : การจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา แบบ 2.1

คำสำคัญ : การพัฒนารูปแบบ, การจัดการแข่งขันฟุตบอล, การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

นาย อัยรัตน์ แกสमान: การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : อาจารย์ ดร. วิชิต อิมอารมย์

การวิจัยและพัฒนา (Research and Development) นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย 2) พัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย และ 3) ประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการตอบแบบสอบถาม และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) คือ ผู้ดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอล ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีม ผู้ตัดสิน โดยเป็นผู้เชี่ยวชาญทางด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 28 คน โดยใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 428 คน

ผลที่ได้จากการวิจัย สรุปได้ดังนี้

1) สภาพการณ์การแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุในประเทศไทย พบว่า ด้านกฎกติกาการแข่งขัน ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน และด้านการประชาสัมพันธ์ อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านการจัดการแข่งขัน ด้านรูปแบบการแข่งขัน ด้านระยะเวลาในการแข่งขัน และด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน อยู่ในระดับปานกลาง และสภาพความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุในประเทศไทย พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน

2) รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ คือ SONG GAME Model ประกอบไปด้วย 8 องค์ประกอบ ดังนี้ S: Spirit การมีน้ำใจ O: Organization management การบริหาร การจัดการ N: Network เครือข่ายพันธมิตร G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี G: Goal เป้าหมาย A: Age อายุ M: Motivation แรงจูงใจ E: Enjoyment ความสนุกสนาน

3) ผลการประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย SONG GAME Model พบว่า ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับฟุตบอลผู้สูงอายุ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทยได้อย่างเหมาะสม

630630046 : Major RECREATION TOURISM AND SPORT MANAGEMENT

Keyword : Development of Model, Football Management, Promote the Health of the Elderly

MR. Iyarush KAESMAN : The development of a football competition management model to promote the health of the elderly Thesis advisor : Vichit Imarom, Ph.D.

This Research and the Development of a football competition management model to promote the health of the elderly. The objectives were: 1) to study the conditions and needs for organizing football competitions to promote the health of the elderly in Thailand; 2) to develop the model for organizing football competitions to promote the health of the elderly in Thailand; and 3) to evaluate the model for organizing football competitions to promote the health of the elderly in Thailand. The sample of the study was 400 individuals selected using Simple Random Sampling to respond to questionnaires. Key respondents included football competition organizers, football sports experts, and football referees nationwide. Specifically, 28 experts in managing elderly football competitions were selected using Purposive Selection. The sample total of 428 people.

The results of the research can be summarized as follows:

1) Conditions of senior football competitions in Thailand found that the rules and regulations of the competition, participation in the competition, and public relations are at a high level. As for competition management, competition format, the duration of the competition, and the location for organizing the competition, they were at a moderate level. The demand for organizing senior football competitions in Thailand was founded at a high level in every aspect.

2) The format for organizing senior football competitions to promote the health of the elderly, by using the name SONG GAME Model, consisted of 8 elements as follows: S: Spirit, kindness O: Organization management.

3) The evaluation results of the format for organizing football competitions to promote the health of the elderly in Thailand, using the SONG GAME Model, found that the satisfaction level was high. This model could be applied to organize football competitions to promote the health of the elderly in Thailand.

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.วิจิต อิมอามรย์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลักและรองศาสตราจารย์ ดร.วรรณวีร์ บุญคุ้ม อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่ได้ให้คำปรึกษา แนะนำแนวทางตรวจสอบความถูกต้องให้ข้อเสนอแนะและให้กำลังใจตั้งแต่เริ่มดำเนินการจนกระทั่งวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ขอขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร. คณิต เขียววิชัย ที่กรุณาให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นอย่างยิ่ง

ขอขอบพระคุณ ศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.สมบัติ กาญจนกิจ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ศาสตราจารย์ ดร. คณิต เขียววิชัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โรม วงศ์ประเสริฐ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิวัฒน์ บุญสม กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ ที่ได้เสียสละเวลาให้คำแนะนำ ตรวจสอบและแก้ไขวิทยานิพนธ์ ตลอดจนให้ความเมตตาแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด และขอขอบพระคุณอาจารย์โครงการหลักสูตรปริญญาตรีบัณฑิตสาขาวิชาการจัดการนันทนาการ ท่องเที่ยวและกีฬาทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้อันถือเป็นพื้นฐานที่สำคัญยิ่งในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้เชี่ยวชาญที่เป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญ สโมสรกีฬาทีมกีฬาอาวุโส ผู้บริหาร ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน ผู้ช่วยผู้ฝึกสอนและหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัย ตลอดจน ผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ความอนุเคราะห์ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยตลอดจนให้ข้อเสนอแนะความคิดเห็นซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการทำงานวิจัยครั้งนี้ รวมทั้งขอขอบพระคุณเพื่อน พี่ น้อง คณาจารย์ และเจ้าหน้าที่สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬามหาวิทยาลัยศิลปากรทุกท่าน ที่คอยให้การสนับสนุนและให้กำลังใจในการทำวิจัยขึ้นนี้ด้วยดีเสมอมา

ขอขอบพระคุณครอบครัวที่คอยรับรู้ปัญหาและอุปสรรคทุกอย่าง เพื่อนร่วมงานและคอยแนะนำให้หาหนทางพยายาม ตลอดจนญาติพี่น้องทุกท่านที่ให้กำลังใจในการศึกษาวิจัยและสนับสนุนการทำวิจัยตลอดมา

คุณค่าและประโยชน์อันพึงได้รับ ซึ่งเป็นผลมาจากงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอมอบแต่ คุณพ่อ คุณแม่ ภรรยา บุตร ธิดา ครูอาจารย์ เพื่อนร่วมชั้นเรียนและผู้มีพระคุณทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องในความสำเร็จครั้งนี้

อัยร้สดี แกสमान

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	7
คำถามของการวิจัย.....	8
ขอบเขตการวิจัย.....	8
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	9
ประโยชน์ที่ได้รับ.....	10
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	12
1. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย.....	12
2. แนวคิดและทฤษฎีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย.....	28
3. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับการจัดการแข่งขันกีฬาของผู้สูงวัย.....	39
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบ.....	67
5. นโยบายภาครัฐบาลและแผนพัฒนากีฬาชาติ.....	80
6. บริบทของการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย.....	89
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	95

กรอบแนวคิดการวิจัย	103
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	104
ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาสภาพและความต้องการของการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ของผู้สูงวัยในประเทศไทย	104
ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยใน ประเทศไทย.....	107
ขั้นตอนที่ 3 การรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย โดยผู้มี ส่วนเกี่ยวข้องกับฟุตบอลของผู้สูงวัย	108
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	112
ตอนที่ 1 ผลการศึกษาสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้ สูงวัยในประเทศไทย	112
ตอนที่ 2 ผลการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย	145
ตอนที่ 3 ผลการรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย	156
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	160
สรุปผลการวิจัย.....	161
อภิปรายผลการวิจัย.....	164
ข้อเสนอแนะของการวิจัย.....	175
รายการอ้างอิง	177
ภาคผนวก.....	184
ภาคผนวก ก รายงานผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	185
ภาคผนวก ข หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	189
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	228
ภาคผนวก จ ผลการตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้องของเครื่องมือวิจัย.....	239
ประวัติผู้เขียน.....	249

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1	สรุปเปรียบเทียบแนวคิดและทฤษฎีการบริหารจัดการ.....	78
ตารางที่ 2	แสดงขั้นตอนการวิจัย.....	110
ตารางที่ 3	ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	134
ตารางที่ 4	แสดงค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล ของผู้สูงวัย	136
ตารางที่ 5	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลของ ผู้สูง วัย	137
ตารางที่ 6	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านกฎกติกาการแข่งขันฟุตบอลของ ผู้สูง วัย	138
ตารางที่ 7	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลของ ผู้สูง วัย	139
ตารางที่ 8	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านระยะเวลาในการแข่งขันฟุตบอลของ ผู้ สูงวัย	140
ตารางที่ 9	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขันฟุตบอล ของผู้สูงวัย	141
ตารางที่ 10	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของด้านการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ การ แข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย	141
ตารางที่ 11	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอล ของผู้สูงวัย	142
ตารางที่ 12	ค่าผลการประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมคุณภาพของผู้สูงวัยใน ประเทศไทย	153
ตารางที่ 13	ผลการประเมินรับรองความเหมาะสมของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริม สุขภาพของผู้สูงวัย โดยผู้เชี่ยวชาญ.....	157



สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 รูปแบบระบบที่มีลักษณะบางประการของระบบเปิด.....	71
ภาพที่ 2 ภาพการแข่งขันกีฬาอาวุโสแห่งชาติรอบคัดเลือก จังหวัดแม่ฮ่องสอน.....	91
ภาพที่ 3 ภาพการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสอมอลเทนชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย.....	93
ภาพที่ 4 ภาพการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสอมอลเทน ซีเนียร์ชิงแชมป์ประเทศไทย	93
ภาพที่ 5 ภาพการแข่งขันฟุตบอลฟุตบอลผู้สูงอายุชิงชนะเลิศประเทศไทย.....	94
ภาพที่ 6 กรอบแนวคิดการวิจัย	103
ภาพที่ 7 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 11 คน การกุศลหาเงินสมทบทุนช่วยเหลือเพื่อนนักฟุตบอล ที่ป่วยจากปัญหาสุขภาพ จัดโดยการกีฬาแห่งประเทศไทย ณ สนามราชมังคลากีฬาสถาน	113
ภาพที่ 8 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 11 คน การแข่งขันฟุตบอลอาวุโส ระดับภาค MOLTEN THAILAND CUP 2022 ณ สนามเฉลิมพระเกียรติ บางบอน กรุงเทพมหานคร	113
ภาพที่ 9 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 11 คน การแข่งขันฟุตบอลบุคคลากร มหาวิทยาลัยแห่ง ประเทศไทย ณ สนามมหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.....	114
ภาพที่ 10 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 11 คน การแข่งขันฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ ประจำปี 2566 ณ สนามกีฬาเทศบาลเมืองจังหวัดแม่ฮ่องสอน.....	114
ภาพที่ 11 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 7 คน ท่าเรืออาวุโส ซุปเปอร์ คัพ ณ สนามกีฬาเทศบาล เมืองท่าเรือพระแท่น อำเภอท่าเรือ จังหวัดกาญจนบุรี.....	114
ภาพที่ 12 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 7 คน ชิงเงินรางวัล ณ สนามหญ้าเทียม อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี.....	115
ภาพที่ 13 ภาพการประชุมแบ่งงาน ด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ การจัดการแข่งขัน ฟุตบอลในรูปแบบทัวร์นาเมนต์ ฟุตบอล 11 คน ของผู้สูงอายุ ฟุตบอลอาวุโสจังหวัดสตูล ประจำปี พ.ศ. 2567.....	118
ภาพที่ 14 รูปแบบการจัดการแข่งขัน ฟุตบอลแบบทัวร์นาเมนต์ ฟุตบอล 11 คนของผู้สูงอายุ	122
ภาพที่ 15 ตารางการจัดการแข่งขัน ฟุตบอลแบบทัวร์นาเมนต์ ฟุตบอล 11 คนของผู้สูงอายุ	122

ภาพที่ 16 กฎกติกาการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ ฟุตบอล 7 คน (อาวุธรามคำแหง, 2024)..... 125

ภาพที่ 17 ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ 127

ภาพที่ 18 ด้านระยะเวลาในการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ 129

ภาพที่ 19 สถานที่ในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุในจังหวัดอยุธยา..... 131

ภาพที่ 20 ด้านการประชาสัมพันธ์ การแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ..... 133

ภาพที่ 21 SONG GAME MODEL 155

ภาพที่ 22 การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ในขั้นตอนที่ 2..... 155

ภาพที่ 23 การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship)..... 159



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

แนวโน้มและทิศทางการดำเนินชีวิตของมนุษย์ในสถานการณ์โลกปัจจุบัน มีเหตุการณ์ต่าง ๆ เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงอย่างมากมาจากปัญหาและปัจจัยหลาย ๆ อย่าง เช่น จากปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาทางสังคม ปัญหาทางการเมือง การปกครอง ภาวะสงครามและความขัดแย้งต่าง ๆ รวมถึงปัญหาที่เกิดจากโรคภัยไข้เจ็บ ในหลายประเทศทั่วโลกทั้งก่อนและหลังจากเกิดภาวะโรคระบาดโควิด-19 ระบาดอย่างรุนแรง ประชาชนทั่วทั้งโลกต่างเริ่มตระหนักและคิดทบทวนการใช้ชีวิต ทั้งในเรื่องของความเป็นอยู่ การสร้างความสุขให้กับตนเองและหันมาดูแลส่งเสริมสุขภาพตัวเองเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้ที่เริ่มมีมาก่อนเกิดเหตุการณ์โรคระบาดโควิด-19 ระบาดและเริ่มปรับเปลี่ยนเรียนรู้การใช้ชีวิตอย่างพินิจพิเคราะห์ คิดพิจารณา อยู่กับตัวตนมากยิ่งขึ้นกว่าเดิม เมื่อภายหลังผ่านพ้นจากสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 ที่ระบาดอย่างหนักทั่วทั้งโลก จนกระทั่ง ตอนนี้ที่เริ่มผ่อนคลายกลับเข้าสู่สภาวะการปกติ กิจกรรมทางกาย กิจกรรมทางด้านนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา จึงเริ่มเข้ามามีบทบาทเพิ่มมากขึ้นในทุกสภาพสังคม โดยผู้คนเริ่มตระหนักเห็นความสำคัญของกิจกรรมต่าง ๆ เพิ่มมากยิ่งขึ้นและเล็งเห็นถึงความสำคัญในเรื่องกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะช่วยในการพัฒนาส่งเสริมสุขภาพและพละนาถมิยทั้งทางกายและทางจิตใจที่ดีของคนในทุกเพศ ทุกช่วงวัย โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงวัย ที่เป็นกลุ่มเสี่ยง กลุ่มเปราะบางและเป็นกลุ่มที่มีผู้สูญเสียในด้านทรัพย์สิน เงินทอง ชีวิตมากที่สุด จากโรคภัยหรือภัยพิบัติต่าง ๆ จากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงเหตุการณ์ ดังนั้นเพื่อเป็นการปลักดันให้ผู้คน ทุกเพศ ทุกวัยและอายุได้เกิดความสมบรูณ์ แข็งแรงทั้งทางด้านร่างกายและทางด้านจิตใจที่จะนำพาชีวิตไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของคนในชาติ จึงมีการส่งเสริมให้ทุกคนได้มีกิจกรรมที่ตนเองสนใจ ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมทางกาย ทางด้านนันทนาการ การท่องเที่ยวและทางการกีฬา

แต่ที่จริงแล้วรัฐบาลไทยในทุกยุคทุกสมัยโดยเฉพาะหน่วยงานการกีฬาแห่งประเทศไทย และกรมพลศึกษาต่างมุ่งหวังและเล็งเห็นความสำคัญในเรื่องสุขภาพและความเป็นอยู่ของประชาชนในประเทศเป็นลำดับต้น ๆ เสมอ โดยมีการปรับเปลี่ยนนโยบายต่าง ๆ และปรับแผนกลยุทธ์ในทุก ๆ ด้านให้มีความเหมาะสม สอดคล้องกับสถานการณ์โลกปัจจุบันให้มากที่สุดและมีการกำหนดแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ซึ่งถือว่าเป็นแผนยุทธศาสตร์ชาติฉบับแรกของประเทศไทย ตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ที่จะต้องนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อให้ประเทศไทยบรรลุวิสัยทัศน์ “ประเทศไทยมีความ มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว” การมีความมั่นคง ปลอดภัย จากภัยอันตรายและการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในประเทศและภายนอกประเทศ ในทุกระดับ มี

เป้าหมาย ที่ชัดเจนในการพัฒนา เพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพเพื่อให้พลเมืองไทย มีความพร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา มีพัฒนาการที่รอบด้านและมีสุขภาวะที่ดี และยังเป็น การส่งเสริม เสริมสร้างศักยภาพทางการกีฬาในการสร้างคุณค่าทางสังคมและ พัฒนาประเทศ โดยการส่งเสริมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาขั้นพื้นฐานให้กลายเป็นวิถีชีวิตและ สนับสนุนส่งเสริมให้ประชาชนทุกเพศ วัย มีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาและเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการ เพื่อพัฒนาการไปสู่ความเป็นอาชีพ รวมถึงการพัฒนาบุคลากรด้านการกีฬา และนันทนาการเพื่อรองรับการเจริญเติบโตของอุตสาหกรรมกีฬาต่อไปในอนาคต (สำนักงาน เลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ, 2560) ซึ่งเมื่อคนในชาติมีคุณภาพทั้งด้าน ร่างกายและ จิตใจ ก็จะเป็นผู้ที่พัฒนาประเทศชาติให้มีความเข้มแข็งเจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืน สอดคล้องกับ แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 12 อาจเป็นจุดเปลี่ยนที่สำคัญในการเชื่อมต่อกับ ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ใน ลักษณะการแปลงยุทธศาสตร์ระยะยาวสู่การปฏิบัติ จากยุทธศาสตร์ของแผนพัฒนาฯฉบับที่ 12 สู่ แผนพัฒนาฯฉบับที่ 13 ซึ่งเป็นแผนปัจจุบัน ได้กำหนดประเด็น การพัฒนา พร้อมทั้งแผนงาน โครงการสำคัญที่ต้องดำเนินการให้เห็นผลเป็นรูปธรรมในช่วง 5 ปีแรกของการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ ชาติ เพื่อเตรียมความพร้อมคน สังคม และระบบเศรษฐกิจของประเทศให้สามารถปรับตัวรองรับ ผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม ขณะเดียวกัน ยังได้กำหนดแนวคิดและกลไกการ ขับเคลื่อนและติดตามประเมินผลที่ชัดเจน เพื่อกำกับให้การพัฒนาเป็นไปอย่างมีทิศทางและเกิด ประสิทธิภาพ นำไปสู่การพัฒนาเพื่อประโยชน์สุขที่ยั่งยืนของสังคมไทย (สำนักงานคณะกรรมการ พัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2560)

กิจกรรมกีฬา (Sports Activity) เป็นอีกกิจกรรมหนึ่ง ที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการและการ เรียนรู้ ของทุกเพศ ทุกวัย จากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เหล่านั้น ต้องใช้ความพยายามหลาย ๆ อย่าง ไม่ว่าจะเป็นการใช้เวลาให้เหมาะสม กับตารางของตนเอง ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และกีฬา เป็นกิจกรรมหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมในด้านอื่น ๆ อีกด้วย ไม่ว่าจะในด้านความอดทน พยายาม การมีวินัยใน ตนเอง การเสริมสร้างความมั่นใจให้กับตนเอง ทักษะการเข้าสังคม รู้จักแพ้ ชนะและอภัย ซึ่งเป็นการ เสริมสร้างให้ทุกคนที่เข้าร่วมฝึกฝน ผ่านกิจกรรมกีฬาได้รับประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมจากการ เล่นกีฬา โดยจำเป็นต้องมีการสนับสนุน ส่งเสริมและมีการจัดการที่ดี ในทุก ๆ ระดับ ดังนั้น การ จัดการองค์กรทางด้านกีฬา มีส่วนสำคัญต่อการผลักดันความเจริญก้าวหน้าและเป็นจุดเปลี่ยนใน การสนับสนุนให้ประชาชนของประเทศได้รู้จักกีฬาในรูปแบบต่าง ๆ มากยิ่งขึ้น โดยภายใต้ นโยบาย การจัดการของภาครัฐหรือการมีส่วนร่วมของเอกชน ทำให้เกิดกิจกรรมทางการกีฬาขึ้นอย่างมากมาย มีส่วนส่งเสริมให้คนทุกเพศ ทุกวัย มีส่วนในการเข้าร่วมกิจกรรมทางการกีฬา นันทนาการและส่งเสริม การท่องเที่ยวจากความร่วมมือกันและการมีส่วนร่วมกันของทุกภาคส่วน จากการศึกษา พบว่า การ จัด องค์กรด้านกีฬาของต่างประเทศในหลากหลายประเทศทั่วโลก มีการจัดการทางด้านองค์กรที่

แตกต่างกันไป จะเห็นได้จาก ตัวอย่างเช่น ประเทศออสเตรเลียและสิงคโปร์ มีเป้าหมายขององค์กรคล้าย ๆ กันคือ สนับสนุนทั้งด้านกีฬาอย่างครบวงจร คือกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ กีฬาเพื่อมวลชนและอุตสาหกรรมกีฬา ในขณะที่เป้าหมายของสหราชอาณาจักรจะเน้นไปที่กีฬาเพื่อความเป็นเลิศอย่างเดียว แต่อย่างไรก็ตามองค์กรกีฬาทั้ง 3 ประเทศ มีแหล่งงบประมาณหลักมาจากรัฐบาลกลาง ซึ่งอาจแตกต่างจากโมเดลของประเทศสหรัฐอเมริกา เนื่องจากประเทศสหรัฐอเมริกาไม่มีหน่วยงานกลางของรัฐบาลด้านกีฬาแต่จะเป็นโอลิมปิกแห่งประเทศไทย (United States Olympic and Paralympic Committee, USOPC) เป็นผู้ดำเนินการสนับสนุนกีฬาเพื่อความเป็นเลิศให้กับนักกีฬาทีมชาติสหรัฐอเมริกา ซึ่ง USOPC จะไม่ได้รับเงินสนับสนุนจากรัฐบาล แต่จะได้จากการระดมทุนของหน่วยงาน ผู้สนับสนุนสปอนเซอร์ รวมไปถึงลิขสิทธิ์การถ่ายทอดกีฬา แต่อย่างไรก็ตามทั้ง 4 ประเทศนี้ เน้นการสร้างระบบการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศอย่างมี ระบบ โดยมีการสร้างศูนย์ฝึกซ้อมที่ทันสมัย และเน้นการใช้เทคโนโลยีเข้ามาช่วยในการพัฒนานักกีฬา (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2565)

ประเทศไทยได้เรียนรู้และศึกษารูปแบบการจัดการทางด้านองค์กรทางด้านการกีฬาและนำมาปรับใช้ให้เหมาะสมจากประเทศที่พัฒนาการทางด้านการกีฬามานานมากแล้ว ส่งผลให้มีการปรับยุทธศาสตร์ต่าง ๆ เช่น จากยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมและพัฒนากีฬาเพื่อมวลชนให้กลายเป็น วิถีชีวิต (Sport for All Promotion & Development) (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2565) โดยวางแนวทางต่าง ๆ เช่น การสร้างการรับรู้ด้านประโยชน์การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา การสร้างความตระหนักและความต้องการในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ให้กับประชาชน ทุกเพศ ทุกวัย ทั้งผู้อาวุโส ผู้สูงอายุ ผู้พิการและผู้ด้อยโอกาส รวมถึงการส่งเสริมและสนับสนุนการจัดกิจกรรมหรือมหกรรมการออกกำลังกาย (Sport Events for Life) เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมใน กิจกรรมกีฬาทุกภาคส่วนและการสนับสนุนการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน สถานที่ ออกกำลังกาย และสิ่งอำนวยความสะดวก การดำเนินงานตามแผนพัฒนากีฬาเพื่อมวลชนให้กลายเป็นวิถีชีวิตที่ส่งผลต่อการขับเคลื่อนกีฬาเพื่อส่งผลไปยังยุทธศาสตร์ที่ 3 ที่ส่งเสริมกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาเพื่อส่งเสริมอาชีพ (Sport for Excellence and Profession Promotion & Development) ต่อไป (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2565) โดยจะเห็นได้จากการส่งเสริมให้คนในชาติได้มีส่วนร่วมในการเข้าร่วมการแข่งขันในระดับต่าง ๆ ในทุกระดับช่วงชั้นอายุ รวมถึงการแข่งขันกีฬาทั้งภายในประเทศและส่งเสริมการแข่งขันในระดับนานาชาติ เพื่อเป็นการผลักดันให้ประชาชนได้แสดงออกถึงศักยภาพทางด้านการกีฬาในทุกมิติและทุกรูปแบบจากภาครัฐที่มีส่วนสนับสนุนการแข่งขันและความร่วมมือของภาคเอกชนในการช่วยกันสนับสนุน ส่งเสริมให้ประชาชนหันมาสนใจในกิจกรรมต่าง ๆ โดยสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566 - 2570) กับกลยุทธ์ย่อยที่ 2.3 (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2565) การพัฒนาบริการเพื่อส่งเสริมสุขภาพรูปแบบใหม่ที่นำไปสู่การสร้างสังคมสูงวัย ที่มีสุขภาวะ โดยส่งเสริมการ

สร้างพื้นที่ชุมชนดิจิทัลเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะบนฐานนวัตกรรมบริการและผลิตภัณฑ์ ที่เอื้อต่อรูปแบบวิถีชีวิตปกติใหม่ อาทิ การให้คำปรึกษาทางไกลด้านสุขภาพ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิต อย่างเหมาะสมโดยการใช้อาหารบำบัดและการบำบัดทางจิตด้วยการทำสมาธิ รวมทั้งการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภค ในแต่ละช่วงวัยหรือเชื้อชาติเพื่อนำมาวิเคราะห์แรงจูงใจในการใช้บริการ ตลอดจนพัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน ให้เป็นอารยสถาปัตยกรรม เพื่อรองรับการบริการส่งเสริมสุขภาพในระยะยาว การพัฒนาที่อยู่อาศัยสำหรับชุมชนสูงวัย การพัฒนาพื้นที่ด้านกีฬาและการออกกำลังกาย เพื่อดึงดูดกลุ่มผู้ใช้บริการให้สามารถใช้บริการส่งเสริมสุขภาพ ได้ยาวนานขึ้น อาทิ กลุ่มผู้สูงอายุที่มีพลัดหลัง กลุ่มนักท่องเที่ยวแบบเที่ยวไปทำงานไป เช่น การกีฬาแห่งประเทศไทยได้ผลักดันและส่งเสริมการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ กีฬาอาวุโสแห่งชาติขึ้นและจัดต่อเนื่องมาเป็นครั้งที่ 4 แม้จะมีสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 และมีเหตุให้ต้องเลื่อนการแข่งขันไปเป็นเวลาสองปีก็ตาม โดยมีกีฬาหลากหลายประเภทให้ได้เข้าร่วมแข่งขันและแบ่งเป็นช่วงอายุในแต่ละรุ่น แต่ละประเภทของการจัดการแข่งขันที่ดูให้เหมาะสม สนุก สู้สี ตามความสามารถและศักยภาพของผู้เข้าร่วมการแข่งขันโดยมีการกำหนดอายุขั้นต่ำตั้งแต่อายุ 35 ปีขึ้นไป ในหลากหลายประเภทกีฬา

ในปัจจุบันประชาคมโลกเริ่มมีสัดส่วนของผู้อาวุโสที่เริ่มก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในอนาคต โดยเฉพาะประเทศไทยที่เริ่มเข้าสู่สังคมอาวุโสและผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ จากข้อมูลประชากรศาสตร์ไทยปี 2565 ประชากรไทยมีจำนวน 66,104,104 ล้านคน โดยจำแนกเป็นผู้ที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไปมากถึง 20 กว่าล้านคน คาดว่าในปี 2573 จะมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอีกกว่า 17.6 ล้านคนหรือร้อยละ 26.3 และในปี 2583 จะมีจำนวนเพิ่มขึ้นถึง 20.5 ล้านคน หรือร้อยละ 32.1 รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุ พ.ศ. 2565 (สำนักบริหารการทะเบียน, 2565) การที่มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุมากขึ้นก็ไม่ได้หมายความว่าสุขภาพดีขึ้นตามไปด้วย แต่อาจมีปัญหาทางด้านสุขภาพตามมาได้อีกมาก หากไม่ได้มีการเตรียมการรับมือล่วงหน้ามาก่อน ความมุ่งมั่นของภาครัฐในด้านการดูแลและผู้สูงอายุ มีแนวโน้มว่าจะมีการขยายองค์การทำงานในด้านของปริมาณและคุณภาพแต่ระบบการดูแลและรองรับการเติบโตตามสถานการณ์ไม่ทันเนื่องจากมีข้อจำกัดในด้านต่าง ๆ ทั้งในด้านบุคลากรในการดูแลและส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุและงบประมาณดำเนินการ ทำให้ต้องค้นหาวิธีการจัดการใหม่ให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเองได้ ไม่เป็นภาระกับลูกหลาน ส่วนรัฐบาลเป็นเพียงผู้ติดตามรวมทั้งการส่งเสริมในการจัดตั้งชมรมผู้อาวุโส ผู้สูงอายุและผู้สูงวัยในแต่ละพื้นที่ เพื่อเป็นจุดศูนย์กลางในการทำกิจกรรม หรือเชื่อมโยงเครือข่ายกัน เป็นพื้นที่ ที่ทุกคนมีส่วนร่วม ดังจะเห็นได้ว่าในสภาวะการณ์ปัจจุบันกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้ที่ย่างเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุจะเริ่มมีกิจกรรมต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้นตามลำดับเพื่อเตรียมตัวการเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพที่ดีต่อไป ประกอบกับการเพิ่มจำนวนประชากรของบรรดาผู้สูงอายุจะทำให้ประเทศมีภาระเล็้งดูมากขึ้น และไม่สามารถปฏิเสธได้ว่าปัญหาดังกล่าวเป็นปัญหาที่ภาครัฐและสมาชิกในสังคมจะต้องร่วมมือกัน การส่งเสริมสุขภาพของบรรดาผู้อาวุโสและผู้สูงอายุมี

ความจำเป็นอย่างมากเพื่อลดทอนโอกาสและระยะเวลาที่ต้องพึ่งพา การปรนนิบัติดูแลและภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพที่เกินความจำเป็น (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2565) ส่งผลให้ทุกสังคมเริ่มส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ มีวิถีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นทั้งด้านร่างกายและจิตใจ การส่งเสริมให้ผู้อาวุโสและผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการและกีฬา นับเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่ถูกนำมาใช้กันอย่างแพร่หลายในการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและสามารถดำเนินชีวิตในบั้นปลายอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เนื่องจากการเข้าร่วมกิจกรรมจะส่งผลให้สามารถปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม มีความรู้สึภาคภูมิใจว่าตนเองยังมีความสามารถ มีความสำคัญ และมีคุณค่าต่อสังคมโดยส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอจะทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตของตนเองสูงขึ้น จึงอาจจะกล่าวได้ว่าโลกกำลังก้าวเข้าสู่สังคมของผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ (Aged Society)

ในขณะเดียวกัน ฟุตบอลเป็นกีฬาที่มีผู้สนใจที่จะชมการแข่งขันและเข้าร่วมเล่นมากที่สุดในโลก คนชาติใดเป็นผู้กำเนิดกีฬานี้คนนั้นอย่างแท้จริงนั้นไม่อาจจะยืนยันได้แน่นอนเพราะแต่ละชนชาติต่างยืนยันว่าเกิดจากประเทศของตนเองทั้งนั้น ไม่ว่าจะในประเทศฝรั่งเศสและประเทศอิตาลี ที่มีประชาชนนิยมชมชอบในกีฬานี้ ได้มีการละเล่นชนิดหนึ่งที่เรียกว่า "ซูลอ" (Soule) หรือ จิโโค เดล คาคิโอ (Gioco Del Calcio) มีลักษณะการเล่นที่คล้ายกับกีฬาฟุตบอลในปัจจุบันทั้งสองประเทศอาจจะถกเถียงกันว่ากีฬาฟุตบอลถือกำเนิดจากประเทศของต้นอันเป็นการหาข้อยุติไม่ได้ เพราะขาดหลักฐานยืนยันอย่างแท้จริง ดังนั้นประวัติของกีฬาฟุตบอลที่มีหลักฐานที่แท้จริงสามารถจะอ้างอิงได้เพราะการเล่นที่มีกติกาการแข่งขันที่แน่นอนคือประเทศอังกฤษเพราะประเทศอังกฤษตั้งสมาคมฟุตบอลในปี พ.ศ. 2406 และฟุตบอลอาชีพของอังกฤษเกิดขึ้นในปี พ.ศ. 2431 วิวัฒนาการด้านฟุตบอลจะเป็นไปพร้อมกับความเจริญก้าวหน้าของมนุษย์ตลอดมา การกำเนิดกีฬาในภูมิภาคตะวันออกไกลจะได้รับอิทธิพลมาจากสงครามครั้งสำคัญๆ เช่นพระเจ้าอเล็กซานเดอร์มหาราช ได้นำเอา "แกสโล-โรมัน" (Gello Roman) (อ้างอิง) พร้อมกีฬาต่างๆ เข้าสู่เมืองกอล (Gau) อันเป็นรากฐานส่วนหนึ่งของกีฬาฟุตบอลไปสู่อนาคตและการเล่นฟุตบอลก็เป็นที่ยอมรับอย่างแพร่หลายมาโดยตลอด ซึ่งมีการวิวัฒนาการในทั่วทุกภูมิภาคของโลก (Archer Martin; Tyler Michael; Peter Arnold; Christopher Davis and Paul Gardner, 1977)

ปัจจุบันกีฬาฟุตบอลก็เป็นกีฬาอีกชนิดหนึ่งที่เป็นที่นิยมอย่างแพร่หลายมาทุกยุคทุกสมัย ผู้คนสนใจติดตามชม เชียร์หรือเข้าร่วมการแข่งขันมากขึ้นด้วยในหลาย ๆ ระดับของการแข่งขันตามแต่ความสามารถและความสนใจในการเข้าถึง มีการแข่งขันกันในทุก ๆ ระดับตั้งแต่รุ่นเยาวชนเยาวชน ประชาชน จนถึงรุ่นอาวุโสหรือรุ่นผู้สูงอายุ และมีการแข่งขันกันหลากหลาย มีการจัดการแข่งขันกันแทบทุกพื้นที่ของประเทศไทย ตามความสามารถในการจัดและศักยภาพของฝ่ายจัดหรือเจ้าภาพที่มีการจัดดำเนินการแข่งขัน ตามวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกันไปในแต่ละระดับการแข่งขัน แต่

ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดก็ตาม สิ่งที่เป็นผลพวงและผลพลอยได้จากการแข่งขันย่อมช่วยส่งเสริมสุขภาพพลานามัยและสมรรถภาพทางกายให้กับทุก ๆ คน หรือแม้แต่ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องก็ได้รับความสุขจากการได้ติดตามชมหรือเชียร์ ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมทางด้านนันทนาการและการสนับสนุนการท่องเที่ยว และส่งผลพลอยได้ทางด้านเศรษฐกิจในระดับภูมิภาคนั้น ๆ เพิ่มขึ้นไปอีกด้วย (อัยรัตน์ แกสมาน, 2563)

การดำเนินการจัดการแข่งขันในแต่ละครั้งแต่ละรายการ ซึ่งในยุคปัจจุบันมีช่องทางในการเผยแพร่ผ่านทางสื่อออนไลน์ ผ่านเทคโนโลยี ส่งผลให้เกิดการติดตามชม ผ่านช่องทางในโซเชียล มีเดีย และส่งผลต่อความน่าสนใจในรูปแบบ บรรยากาศและการแข่งขันจากพื้นที่ต่าง ๆ ได้อย่างทั่วถึง และสามารถรับรู้ได้ถึงความสนใจในกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมากมาย โดยเฉพาะในกีฬาฟุตบอลในรุ่นอาวุโส หรือผู้สูงอายุ ที่มีการจัดการแข่งขันกันอยู่หลากหลายในทุกภูมิภาคของประเทศ และมีรูปแบบการจัดการแข่งขันมากมายหลายรูปแบบแตกต่างกันไป เช่น มีการแข่งขันฟุตบอล 7 คน ฟุตบอล 9 คน หรือฟุตบอลในรูปแบบมาตรฐาน 11 คน มีทั้งในรูปแบบการแข่งขันแบบกระชับมิตร แบบการแข่งขันการกุศลและรูปแบบการแข่งขันเพื่อความบันเทิง โดยแต่ละรายการที่จัดการแข่งขันขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์และเป้าหมายในการดำเนินการจัดการแข่งขัน โดยในแต่ละรายการมีระยะเวลาในที่ใช้ในการแข่งขันในแต่ละครั้งแต่ละรายการอาจแตกต่างกันไปบ้าง เช่นบางรายการใช้เวลาในการแข่งขันครั้งละ 12-15 นาทีแบ่งเป็นสองครึ่ง บางรายการใช้เวลาการแข่งขันครั้งเดียว 20 นาที บางรายการใช้การแข่งขันครั้งละ 25 นาทีแบ่งเป็นสองครึ่งของการแข่งขัน และบางรายการจัดการแข่งขันในรูปแบบที่เป็นไปตามกติกาสากล รูปแบบการแข่งขัน สถานที่แข่งขัน ย่อมแตกต่างกันไปตามฝ่ายจัดการแข่งขัน และมีช่วงระยะเวลาในการจัดแข่งขัน บางรายการแข่งกันยาวนานนับเดือน หรือแข่งขันยาวนานเป็นฤดูกาล บางรายการจัดการแข่งขันแบบรวบรัด วันเดียวหรือสองวันก็เสร็จสิ้นการแข่งขัน ส่งผลต่อประสบการณ์และความตื่นเต้น สนุกสนาน และเรียนรู้ประสบการณ์แปลกใหม่ ซึ่งแต่ละรายการช่วยในการเสริมสร้างให้ผู้เข้าร่วมต้องเตรียมร่างกายให้พร้อมสำหรับการแข่งขันในในระดับต่าง ๆ เป็นผลพลอยได้โดยตรงให้ผู้เข้าร่วมการแข่งขันจำเป็นต้องมีสมรรถภาพทางกายที่ดีและมีการดูแลตัวเองให้พร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรมหรือการแข่งขัน จึงจะมีความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมในรูปแบบต่าง ๆ ผ่านกิจกรรมนันทนาการในรูปแบบของฟุตบอลอาวุโส ฟุตบอลผู้สูงอายุ และการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทยจะเป็นเส้นทางลัดไปสู่การช่วยส่งเสริมพัฒนาเศรษฐกิจ การท่องเที่ยว ของประเทศไทยได้อีกด้วย

ผู้สูงอายุเริ่มมีความสนใจในกิจกรรมและกีฬาฟุตบอลของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นทางการกีฬาแห่งประเทศไทย ก็ได้ทำการบรรจุการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสเข้าเป็นกีฬาประจำการแข่งขันใน กีฬาอาวุโสแห่งชาติขึ้น ครั้งแรกที่เริ่มจัดการแข่งขัน โดยกำหนดอายุผู้เข้าร่วมต้องมีอายุ 40 ปีขึ้นไปและมีการแข่งขันใน 2 รุ่นอายุ คือ รุ่นอายุ 40-50 ปี และ รุ่นอายุ 55-65 ปี (อำนาจ เภาไสยานนท์, 2565)

และมีโครงสร้างการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสหรือผู้สูงอายุ ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับรูปแบบและวิธีการจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ และกีฬาแห่งชาติ ไม่แตกต่างกันทั้งเรื่องของระยะเวลาในการจัดการแข่งขัน ช่วงเวลาการแข่งขัน และการกีฬาแห่งประเทศไทย ให้การสนับสนุนส่งเสริมการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสร่วมกับทางภาคเอกชน เช่น รายการฟุตบอลอาวุโสเจนีฟุดชิงแชมป์ประเทศไทย ที่มีการจัดร่วมกับภาคเอกชนที่มีมาทั้งหมด 8 ครั้ง ตั้งแต่ครั้งที่ 1-8 มีผู้สนับสนุนเป็น บริษัทเจนีฟุด และในครั้งนี่ซึ่งเป็นการแข่งขันครั้งที่ 9 หลังจากเว้นช่วงไปเป็นเวลา 2 ปีเนื่องจากเกิดโรคระบาดโควิด-19 ระบาดอย่างหนักและได้มี บริษัทมอลเท่นเข้ามาสนับสนุนร่วมจัดการแข่งขันด้วยหรือรายการฟุตบอลอาวุโสชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ที่จัดการแข่งขันในรุ่น 50 ปีขึ้นไป โดยมีการจัดการแข่งขันอย่างต่อเนื่องมาตลอดและได้รับความนิยม ขึ้นชอบ ทั้งนี้ยังไม่รวมรายการอื่น ๆ อีกมากมายที่จัดการแข่งขันกันโดยทั่วไป ตามสมาคม องค์กร หน่วยงานของภาครัฐบาล เช่น องค์กรบริหารส่วนจังหวัด องค์กรบริหารส่วนตำบล ชมรมต่าง ๆ หรือหน่วยงานของภาคเอกชน ที่ขึ้นชอบกีฬาฟุตบอลประเภทการแข่งขันในระดับผู้สูงอายุ ที่แสดงให้เห็นถึงความตื่นตัวและความน่าสนใจของกีฬาประเภทนี้ ดังจะเห็นได้ว่าในสภาวะการณ์ปัจจุบันกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้ที่เข้าสู่อายุผู้สูงอายุ จะเริ่มมีกิจกรรมกีฬาฟุตบอลเพิ่มมากขึ้นตามลำดับ แต่ในทุก ๆ รายการที่จัดการแข่งขันแล้วแต่ส่งผลต่อผู้สูงอายุแทบทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพกายหรือสุขภาพจิตใจ

จากการที่ผู้วิจัยเคยเข้าร่วมสัมผัสจัดการแข่งขันและการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุในรูปแบบต่าง ๆ ในประเทศไทยหลาย ๆ ภูมิภาค หลาย ๆ รายการที่มีการจัดการแข่งขันขึ้น รู้สึกและสัมผัสได้จากประสบการณ์ตรงถึงการมีความสุข การผิตหวัง สมหวัง โดยรวมของผู้เข้าร่วมในกิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลที่มีความแตกต่างกัน ทั้งในด้านรูปแบบการจัดการแข่งขัน วิธีการจัดการแข่งขัน ไม่ว่าจะเป็นผู้จัดการแข่งขัน ผู้มีส่วนในทีมฟุตบอลของผู้สูงอายุและนักฟุตบอลหรือผู้ชมและผู้ติดตาม และจากการพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนคติ ความรู้ในเรื่องฟุตบอล ทำให้ทราบถึงข้อมูล ความต้องการ วัตถุประสงค์ของผู้เข้าร่วมในทุกภาคส่วนและผู้จัดการแข่งขันในรูปแบบที่แตกต่างกันออกไป จึงเป็นที่มาและความสนใจในการทำวิจัยในครั้งนี้ เพื่อให้ได้รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลที่ส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา ผู้วิจัยจึงกำหนดวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาสภาพและความต้องการ การจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย
3. เพื่อประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย

คำถามของการวิจัย

1. สภาพของการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยเป็นอย่างไร
2. รูปแบบการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยควรเป็นอย่างไร
3. ผลการประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยเป็นอย่างไร

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาการพัฒนา รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ซึ่งผู้วิจัยแบ่งออกเป็นประเด็นสำคัญ ดังนี้ ด้านการจัดการแข่งขัน รูปแบบการแข่งขัน กฎกติกาการแข่งขัน ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน ด้านระยะเวลาในการแข่งขัน สถานที่ในการจัดการแข่งขัน การประชาสัมพันธ์การแข่งขันในรูปแบบต่าง ๆ

ขอบเขตด้านประชากรและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ประชากร คือ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ซึ่งประกอบด้วย ฝ่ายจัดการแข่งขัน ผู้จัดการทีมกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีม และนักกีฬาฟุตบอลและผู้ติดตามนักกีฬาของผู้สูงวัย ภายในภูมิภาคแบ่งเป็น 4 ภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลางและภาคใต้ ภายในจังหวัด อำเภอหรือท้องถิ่นที่มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย รวมจำนวน 78 จังหวัด จากประชากรจำนวนไม่เกิน 100,000 คน การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีเปิดตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie and Morgan (1970) ที่ระดับความเชื่อมั่นในการสุ่ม 95% จากประชากรจำนวนไม่เกิน 100,000 คน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 383 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้วิธีการเก็บแบบสอบถาม

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) คือ ผู้ดำเนินการจัดการแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอล ผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาฟุตบอลและผู้ตัดสินฟุตบอล จากทั่วประเทศที่เคยมีประสบการณ์ในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ในรายการต่าง ๆ เช่น รายการฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ รายการฟุตบอลอาวุโสชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย รายการฟุตบอลอาวุโสภายในภูมิภาคและภายในจังหวัด อำเภอหรือท้องถิ่น ทั้งภาครัฐ เอกชนและรัฐวิสาหกิจ โดยเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย 28 คน โดยใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection)

รวมกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย คือ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับทั้งนักกีฬา ผู้เชี่ยวชาญ ผู้จัดการแข่งขัน ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีมในฟุตบอลผู้สูงวัย รวมทั้งสิ้น 428 คน

กำหนดหลักเกณฑ์และคุณสมบัติผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่จะศึกษาดังนี้

กลุ่มที่ 1 ผู้ดำเนินการจัดการแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอล ผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาฟุตบอล และผู้ตัดสินฟุตบอลจากทั่วประเทศที่เคยมีประสบการณ์ในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ในรายการต่าง ๆ เช่น รายการฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ รายการฟุตบอลอาวุโสชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย รายการฟุตบอลอาวุโสภายในภูมิภาคและภายในจังหวัด อำเภอหรือท้องถิ่น ทั้งภาครัฐ เอกชนและรัฐวิสาหกิจ

กลุ่มที่ 2 ผู้จัดการทีมฟุตบอลของผู้สูงวัย ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีมและนักฟุตบอลและผู้ติดตาม นักฟุตบอลผู้สูงวัย จากทั่วประเทศที่เคยมีประสบการณ์ในการเข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ในรายการต่าง ๆ เช่น รายการฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ รายการฟุตบอลอาวุโสชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย รายการฟุตบอลอาวุโสภายในภูมิภาคและภายในจังหวัด อำเภอหรือท้องถิ่น

นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้เข้าใจตรงกันในความหมายของคำศัพท์ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงกำหนดนิยามศัพท์เฉพาะต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

การจัดการแข่งขัน หมายถึง การจัดการแข่งขันฟุตบอลที่มีวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันชัดเจน มีมาตรฐาน มีคณะกรรมการดำเนินการแข่งขันและสามารถควบคุมการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

รูปแบบการแข่งขัน หมายถึง ลักษณะของการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในรายการต่าง ๆ ในประเทศไทยที่มีจัดการแข่งขันที่มีความชัดเจนและมีความยืดหยุ่นเหมาะสมกับผู้สูงวัย

กฎกติกาการแข่งขัน หมายถึง กฎ ระเบียบ ข้อบังคับในการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ที่กำหนดให้เหมาะสมกับการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย เพื่อให้เกิดความสนุกสนานและความปลอดภัยต่อผู้เข้าร่วมแข่งขัน

ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน หมายถึง ผู้ที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ที่มีความเข้าใจ เต็มใจและสมัครใจ โดยมีการประเมินตนเองและมีการเตรียมความพร้อมทางด้านสมรรถภาพทางกายและมีความเข้าใจในวัตถุประสงค์การแข่งขัน

ระยะเวลาการแข่งขัน หมายถึง การจัดการแข่งขันที่มีระยะเวลาที่เหมาะสมกับช่วงอายุ ช่วงวัย ด้านการจัดวันแข่งขัน เวลาทำการแข่งขัน เวลาพักในช่วงขณะแข่งขันและเวลาพักในการแข่งขันครั้งต่อไป ที่มีความเหมาะสม

สถานที่ในการแข่งขัน หมายถึง พื้นที่ที่ใช้ในการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย สนาม บริเวณโดยรอบรอบสนาม สิ่งอำนวยความสะดวก ห้องน้ำ ห้องสุขา ที่จอดรถ ป้ายบอก ตำแหน่งความสะดวก ที่มีความเหมาะสมและปลอดภัยต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม

การประชาสัมพันธ์ หมายถึง การสื่อให้ผู้เข้าร่วมได้รับรู้ เข้าถึง กิจกรรมตั้งแต่เริ่มต้นจนเสร็จสิ้นการแข่งขัน ผ่านสื่อสังคมต่าง ๆ ทางโซเชียลมีเดีย โลกออนไลน์ ไลฟ์สด ภาพถ่ายและการบรรยาย

การพัฒนาารูปแบบ หมายถึง การเสนอรูปแบบการจัดการแข่งขันในรูปแบบที่แตกต่างไปจากรูปแบบเดิมที่ได้พัฒนามาจากรูปแบบการแข่งขันเดิมของการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุในประเทศไทย ประกอบด้วย หลักการ วัตถุประสงค์ กระบวนการและการจัดการ องค์ประกอบภายใต้กรอบแนวคิดและหลักการ เพื่อใช้ในการพัฒนารูปแบบการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุในประเทศไทยในรูปแบบใหม่

ฟุตบอลผู้สูงอายุ หมายถึง ลักษณะการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ ในหลากหลายรูปแบบซึ่ง เป็นที่นิยมจัดการแข่งขันฟุตบอลในรุ่นอายุตั้งแต่ 40-70 ปี โดยบางรายการประกอบไปด้วยรุ่น Masters 40-45-50 ปีและรุ่นอายุ Legends 55-60-65 ปี หรือบางรายการมีการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสผู้สูงอายุ 45-50-55 ปี และฟุตบอลอาวุโสของผู้สูงอายุที่จัด เป็นช่วงรุ่นอายุระหว่าง 40-55 ปี รุ่นอายุระหว่าง 50-65 ปี รุ่นอายุ 60 ปีขึ้นไป

การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ หมายถึง วิธีการและขั้นตอนการสนับสนุน ผลักดัน การออกกำลังกายโดยใช้กิจกรรมกีฬาฟุตบอล ที่สอดคล้องกับวัยและข้อจำกัดของผู้สูงอายุในช่วงอายุ 40 ปีขึ้นไป ที่ผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติได้ โดยกิจกรรมที่ปฏิบัติจะเน้นให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ความรู้สึกที่ดีต่อชีวิต และมีความสุขในกิจกรรมการแข่งขัน

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้ข้อมูลด้านสภาพการณ์ ความต้องการและประเด็นปัญหาเกี่ยวกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุในประเทศไทย นำไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการกำหนดรูปแบบ นโยบาย แผนงาน หรือมาตรการด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุในประเทศไทยที่มีความเหมาะสม สามารถตอบสนองความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

2. ได้รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมของผู้สูงอายุในประเทศไทยและพัฒนา รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่ผ่านกระบวนการการมีส่วนร่วมของผู้มีส่วนได้ ส่วนเสียในการจัดทำร่าง ตรวจสอบ และ ยืนยันข้อเสนอ สามารถใช้เป็นแนวทางในการ

กำหนดรูปแบบการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ทั่วทุกภูมิภาคในประเทศไทย

3. หน่วยงานภาครัฐที่ปฏิบัติงานและดูแล รับผิดชอบงานด้านการจัดการแข่งขันและส่งเสริมการแข่งขันกีฬาฟุตบอลได้รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในรูปแบบใหม่ ที่มีส่วนส่งเสริมสุขภาพกาย ใจ ของผู้สูงวัยในประเทศไทย

4. กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา และสำนักงานท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดต่าง ๆ สามารถนำองค์ความรู้ที่ได้จากกระบวนการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการวางแผนจัดทำรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัยร่วมกับด้านนันทนาการและการท่องเที่ยวได้

5. ผู้จัดกิจกรรมการแข่งขันหรือผู้ประกอบการสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ ปรับปรุงและเป็นแนวทางในการพัฒนาการจัดการแข่งขันกีฬาอื่น ๆ ที่สอดคล้อง คล้ายคลึงกัน เช่น ฟุตซอล ฮ็อกกี้ บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ในกิจกรรมของผู้สูงวัยและส่งเสริมท่องเที่ยวให้ได้มาตรฐานและเป็นที่ยอมรับมากขึ้น



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์พัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ซึ่งผู้วิจัยได้มีการศึกษา ทบทวนทฤษฎีแนวคิด หลักการ บทความ และงานวิจัยโดยมีประเด็นหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย
2. แนวคิดและทฤษฎีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย
3. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงวัย
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบ
5. นโยบายภาครัฐ แผนพัฒนากีฬาชาติ
6. บริบทของการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาและวิเคราะห์เนื้อหาและทำความเข้าใจในหัวข้อเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย พบว่า ผู้สูงวัย เป็นกลุ่มประชากรหนึ่งที่มีการคาดการณ์ว่า จะมีจำนวนผู้สูงวัยเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว เนื่องจากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทางการแพทย์ได้พัฒนาขึ้น ส่งผลให้ประชากรมีอายุยืนยาวขึ้น การที่มีอายุยืนยาวขึ้นไม่ได้เป็นหลักประกันของการมีสุขภาพที่ดี เนื่องจากผู้สูงวัยมักมีอาการและความเสื่อมถอยของสภาพร่างกายเพิ่มขึ้นตามอายุและช่วงวัยที่เพิ่มขึ้นด้วยเช่นเดียวกันจะมีความเปราะบางทางการมีพลังงานสำรองของร่างกายลดน้อยลงเรื่อย ๆ เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาโรคเรื้อรัง ได้ง่ายกว่าวัยอื่น ๆ ถึง 4 เท่า (Eliopoulos, 2014)

ประเทศไทยมีนโยบายทางด้านการส่งเสริมสุขภาพที่สำคัญ เน้นให้ผู้สูงวัย มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านการออกกำลังกายเพื่อรักษาสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย ให้มีพลานามัยที่ดีให้นานที่สุด โดยกลุ่มที่ชื่นชอบและเล่นกีฬาหลากหลายประเภท ฟุตบอลก็เป็นกีฬาอีกประเภทหนึ่ง ที่มีการจัดการแข่งขันในหลากหลายรูปแบบ โดยส่วนใหญ่จะอยู่ในกลุ่มที่มีความสนใจในกีฬาฟุตบอลและเรื่องของ การดูแลสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพที่ดี เพราะส่วนหนึ่งของกีฬาฟุตบอลต้องใช้ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ซึ่งเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของกีฬาชนิดนี้ ดังนั้น กลุ่มคนที่มีอายุย่างเข้าสู่กลุ่มผู้สูงวัย ในอนาคตอันใกล้นี้จะเป็นจำนวนมาก ซึ่งโดยส่วนใหญ่ของผู้เล่นที่สนใจในกีฬาฟุตบอลในทุกระดับการแข่งขันมีหลากหลายกลุ่ม ตั้งแต่ นักกีฬาฟุตบอลในอดีต ทั้ง

นักกีฬาอาชีพหรือสมัครเล่น รวมถึงกลุ่มผู้ที่สนใจแต่ไม่ได้มีโอกาสเข้าแข่งขันในช่วงวัยเด็ก เยาวชน และในวัยทำงาน เนื่องจากมีภารกิจที่จำเป็น แต่รักษาสุขภาพและมีการออกกำลังกายเป็นประจำและเริ่มมีเวลาหันมาออกกำลังกายและเล่นกีฬาฟุตบอลหรือกลุ่มนักกีฬาที่เริ่มทยอยเลิกเล่นฟุตบอลอาชีพหรือฟุตบอลที่เป็นการแข่งขันในระดับต่าง ๆ เนื่องจากเริ่มมีอายุเพิ่มมากขึ้น โดยกลุ่มที่สนใจในฟุตบอลของผู้สูงอายุ ในประเทศไทยจะมีค่าอายุเริ่มต้นอยู่ที่ประมาณ 35 ปีขึ้นไปจนถึงอายุ 65 ปี หรือที่เป็นกลุ่มที่มีการแข่งขันกันอย่างต่อเนื่อง และในปัจจุบันเริ่มมีการขยับการจัดการแข่งขันกันในรุ่น 70 ปีบ้างแล้ว (อำนาจ เกาไสยานนท์, 2565) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ค่านิยมและความหมายของผู้สูงอายุ ผู้อาวุโส ผู้สูงอายุ ในอนาคตอาจจะมีการปรับเปลี่ยน นัยยะ ความหมายของชั้่นอายุ ตามกิจกรรมหรือความสามารถที่พึงกระทำและสามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ตามศักยภาพของช่วงอายุ การเป็นกลุ่มบุคคลที่มีอายุมากขึ้นตามกาลเวลา โดยลักษณะคำที่ใช้เรียกกลุ่มผู้อาวุโส ผู้สูงอายุและผู้สูงวัย นั้นมีหลากหลายคำ เช่น คนแก่ คนชรา ผู้สูงวัย ผู้เฒ่า หรือราษฎรอาวุโส (Older Person, Elderly Person, Senior Citizen) เมื่อมองจากลักษณะและบริบทของคำข้างต้น จะพบได้ว่า เป็นบุคคลที่ต้องการพึ่งพา ขอความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ หรือมีปัญหาจากการเสื่อมถอยของร่างกายซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติของวัย อายุที่เพิ่มมากขึ้น รวมทั้งการมีโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ซึ่งมักเกิดในช่วงสูงวัย เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง เกิดจากการขาดการเคลื่อนไหวและขาดการออกกำลังกายและจากปัญหาสุขภาพที่ไม่เอื้ออำนวย หรือเกิดจากปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ การมีรายได้ลดลงหรือไม่มีรายได้เพราะการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคมในปัจจุบันอาจส่งผลและมีปัญหาสุขภาพจิตใจ ที่รู้สึกหดหู่ รู้สึกว่าตนเองไม่มีความหมาย รู้สึกเป็นภาระของลูกหลานเมื่อไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้เหมือนเมื่อก่อน เป็นช่วงวัยแห่งการพลัดพราก สูญเสีย จึงส่งผลให้เกิดความรู้สึกด้านลบแทบทั้งสิ้น เพราะฉะนั้นในผู้สูงวัย จึงเป็นวัยที่ต้องมีการดูแล เอาใจใส่จากครอบครัว จากสังคม มากกว่าวัยอื่น เพื่อให้ผู้สูงวัยสามารถดูแลตนเองได้พอสมควรกับวัย มีสุขภาพแข็งแรงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ จึงต้องมีข้อคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ โดยตรงในการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาและรวบรวมวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ โดยมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

จากการศึกษาหาความหมายและทำความเข้าใจโดยส่วนใหญ่มีการตีความและจะเป็นการนับเวลาจากปฏิทิน ซึ่งพบการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านสภาพร่างกาย สภาพจิตใจและสภาพทางสังคม โดยมีความแตกต่างกันออกไป แสดงให้เห็นถึงนิยามเกี่ยวกับผู้สูงวัยที่แตกต่างกันตามบริบทของแต่ละสังคม และวัฒนธรรม โดยสอดคล้องกับ จากการศึกษาของ (Hall, 1978) ซึ่งได้จำแนกผู้สูงอายุของบุคคลออกเป็น 4 ประเภท คือ

1. การสูงอายุดตามวัย (Chronological Aging) เป็นการพิจารณาการสูงอายุดจากปีปฏิทินที่เกิดขึ้น จึงทำให้สามารถจำแนกได้ทันทีว่าอายุมากหรือน้อย

2. การสูงอายุดตามสภาพร่างกาย (Biological Aging) เป็นการพิจารณาการสูงอายุจากสรีระร่างกายที่เปลี่ยนไป เนื่องจากการเสื่อมโทรมตามอายุ ซึ่งส่งผลต่อประสิทธิภาพการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ที่ลดลง จึงทำให้การจำแนกการสูงอายุมีความแตกต่างของแต่ละบุคคล

3. การสูงอายุดตามสภาพจิตใจ (Physiological Aging) จากการเปลี่ยนแปลงไปของการทำงานด้านกระบวนการคิด การรับรู้ การจำ บุคลิกภาพ เซาว์ปัญญา เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น

4. การสูงอายุดตามสภาพสังคม (Sociological Aging) การเปลี่ยนแปลงทางบทบาทหน้าที่ทางสังคมทั้งความเป็นตัวตน บทบาทหน้าที่ต่อสังคม รวมถึงความคาดหวังของสังคมต่อบุคคลนั้นเมื่อบุคคลนั้นมีอายุเพิ่มมากขึ้นด้วย

1.1 ความหมายของผู้สูงวัย อาวุโส ผู้สูงอายุ

จากการกำหนดนิยาม คำว่า ผู้สูงวัย อาวุโส ผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับความแตกต่างกันในแต่ละบริบทของแต่ละสังคม หรือกลุ่มที่ปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่จำแนกแตกต่างกันออกไป โดยจากการรวบรวมคำและความหมายที่มีลักษณะใกล้เคียงกันกับคำว่า “ผู้สูงวัย” ได้หลากหลายคำและความหมายที่ใกล้เคียงกันดังนี้

ราชบัณฑิตยสถาน (2554) ให้ความหมายของคำว่า อาวุโส คือ ความมีอายุมากกว่าหรือมีประสบการณ์ประสบการณ์ ในอาชีพมากกว่าเป็นต้น เช่น เขามีอาวุโสในการทำงาน ผู้มีอาวุโสทางการเมือง

World Health Organization (1989) ได้ให้ความหมายไว้แบบกว้าง ๆ ว่า หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 60 ปีหรือมากกว่าเมื่อนับตามวัย หรือหมายถึง ผู้ที่เกษียณอายุจากการทำงานตามสภาพเศรษฐกิจ หรือผู้ที่สังคมยอมรับว่าสูงอายุจากการกำหนดของสังคม วัฒนธรรม

สหประชาชาติ (United Nations) ยังไม่มีนิยามที่แน่นอนเกี่ยวกับอายุ จึงจะเรียกว่าเป็น “ผู้สูงอายุ” (Older/Elderly person) แต่สหประชาชาติใช้อายุ 60 ปีขึ้นไปในการนำเสนอสถิติข้อมูล และตัวชี้วัดที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ในประเทศพัฒนาแล้วส่วนใหญ่ใช้อายุ 65 ปีขึ้นไปเป็นเกณฑ์ในการเรียก “ผู้สูงอายุ” (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2562)

สำหรับประเทศไทย ในพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 (ฉบับแก้ไข พ.ศ. 2553) ในมาตรา 3 ได้นิยามคำว่า “ผู้สูงอายุ” หมายความว่า บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทย (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2553)

กระทรวงสาธารณสุข (2563) ให้นิยามคำว่าผู้สูงอายุ หมายถึง ประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง

สนธิยา ลีละมาต (2557) ได้ให้ความหมายของกีฬา ไว้ว่า กีฬาเป็นกิจกรรมทางกายที่มีคุณลักษณะสำคัญคือ ต้องใช้ทักษะและมีการแข่งขันสูง มีความเฉพาะเจาะจงมากกว่าการออกกำลังกาย

กาย ต้องการระดับสมรรถภาพทางกาย ทักษะการเคลื่อนไหว การแข่งขัน และชัยชนะ มีรูปแบบกฎ กติกาชัดเจน ต้องการผู้ฝึกสอน ยุทธวิธี และคู่แข่งชั้น ผลของกีฬาคือการชนะหรือแพ้ การแข่งขัน และชัยชนะถือเป็นเป้าหมายสำคัญของกีฬา

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2555) กล่าวว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไปทั้งชายและหญิง และยังได้แบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 2 กลุ่ม คือ 1. ผู้สูงอายุตอนต้น หมายถึง บุคคลที่มีอายุ 60-69 ปีทั้งเพศชายและเพศหญิง 2. ผู้สูงอายุตอนปลาย หมายถึง บุคคลที่มีอายุ 70 ปี ขึ้นไปทั้งเพศชายและเพศหญิง

บรรลุ ศิริพานิช (2555) ทำการศึกษาเรื่อง ปกิณกะงานผู้สูงอายุ ได้ให้ความหมายของ คำที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ดังนี้ 1) “ผู้สูงอายุ” หมายถึง การเอาอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นหลักในการเรียก 2) คนชรา หมายถึง การเอาลักษณะทางกายภาพเป็นหลักในการเรียก เช่น ผิวหนังเหี่ยวยุ่น ผมหงอก ความจำไม่ดี เป็นต้น และ 3) ผู้อาวุโส หมายถึง การเอาสถานภาพทางราชการ แก่กว่า เก่ากว่า เป็นหลักในการเรียก

จากความข้างต้น “ผู้สูงวัย ผู้สูงอายุและผู้อาวุโส” ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า เป็นวัยแห่ง การเปลี่ยนแปลงของร่างกายเกือบทุกระบบในทางที่เสื่อมถอย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอาจส่งผล ต่อภาวะทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมให้เสื่อมถอยตามไปด้วยแต่ในทางตรงข้ามก็เป็นบุคคลที่มี ภูมิภาวะ มีประสบการณ์ มีความชำนาญมากขึ้น และเมื่อเริ่มมีอายุเข้าสู่ผู้สูงวัย แต่ในที่นี้อาจเป็น กรณีพิเศษที่เกี่ยวข้องกับการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยที่เริ่มนับอายุผู้สูงวัยตั้งแต่อายุ 40 ปี จนอายุ ตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป

1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย

จากการเปลี่ยนแปลงของโลกในปัจจุบันนี้อาจส่งผลต่อแนวคิดพื้นฐานของ แผนผู้สูงอายุ แห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2564) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552 ได้ให้แนวคิด ปรัชญาไว้ว่า “ผู้สูงอายุไม่ใช่บุคคลด้อยโอกาสหรือเป็นภาระต่อสังคม แต่สามารถมีส่วนร่วมและเป็นพลังพัฒนา สังคม จึงควรได้รับการส่งเสริมและเกื้อกูลจากครอบครัว ชุมชนและรัฐ ให้ดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และคงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีให้นานที่สุด...” (กระทรวงการพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์, 2552) คำกล่าวข้างต้น ย่อมส่งผลให้การรับรู้ถึงคุณค่าในตนเองของมนุษย์ มีเพิ่มมากขึ้นและเป็นการกระตุ้นเตือนตนเองของบุคคลที่ย่างก้าวเข้าสู่วัยอาวุโส ผู้สูงอายุหรือผู้สูงวัย ว่าการพัฒนาศักยภาพของทุกคนไม่มีขีดจำกัดในเรื่องของอายุ และกลุ่มคนอาวุโส ผู้สูงอายุและผู้สูงวัย บางครั้งอยู่ในช่วงการพัฒนาศักยภาพของตัวเองได้ ทั้งในเรื่องของความคิด การบริหารจัดการ องค์กรความรู้ต่าง ๆ และมีความสุข ครอบรอบ ในการตัดสินใจหรือแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่าง

ดีกว่าในช่วงวัย อื่น ๆ อีกด้วย เนื่องจากมีประสบการณ์และการเรียนรู้ปัญหาอย่างมากมาย จาก การศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย มีนักวิชาการสาขาต่าง ๆ ทั้งทางด้านชีววิทยา จิตวิทยา สังคม วิทยา รัฐศาสตร์ ที่ได้ทำการศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า มีกระบวนการ เกิดขึ้นหลายกระบวนการและมีปัจจัยที่ส่งผลต่อการเกิดความเปลี่ยนแปลงทางความคิดของผู้สูงวัย ผู้ อาวุโสและผู้สูงอายุแตกต่างกัน ไม่สามารถที่จะอธิบายได้ด้วยทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งเท่านั้น ต้องอาศัย หลาย ๆ ทฤษฎีมาประกอบกัน ประกอบด้วย 2 ทฤษฎีหลัก ได้แก่ ทฤษฎีความสูงอายุเชิงชีวภาพ (Biological Theory) และทฤษฎีความสูงอายุเชิงจิตสังคม (Psychosocial Theory) โดยมี รายละเอียดดังนี้

1.2.1 ทฤษฎีความสูงอายุเชิงชีวภาพ (Biological Theory)

นักชีววิทยาหลายท่าน ได้ศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีความสูงอายุเชิงชีวภาพและได้ตั้งหลักเกณฑ์ ของทฤษฎีความสูงอายุ ไว้หลายท่าน เช่น Rockstein and Sussman (อ้างถึงใน มยุรี ถนอมสุข สุ มิตร สุวรรณ สมบุญ ศิลปรุ่งธรรม ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ สุพรทิพย์ พูเพณียต และอัญชรี แสง พฤษ, 2558) กล่าวถึง หลักของทฤษฎีความสูงอายุว่า อวัยวะทุกส่วนของร่างกายจะเปลี่ยนแปลงไป ตามความสูงอายุในอัตราไม่เท่ากันและในแต่ละคนจะมีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะชนิดเดียวกันไม่ เท่ากันด้วยเช่นกัน โดยได้ตั้งข้อสมมติฐานและแนวความคิดเกี่ยวกับทฤษฎีความสูงอายุว่า กระบวนการความสูงอายุของคน เริ่มขึ้นตั้งแต่ปฏิสนธิ การเกิดความสูงอายุของแต่ละบุคคลจะ แตกต่างกัน ขึ้นกับสภาวะต่าง ๆ เช่น พันธุกรรมสังคม จิตวิทยาและเศรษฐกิจ ความสูงอายุเป็นช่วง สุดท้ายของชีวิต เป็นช่วงที่กลไกของการซ่อมแซมไม่สมดุล โดยไม่มีใครหลีกเลี่ยงความตายได้ เมื่อ อายุมากขึ้น ๆ กระบวนการของความสูงอายุทางชีวภาพจะแตกต่างกันไปตามหน้าที่การทำงานของ อวัยวะ เช่น อัตราการกรองของไตเมื่ออายุมากขึ้นจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล เพราะอัตราการ ทำงานของเซลล์ในแต่ละคนจะแตกต่างกันการทำงานของระบบใดระบบหนึ่งในร่างกายอาจจะลดลง มาก เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้นในขณะที่เดียวกันระบบอื่น ๆ ของร่างกายอาจจะไม่มีการเปลี่ยนแปลงให้เห็น ก็ได้ นอกจากนี้ Rockstein and Sussman ยังได้ตั้งทฤษฎีความสูงอายุเชิงชีวภาพ ซึ่งแบ่งออกได้ เป็น 2 ประเภท คือ

1.ทฤษฎีความสูงอายุที่เกี่ยวข้องกับพันธุกรรม ได้แก่

1) ทฤษฎีพันธุกรรมทั่วไป (General Genetic Theory) กล่าวถึง อายุขัยของสัตว์ แต่ละชนิดจะมีอายุนานไม่เท่ากัน จะถูกกำหนดขึ้นโดยรหัสทางพันธุกรรม เช่น แมลงหวี่ มีอายุขัย เฉลี่ยประมาณ 1 วัน หนู 2-3 ปี สุนัข 12 ปี ม้า 25 ปีและมนุษย์ 70 ปี สำหรับผู้หญิงจะมีอายุยืนยาว กว่าผู้ชายโดยเฉลี่ยประมาณ 8 ปี ลักษณะทางเพศถูกกำหนดขึ้นโดยเพศชายจะมีโครโมโซม XY ส่วน

เพศหญิงมีโครโมโซม XX และเนื่องจากเพศหญิงมีโครโมโซม X มากกว่าเพศชาย จึงทำให้มีอายุยืนยาวกว่า นอกจากนี้ยังพบว่าครอบครัวใดที่มีบรรพบุรุษที่มีอายุขัยยืนยาวบุคคลในครอบครัวนั้นก็จะมีอายุขัยยืนยาวด้วยเช่นกัน แต่ถ้ามีการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมก็จะมีผลทำให้รหัสพันธุกรรม ซึ่งเป็นตัวกำหนดอายุขัยเปลี่ยนไปได้เช่นกัน (อ้างถึงใน มยุรี ถนอมสุข สุมิตร สุวรรณ สมบุญ ศิลป์รุ่งธรรม ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ สุพรทิพย์ พูเพนียด และอัญชรี แสงพฤกษ์, 2558)

2) ทฤษฎีความสูงอายุที่เกี่ยวข้องทางสรีรวิทยา (Physiological Theory) (อ้างถึงใน มยุรี ถนอมสุข สุมิตร สุวรรณ สมบุญ ศิลป์รุ่งธรรม ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ สุพรทิพย์ พูเพนียด และอัญชรี แสงพฤกษ์, 2558) กล่าวถึง ความมีอายุเป็นผลมาจากความล้มเหลวของการทำงานของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกาย และความบกพร่องของกลไกในการควบคุมทางสรีรวิทยา ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

2.1) ทฤษฎีภูมิคุ้มกัน (Immunological Theory) ระบบภูมิคุ้มกันประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ หลายส่วน ทำหน้าที่ป้องกันร่างกาย จากจุลินทรีย์ที่ได้รับจากสิ่งแวดล้อมภายนอก และเซลล์แปลกปลอม ซึ่งเป็นอันตรายต่อร่างกายของตนเองเช่น การติดเชื้อเซลล์มะเร็งกลไกในการป้องกันมี 2 วิธี คือ การสร้างแอนติบอดีเพื่อทำลายจุลินทรีย์และโปรตีนที่แปลกปลอมมาและการสร้างเซลล์ชนิดหนึ่งเพื่อทำหน้าที่ในการกิน และย่อยเซลล์หรือสิ่งแปลกปลอมนั้น

2.2) ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับประสาทและต่อมไร้ท่อ (Neuroendocrine Theory) โดยปกติการทำงานของระบบสมอง ประสาทอัตโนมัติและต่อมไร้ท่อจะทำงานประสานกันควบคุมซึ่งกันและกันเพื่อให้ร่างกายดำรงชีวิตอยู่ได้ตามปกติ แต่เมื่ออายุมากขึ้นจะมีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนภายในร่างกาย พบว่าสำหรับผู้สูงอายุระดับอ่อนจะผลิตอินซูลินออกมาช้าลงในขณะที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูง จึงมีแนวโน้มจะเกิดโรคเบาหวานมากขึ้น นอกจากนี้ยังมีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ ต่อมหมวกไตและส่วนต่าง ๆ ที่ผลิตฮอร์โมน โดยเฉพาะอย่างยิ่งฮอร์โมนที่ผลิตจากไฮโปทาลามัส (Hypothalamus) และต่อมใต้สมอง (Pituitary gland) เมื่อมีความผิดปกติของระบบประสาทและต่อมไร้ท่อจะทำให้มีผลต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกาย ทำให้ทำงานผิดปกติและตายในที่สุด

1.2.2 ทฤษฎีความสูงอายุเชิงจิตสังคม (Psychosocial Theory) การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและสังคมผู้สูงอายุ มักจะเป็นพร้อม ๆ กันและมีผลกระทบซึ่งกันและกัน ซึ่งเกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ สถานภาพ วัฒนธรรมเจตคติ โครงสร้างของครอบครัวและมีกิจกรรมในสังคม ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

1) ทฤษฎีการถดถอยจากสังคม (Disengagement Theory) พบว่า กระบวนการของความสูงอายุมักมีลักษณะเฉพาะ คือ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะค่อย ๆ หนีและถดถอยออกไปทีละน้อย ๆ จากคนอื่น ๆ ในสังคม ซึ่งแต่ละคนก็จะมีความสุขความพอใจและได้รับประโยชน์ร่วมกัน เพราะจะได้รับอิสระจากกฎต่าง ๆ ของสังคม ทฤษฎีนี้ไม่ได้บ่งชี้ว่าผู้สูงอายุหรือสังคมเป็นผู้ที่ถดถอยหนี แต่ผู้สูงอายุจะมีความสุขอย่างมากถ้าได้มาอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมือนเดิม นอกจากนี้พบว่าถ้าสิ่งแวดล้อมดีลักษณะทางสังคมดี มีการยอมรับ เปิดโอกาสและเคารพในตัวผู้สูงอายุแล้วจะเป็นเหตุส่งเสริมให้ ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในสังคมมากกว่าที่จะถดถอย แต่การที่ผู้สูงอายุถดถอยจากสังคม ก็เนื่องมาจาก ผู้สูงอายุต้องทิ้งบทบาทเดิม เช่น การเกษียณอายุราชการ ทำให้ความสัมพันธ์ร่วมกับเพื่อนร่วมงานลดลงไป บุตรแยกครอบครัวออกไป คู่สมรสเสียชีวิต หรือตนเองหมดสภาพหัวหน้าครอบครัว สิ่งเหล่านี้เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุถดถอยออกมาจากสังคม (อ้างถึงใน มยุรี ถนอมสุข สุมิตร สุวรรณ สมบุญ ศิลป์รุ่งธรรม ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ สุพรทิพย์ พูเพนียด และอัญชรี แสงพฤษ, 2558)

1.2.3 ทฤษฎีการมีกิจกรรมร่วมกัน (The Activity Theory) พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักจะดำเนินชีวิตเหมือนกับคนที่อยู่ในวัยกลางคน และจะปฏิเสธที่จะมีชีวิตแบบคนสูงอายุมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ลักษณะของสังคมจะต้องมีแบบแผนให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมได้เท่ากับคนในวัยกลางคน โดยสนับสนุนให้มีกิจกรรมต่าง ๆ มีความสนใจและเกี่ยวข้องกับสมาชิกในวัยเดียวกัน ทฤษฎีชี้แนะถึงการรักษาระดับของกิจกรรมที่จะให้คนไว้และให้เหมาะสมกับกระบวนการความสูงอายุนั้น เช่น การเล่นเกมที่ใช้สติปัญญาแทนการใช้กำลัง เมื่อความสามารถในการทำงานลดลง เพื่อทดแทนการทำงานต่าง ๆ เมื่อลาออกแล้ว ส่งเสริมให้มีเพื่อนใหม่บ้างการมีกิจกรรมจะทำให้สภาพทางร่างกายจิตใจ และสังคมดีขึ้น ฉะนั้นควรตระหนักให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมต่อไปเมื่อมีอายุมากขึ้น ควรกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมต่อไปเพื่อความมั่นคงและอยู่ในสังคมอย่างมีคุณภาพ สุขภาพ ก็มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม และถ้ากิจกรรมในสังคมหนึ่งสังคมใดลดลงก็จะมีผลให้อีกสังคมลดลงด้วย

1.2.4 ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) ทฤษฎีนี้เป็นผลมาจากการศึกษาเพื่อหาข้อขัดแย้ง ของทฤษฎีการถดถอยออกจากสังคมและทฤษฎีการมีกิจกรรมร่วมกัน นำทฤษฎีทั้งสองมาวิเคราะห์พบว่า การที่ผู้สูงอายุจะมีความสุข และมีกิจกรรมร่วมกันนั้นขึ้นกับบุคลิกภาพและแบบแผนของชีวิตของแต่ละคน เช่น ผู้สูงอายุที่ชอบกิจกรรมร่วมกันในสังคม ก็จะมีกิจกรรมเหมือนเดิมเมื่อมีอายุมากขึ้นส่วนผู้สูงอายุที่ชอบสันโดษ ไม่เคยมีบทบาทในสังคมมาก่อน ก็ย่อมจะแยกตัวเองออกจากสังคมเมื่ออายุมากขึ้น ทฤษฎีนี้มีหลายรูปแบบที่ผู้สูงอายุจะแสดงออกมารูปแบบนั้น ๆ จะสะท้อนถึงปฏิกริยาซับซ้อนระหว่างบุคลิกภาพของแต่ละคน และสภาพแวดล้อมของสังคม โดยทั่วไปจะสะท้อนให้เห็นอุปนิสัย การตัดสินใจ ความพอใจ อารมณ์ ซึ่งแต่ละคนมีแบบแผนมาตั้งแต่วัยต้น ๆ ของชีวิต

รูปแบบของการตัดสินใจของทฤษฎีนี้เน้นที่ บุคลิกภาพ กิจกรรมและความพอใจในชีวิต บางท่านเรียกทฤษฎีนี้ว่า ทฤษฎีบุคลิกภาพ (Personality Theory)

1.2.5 ทฤษฎีของอีริกสัน (Erikson's Epigenetic Theory) ทฤษฎีนี้อธิบายถึงการพัฒนาของคน ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยสูงอายุ ช่วงอายุ 25-65 ปี เป็นช่วงวัยที่มีความทะเยอทะยานมีความคิดสร้างสรรค์ต่าง ๆ ต้องการสร้างความสำเร็จในชีวิตถ้าผู้สูงอายุประสบความสำเร็จจะรู้สึกพอใจในความมั่นคง ภาคภูมิใจตัวเองและสืบทอดต่อ ๆ ไปยังรุ่นลูกหลาน อีริกสันเรียกกลุ่มนี้ว่า Generativity แต่ถ้าไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต ผู้สูงอายุจะเข็งซึม เบื่อ ขาดความกระตือรือร้น กลุ่มนี้เรียกว่า Stagnation นับตั้งแต่อายุ 65 ปี ขึ้นไป ผู้สูงอายุที่มีความเจริญ มั่นคงในชีวิตจะมีการประเมินผลเกี่ยวกับความสำเร็จและความล้มเหลวตลอดเวลา กลุ่มนี้เรียกว่า Integrity แต่ถ้าทำงานไม่ประสบความสำเร็จ จะรู้สึกว่า ชีวิตนี้ไม่มีความหมายเสียเวลา ไปโดยเปล่าประโยชน์ และท้อถอยหมดหวัง กลุ่มนี้อีริกสันเรียกว่า Despair การพัฒนาจะดีได้ก็ต้องเป็นไปตามขั้นตอนและต่อเนื่องกันตามพัฒนาการของชีวิตซึ่งผู้สูงอายุจะประสบความสำเร็จหรือไม่ ย่อมขึ้นอยู่กับประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาในวัยต้น ๆ ของแต่ละบุคคล (อ้างถึงใน มยุรี ฌนอมสุข สมิตร์ สุวรรณ สมบุญ ศิลปรุ่งธรรม ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ สุพรทิพย์ พุเพนียด และอัญชรี แสงพฤกษ์, 2558)

1.2.6 ทฤษฎีของเพค (Peck's Theory) (อ้างถึงใน มยุรี ฌนอมสุข สมิตร์ สุวรรณ สมบุญ ศิลปรุ่งธรรม ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ สุพรทิพย์ พุเพนียด และอัญชรี แสงพฤกษ์, 2558) ได้แบ่งผู้สูงอายุเป็น 2 กลุ่ม คือ ผู้สูงอายุวัยต้น (Young Old) อยู่ในช่วงอายุ 55-75 ปี และวัยปลาย (Old Old) อยู่ในช่วงอายุ 75 ปีขึ้นไป ซึ่งทั้งสองกลุ่มนี้มีความแตกต่างกันทั้งทางด้านกายภาพและจิตสังคมและเพค ได้แบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

1. ความรู้สึกของผู้สูงอายุ ขึ้นกับงานที่มีทำอยู่ ผู้สูงอายุรู้สึกภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าของตนเองมีคุณค่า แต่เมื่อเกษียณอายุแล้วความรู้สึกนี้จะลดลง ฉะนั้นบางคนจะสร้างความพึงพอใจต่อไปโดยการหางานอื่นทำทดแทน เช่น ปลูกต้นไม้

2. ผู้สูงอายุควรยอมรับว่าเมื่ออายุมากขึ้นสมรรถภาพของร่างกายย่อมลดลงและชีวิตจะมีความสุข ถ้าสามารถยอมรับและปรับความรู้สึกนี้ได้

3. ยอมรับว่าร่างกายต้องมีการเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติและยอมรับเรื่องความตายโดยไม่รู้สึกหวาดกลัว

จากข้อความข้างต้นผู้วิจัย สรุปได้ว่า ทฤษฎีความสูงอายุในเชิงต่าง ๆ ไม่ว่าจะ เป็นทางด้านเชิงชีวภาพและทฤษฎีความสูงอายุเชิงจิตสังคม เป็นกระบวนการของความสูงอายุที่จะมีการเปลี่ยนแปลงไปตามวัน เวลา ซึ่งมีความเกี่ยวข้องและมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะ เป็น

ทางด้านร่างกาย สถานภาพ ความคิด สังคม วัฒนธรรม รวมถึงครอบครัว ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องกับผู้อาวุโสและผู้สูงอายุ ควรจะต้องรับทราบและคำนึงถึงการเปลี่ยนแปลงและสามารถ ประเมินปัญหาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม เพื่อนำมาวางแผนในการจัดกิจกรรม ให้การดูแลและให้บริการแก่ผู้อาวุโสและผู้สูงอายุ ในการทำกิจกรรมในรูปแบบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มผู้อาวุโสและผู้สูงอายุ โดยตรง เพื่อให้เกิดความสมดุลทางด้านกายภาพ ทางด้านจิตใจและความปลอดภัยสูงสุดในทุก ๆ กิจกรรมที่จัดให้ผู้อาวุโสหรือผู้สูงอายุได้มีความสุขกับกิจกรรมและรู้สึกถึงการมีคุณค่าในตนเองให้มากที่สุด

1.3 การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงวัย

เมื่อมนุษย์เราอายุเพิ่มมากขึ้นระบบการทำงานด้านต่าง ๆ ของร่างกาย ก็ย่อมเสื่อมประสิทธิภาพลงตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น รวมถึงสภาวะความตึงเครียดจากการทำงานหรือความวิตกกังวลต่าง ๆ และรวมถึงการที่ผู้อาวุโสและผู้สูงอายุมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง ขาดการเคลื่อนไหว หรือกล่าวได้ว่ามีกิจกรรมทางกายน้อยและหากขาดการออกกำลังกายที่จะช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพการทำหน้าที่ของร่างกายให้คงอยู่ อาจจะมีผลให้เกิดภาวะโรคเรื้อรังเกิดขึ้นกับผู้อาวุโสและผู้สูงอายุได้ เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ โรคอันเกิดจากระบบการเผาผลาญพลังงาน (Metabolic Syndrome) โรคทางระบบประสาท Masoro (2001 อ้างถึงใน อัจฉรา ปุราคม, 2558) ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกระบวนการเปลี่ยนแปลงสภาพทั้งทางด้านชีวภาพ จิตใจ พยาธิภาพ และสมรรถภาพการทำหน้าที่ทางกาย ดังนี้

1) การเปลี่ยนแปลงทางชีวภาพ (Biological Aging) เป็นการแสดงถึงการก้าวล่วงของวัยอาวุโสเข้าสู่ผู้สูง อายุ เช่น ผิวหนังบางลง เพราะเซลล์ผิวหนังมีจำนวนลดลง อัตราการสร้างเซลล์ใหม่ลดลง ระบบประสาทและระบบสัมผัสเซลล์สมองและเซลล์ประสาท มีจำนวนลดลง ระบบกล้ามเนื้อและกระดูกจำนวนและขนาดเส้นใยของเซลล์กล้ามเนื้อลดลง มีเนื้อเยื่อพังพืดเข้ามาแทนที่มากขึ้น ความยืดหยุ่นของเนื้อปอดลดลง ฟันของผู้สูงอายุไม่แข็งแรง ฟันผุง่ายขึ้น ทำให้การเคี้ยวอาหารไม่สะดวกต้องรับประทานอาหารอ่อนและย่อยง่ายและมีขนาดของไตลดลง การไหลเวียนโลหิตในไตลดลง ในเพศชายต่อมลูกหมากโตขึ้น ทำให้ปัสสาวะลำบาก และผลิตเชื้ออสุจิได้น้อยลง ส่วนในเพศหญิง รังไข่จะฝ่อเล็กลง ปีกมดลูกเหี่ยว มดลูกมีขนาดเล็กลง และต่อมใต้สมองจะมีการเปลี่ยนแปลงรูปร่าง และทำงานลดลง ผู้สูงอายุจะเกิดอาการอ่อนเพลียเบื่ออาหารและน้ำหนักลดลง

2) การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ (Psychological Aging) มีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เนื่องจากความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย การสูญเสียบุคคลใกล้ชิด การแยกไปของสมาชิกในครอบครัวและการหยุดจากงานที่ทำอยู่เป็นประจำ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ

3) ความเสื่อมถอยด้านการทำหน้าที่ทางกาย (Functional Aging) การเปลี่ยนแปลงทางการทำหน้าที่ ที่แสดงออกจากการทำหน้าที่ทางกาย ไม่ว่าจะเป็นการทำงานบ้าน การทำงานในบทบาทหน้าที่งานประจำ การออกกำลังกายและเล่นกีฬา เป็นภาวะที่ผู้สูงอายุต้องประสบ เนื่องจากร่างกายผู้สูงอายุเริ่มจะมีข้อจำกัดทางร่างกายทำให้ความคล่องตัวในการคิด การกระทำ การสื่อสารสัมพันธ์ทางสังคมเริ่มลดน้อยถอยลงไป

4) การเปลี่ยนแปลงทางพยาธิสภาพ (Pathological Aging) การเปลี่ยนแปลงเชิงปัจจัยของร่างกายที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่จะส่งผลให้เกิดโรค รวมถึงพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ เช่น การรับประทานอาหาร การสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์

5) การเปลี่ยนแปลงทางความสำเร็จของชีวิต (Successful Aging) การแสดงออกถึงการมีสุขภาพดี มีความสุข และรวมถึงความพึงพอใจ ในการใช้ชีวิตประจำวันในช่วงบั้นปลายของชีวิตด้วย

นอกจากการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุข้างต้นนั้น สุรกุล เจนอบรม (2532) ยังได้อธิบายเกี่ยวกับการเปลี่ยนด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุเอาไว้ ดังนี้ด้วยเช่นกัน

1.3.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physiological Changes) การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุที่สำคัญคืออวัยวะและระบบการทำงานต่าง ๆ ของร่างกายจะเปลี่ยนแปลงไปสู่สภาพความเสื่อม (จันทนา รณฤทธิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ, 2548) เช่น

1.3.1.1 ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (Musculoskeletal System)

อัตราการสร้างแคลเซียมน้อยลง เมื่ออายุ 40 ปีขึ้นไป แคลเซียมมีการสลายออกจากกระดูกมากขึ้น โดยเฉพาะในวัยหมดประจำเดือนของเพศหญิงทำให้แคลเซียมสลายจากกระดูก 2.5 ต่อปี กระดูกของผู้สูงอายุจึงเปราะและหักง่ายแม้ว่าจะไม่ได้รับอุบัติเหตุ ยังพบว่าความสูงลดลงและมีการโค้งงอของกระดูกสันหลัง เนื่องจากกระดูกสันหลังยุบและหมอนรองกระดูกบางลง ความสูงจะลดลงประมาณ 1.5-2 นิ้วทุก 20 ปีหลังอายุ 40 ปี ขนาดของกระดูกยาว อาจใหญ่ขึ้นแต่ภายในจะกลวงมากขึ้น รูปร่างของผู้สูงอายุจึงไม่สมส่วนหลังจากอายุ 30 ปีขึ้นไป ส่งผลให้กล้ามเนื้อลดจำนวนและขนาดเส้นใยของกล้ามเนื้อลง มวลของกล้ามเนื้อจึงลดลง ทำให้มีกำลังกล้ามเนื้อลดลงร้อยละ 12-15 ใช้ระยะเวลาในการหดตัวแต่ละครั้งนานขึ้น ทำให้การเคลื่อนไหวร่างกายช้าลงและอาจมีอาการสั่นร่วมด้วย (จันทนา รณฤทธิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ, 2548) และระบบต่อมต่าง ๆ ได้แก่ต่อมน้ำลายจะขับน้ำลายลดน้อยลง ต่อมไร้ท่อเสื่อม จึงเกิดเป็นโรคเบาหวานได้ง่าย ต่อมผิวหนังบาง เกิดการเหี่ยวบน ไขมันใต้ผิวหนังลดน้อยลง ผิวหนังแห้ง การปรับตัวของร่างกายไม่ดีและค่อย ๆ เสื่อมสภาพลงทุก ๆ ปี

1.3.1.2 ระบบทางเดินอาหาร (Digestive System)

ระบบการย่อยอาหาร มีการย่อยอาหารผิดปกติเนื่องจากฟันหัก เคี้ยวอาหารไม่ละเอียด น้ำย่อยในกระเพาะอาหารลดน้อยลง ทำให้ย่อยอาหารประเภทเนื้อสัตว์ไม่ดี ไม่ละเอียด ส่งผลให้เกิดอาการท้องอืดได้ ฟันของผู้สูงอายุไม่แข็งแรงและรากฟันเปราะบาง แดกง่าย เนื่องจากสิ่งเคลือบฟันบางลง พบว่ากรามมีมวลกระดูกลดลง เป็นเหตุให้การยึดเกาะของฟันด้อยประสิทธิภาพลงและมี สีคล้ำขึ้น เพราะมีการดูดซึมสารที่มีสีเข้าไปสะสมมากขึ้น การสร้างฟันลดลงทั้งปริมาณและคุณภาพ ฟันผุหรือหลุดร่วง แดกหักง่ายขึ้น (วลัยพร นันทศุภวัฒน์, 2552) ต่อมาน้ำลายเสื่อม หน้าที่การผลิต เอนไซม์และการหลั่งน้ำลายลดลงเหลือเพียง 1 ใน 3 ทำให้การย่อยแป้งและน้ำตาลในปากลดลง ปากและลิ้นแห้งเกิดการติดเชื้อมากขึ้น ตุ่มรับรสที่ลิ้นฝ่อและรับรสได้น้อยลงกว่าเดิม ความไวต่อการรับรสชาติอาหารลดลง จากมากไปหาน้อย ตามลำดับดังนี้ รสเค็ม รสขม รสเปรี้ยว รสหวาน จึงเกิดภาวะเบื่ออาหารมากขึ้น (Burke, Laramie, Bozzonetti, & Romano, 2004) การเคลื่อนไหวของหลอดอาหารลดลง ทำให้ระยะเวลาที่อาหารผ่านหลอดอาหารช้าลง กล้ามเนื้อหูรูดบริเวณปลายหลอดอาหารหย่อนตัวลงและทำงานช้าลง เป็นเหตุให้อาหารในกระเพาะอาหารสามารถย้อนกลับขึ้นมาในหลอดอาหารได้ง่าย ทำให้เกิดความรู้สึกแสบยอดอก ซึ่งพบได้ร้อยละ 65 ของผู้สูงอายุและบางครั้งอาจเกิดการสำลักเข้าสู่หลอดลมทำให้เกิดโรคปอดบวม การเคลื่อนไหวของกระเพาะอาหารลดลง ทำให้อาหารอยู่ในกระเพาะอาหารนานขึ้นเกิดความรู้สึกหิวบ่อยลง เยื่อบุกระเพาะอาหารบางลงและฟอสีบ พบได้มากกว่าร้อยละ 50 ในผู้สูงอายุ 70 ปีขึ้นไปจึงเป็นเหตุให้การผลิตน้ำย่อยลดลง 1 ใน 5 เมื่ออายุ 40-60 ปี จากการทำงานของกระเพาะอาหารที่เสื่อมสภาพลง ทำให้การดูดซึมแร่ธาตุ แคลเซียมและธาตุเหล็กลดลง ผู้สูงอายุจึงเกิดโรคกระดูกผุโรคโลหิตจางและเกิดภาวะขาดสารอาหารได้ (จันทนา รณฤทธิ์ชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ, 2548) การเคลื่อนไหวของลำไส้เล็กและลำไส้ใหญ่ลดลง ประกอบกับกำลังการหดตัวของกล้ามเนื้อ หน้าท้องลดลง ผู้สูงอายุชอบรับประทานอาหารอ่อน ย่อยง่ายไม่มีกากใย ร่างกายเคลื่อนไหวน้อยลง ร่วมกับการกระหายน้ำน้อยลง จึงเป็นเหตุให้ผู้สูงอายุเกิดภาวะท้องผูกมากขึ้นพบ 1 ใน 3 ของคนที่มียุมากกว่า 60 ปี รวมทั้งมีความหนืดของน้ำดีเพิ่มขึ้นตามอายุ มีผลทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาสเกิดนิ่วในถุงน้ำดี พบในเพศชายร้อยละ 10 เพศหญิงร้อยละ 20 ระหว่างอายุ 55-65 ปี และจะพบได้สูงขึ้นถึงร้อยละ 40 เมื่ออายุ 80 ปี (Fillit, Rockwood, Woodhouse, & Philadelphia, 2012)

1.3.1.3 ระบบประสาทและการรับรู้ความรู้สึก

ระบบประสาทมีการเปลี่ยนแปลงของสมองสมองเสื่อมความรู้สึกรู้สึกความว่องไวต่อการรับรู้เริ่มลดลงและน้อยลง ความสัมพันธ์ระหว่างสมองและกล้ามเนื้อจะเสียไป การทรงตัวไม่มีอาการสั่นตามร่างกายสอดคล้องกับ (วลัยพร นันทศุภวัฒน์, 2552) กล่าวว่าผู้สูงอายุมีการเสื่อมของ

ระบบประสาทส่วนกลางและระบบประสาทส่วนปลาย ทำให้การส่งกระแสประสาทช้าลง จำนวนเซลล์สมองลดลงร้อยละ 1 ต่อปี หลังอายุ 50 ปี ส่งผลให้อุณหภูมิของร่างกายลดลงกว่าตอนวัยหนุ่มสาว เป็นผลทำให้ความสามารถในการตอบสนองต่ออากาศเย็นได้ลดลง จึงพบการสั่นลดลง กล้ามเนื้อและเนื้อเยื่อชั้นใต้ผิวหนังลดลงรวมทั้งความไวในการรับรู้ความรู้สึกเจ็บปวด อุณหภูมิ สัมผัส และการสั่นลดลงชัดเจนหลังอายุ 40 ปี และลดลงมากเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ

1.3.1.4 ระบบหัวใจและหลอดเลือด (Cardiovascular System)

ผู้สูงอายุลักษณะโครงสร้างของหัวใจไม่เปลี่ยนแปลง แต่กล้ามเนื้อหัวใจมีการฝ่อลีบทำให้หัวใจลดลงเล็กน้อย ลิ้นหัวใจแข็งและหนาขึ้นทำให้การปิดเปิดของลิ้นหัวใจไม่ดี เกิดภาวะลิ้นหัวใจรั่วและตีบได้ ประสิทธิภาพการทำงานของหัวใจลดลง ระยะเวลาที่ใช้ในการหดตัวของกล้ามเนื้อหัวใจเพิ่มขึ้น จากสาเหตุดังกล่าวจะทำให้อัตราการเต้นของหัวใจลดลงและกล้ามเนื้อหัวใจมีความไวต่อสิ่งเร้าลดลง ดังนั้นในภาวะที่จำเป็นต้องมีการเพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจ เช่น ภาวะเครียด อัตราการเต้นของหัวใจจะไม่สามารถเพิ่มได้มากเหมือนในวันหนุ่มสาว และอัตราการเต้นของหัวใจที่เร็วขึ้นด้วยเหตุใดก็ตามจะต้องอาศัยเวลานานมากขึ้น จึงกลับสู่สภาวะปกติปริมาณเลือดที่ออกจากหัวใจใน 1 นาทีลดลงประมาณร้อยละ 40 จากอายุ 25-65 ปี จึงมักพบผู้สูงอายุเกิดภาวะหัวใจวายได้ง่าย โดยเฉพาะในกรณีที่หัวใจต้องทำงานมากขึ้นหรือภาวะฉุกเฉิน (Fillit et al., 2012) ผนังหลอดเลือดฝอยหนาขึ้นการแลกเปลี่ยนอาหารและของเสียลดลง ผนังหลอดเลือดมีความยืดหยุ่นน้อยลง ทำให้เกิดภาวะหลอดเลือดแดงแข็งตัว ความเร็วของชีพจรลดลงอัตราการเต้นของชีพจรลดลงตามอายุ รูภายในหลอดเลือดแคบเข้า จึงมีโอกาสเกิดการอุดตันของหลอดเลือดได้ง่าย ความต้านทานของหลอดเลือดปลายทางเพิ่มขึ้นประมาณร้อยละ 1 ต่อปี ทำให้ระดับความดันโลหิตจึงเพิ่มขึ้น หลอดเลือดฝอยไม่สมบูรณ์และเปราะบาง ทำให้เกิดรอยฟกช้ำได้ง่ายเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ลดลง ซึ่งจะพบมากบริเวณสมอง หัวใจ และไต ทำให้อวัยวะเหล่านี้ทำงานลดลงเกิดการเสื่อม (Cheitlin, 2003) ระบบหลอดเลือดโดยหลอดเลือดแข็งความดันโลหิตจะสูงขึ้นออกซิเจนไปสู่สมองน้อยเส้นเลือดไปเลี้ยงหัวใจเสื่อมลิ้นหัวใจแข็งเกิดโรคหัวใจได้ง่าย ระบบทางเดินหายใจโดยปอดเสื่อมลงความยืดหยุ่นของปอดน้อยลงทำให้หายใจเร็วเหนื่อยง่ายและรับออกซิเจนได้น้อยลง ระบบทางเดินหายใจ (Respiratory System) หลอดลมและปอดมีขนาดใหญ่ขึ้น ความยืดหยุ่นของเนื้อปอดลดลงกำลังกล้ามเนื้อที่ช่วยในการหายใจเข้าและหายใจออกลดลง ผนังทรวงอกแข็งขึ้น การเคลื่อนไหวของกระดูกซี่โครงลดลง จากสาเหตุดังกล่าวมีผลทำให้ปอดยืดขยายและหดตัวได้น้อยลง ความจุปอดและความอึดในการหายใจลดลง ผลจากการทดสอบปริมาตรและความจุของปอดในคนอายุ 30-90 ปีพบว่าความจุส่วนเหลือใช้งานได้เพิ่มขึ้นร้อยละ 50 และปริมาตรอากาศค้างภายในปอดเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 100 ถุงลมมีจำนวนและประสิทธิภาพลดลง ถุงลมเกิดโรคถุงลมโป่งพองได้ง่ายขึ้น อัตราส่วนระหว่างการระบายอากาศและการกำซาบเลือดไม่ได้สัดส่วนกัน ปฏิกิริยาการไอลและประสิทธิภาพของการไอลลดลง จึงเกิดการติด

เชื้อในระบบทางเดินหายใจได้ง่าย การทำงานของฝาปิดกล่องเสียงแย่งลงเป็นเหตุให้เกิดอาการสำลัก และเกิดโรคปอดบวมได้ง่ายขึ้น (Sharma & Goodwin, 2006)

1.3.1.5 ระบบทางเดินปัสสาวะและระบบสืบพันธุ์ (Genitourinary System)

ระบบทางเดินปัสสาวะไตเสื่อมสมรรถภาพ ขับของเสียออกจากร่างกายได้น้อย แต่ขับน้ำออกมามากจึงมีการถ่ายปัสสาวะบ่อย กล้ามเนื้อหูรูดกระเพาะปัสสาวะไม่ตี กล้ามเนื้อกระเพาะปัสสาวะยืดหยุ่นทำให้ถ่ายปัสสาวะไม่หมดและตกค้างทำให้ปัสสาวะไหลง่ายในชายต่อมลูกหมากจะโต ขนาดของไตลดลงเหลือประมาณ 1 ใน 5 ของขนาดเดิม น้ำหนักไตลดลงประมาณร้อยละ 30 และหน่วยไตมีขนาดลดลงร้อยละ 30-40 เมื่ออายุ 25-85 ปี หน่วยไตที่เหลือจะมีขนาดใหญ่ขึ้น ผันงหลอดเลือดแดงที่ไปเลี้ยงไตแข็งตัว ทำให้การไหลเวียนเลือดในไตลดลงประมาณละ 53 และอัตราการกรองของไตลดลงร้อยละ 50 จาก อายุ 20-90 ปี (จันทนา รณฤทธิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ, 2548) การทำงานของท่อไตลดลงทำให้การดูดกลับของสารต่าง ๆ น้อยลง เป็นเหตุให้ปัสสาวะเจือจาง ร่างกายเกิดการสูญเสียน้ำและเกลือแร่ได้ กล้ามเนื้อปัสสาวะอ่อนกำลังลง กำลังการบีบตัวของกระเพาะปัสสาวะจึงลดลงทำให้มีปัสสาวะค้างในกระเพาะปัสสาวะมากขึ้น ประกอบกับขนาดของกระเพาะปัสสาวะลดลง ความจุของกระเพาะปัสสาวะลดลงจาก 500 มิลลิลิตร เหลือเพียง 250 มิลลิลิตร ดังนั้นผู้สูงอายุจึงปัสสาวะบ่อย นอกจากนั้นตัวรับการกระตุ้นในกระเพาะปัสสาวะยังทำงานลดลง ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกปวดถ่ายปัสสาวะเมื่อมีปัสสาวะเต็มกระเพาะปัสสาวะ รวมทั้งมีการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมน ส่งผลให้การทำงานของระบบสืบพันธุ์ทั้งชายและหญิงเสื่อมลง (Burke et al, 2004)

จากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายดังกล่าว ส่งผลให้ผู้อาวุโสและผู้สูงอายุจำเป็นต้องคำนึงถึงสุขภาพและการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเพราะบางครั้งการใช้ร่างกายอย่างหักโหมมาจากการทำงานหรือช่วงวัยรุ่น จะส่งผลก่อให้เกิดปัญหาสำหรับผู้สูงอายุคือเกิดการเจ็บป่วยเรื้อรัง ซึ่งพบว่าในกลุ่มคนที่เริ่มเข้าสู่ช่วงของผู้สูงอายุมีโอกาสพบปัญหาโรคเรื้อรังอย่างน้อยหนึ่งโรค เริ่มมีโรคประจำตัว มีปัญหาสุขภาพสุขภาพตามมามีความอ่อนแอมีปัญหากับสุขภาพของฟันและดวงตา โดยส่วนใหญ่มักพบว่ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบประสาทการหลงลืมง่าย

1.3.2 การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ

การเปลี่ยนแปลงด้านพัฒนาการทางจิตใจในวัยผู้สูงอายุ (Erikson, 1968) พบว่าพัฒนาการทางจิตใจสังคมในวัยผู้สูงอายุ จะมีการทบทวนประสบการณ์และความสำเร็จในอดีตที่ผ่านมาถ้าพบว่าตนเองได้ทำหน้าที่อย่างเต็มที่และดีที่สุดแล้ว จะมีความพึงพอใจในตนเอง บุคลิกภาพที่แสดงออกมาในลักษณะเข้มแข็ง มีอารมณ์มั่นคงเรียกว่า Despair ดังนั้นผู้สูงอายุควรทำใจให้ยอมรับสร้าง ความ

เข้าใจตนเอง รู้จักชีวิต และปล่อยวาง เพื่อให้เกิดความสุขสงบในชีวิต จากการศึกษาพบว่า การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจส่งผลต่อพัฒนาการ 3 ด้านดังนี้ (วิไลวรรณ ทองเจริญ, 2548)

1.3.2.1 บุคลิกภาพ (Personality)

บุคลิกภาพของบุคคลมีพื้นฐานมาตั้งแต่แรกเริ่ม สอดคล้องสัมพันธ์กับพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จึงทำให้การพัฒนาด้านบุคลิกภาพมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาและตลอดชีวิต ในผู้สูงอายุพบว่าบุคลิกภาพมักไม่ค่อยแตกต่างจากเดิม การเปลี่ยนแปลงทางด้านบุคลิกภาพอาจเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงของอัตมโนทัศน์การตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ที่เปลี่ยนแปลงไปในวัยสูงอายุ รวมทั้งการรับรู้ความมีอายุและการยอมรับของสังคม รูปแบบของบุคลิกภาพของผู้สูงอายุสามารถแบ่งได้ 4 แบบดังนี้ (Erickson, 1968)

บุคลิกภาพแบบผสมผสาน (Integrated Personalities) ซึ่งเป็นบุคลิกภาพที่ซึ่ง

สามารถพบได้ในผู้สูงอายุส่วนใหญ่แบ่งเป็น 3 แบบ คือ

1.1) Reorganize เป็นกลุ่มที่ค้นหากิจกรรม เพื่อปรับปรุงความสามารถที่บกพร่องหรือขาดหายไป โดยการทำกิจกรรมนั้น 1 มีสอดคล้องกับชีวิตประจำวันและมีความชื่นชอบพอใจในระดับสูง

1.2) Focused เป็นกลุ่มที่มีการทำกิจกรรมพอสมควรตามสถานการณ์และระดับความพึงพอใจในภารกิจกรรมในระดับปานกลาง

1.3) Disengaged เป็นกลุ่มถอยตนเองออกจากสังคม มีกิจกรรมน้อยแต่มีระดับความพอใจสูง

2) บุคลิกภาพแบบต่อต้าน (Armoured or Defended Personalities) บุคลิกภาพแบบนี้ ออกเป็น 2 แบบ คือ

2.1) Holding On เป็นกลุ่มที่เกลียดกลัวความชรา โดยพยายามยึดรูปแบบบุคลิกภาพของตนในกลางคนให้คงอยู่ ซึ่งมีความพึงพอใจต่อการยึดถือสิ่งนี้ในระดับสูง

2.2) Constricted เป็นกลุ่มที่เกลียดกลัวความชรา ด้วยการลดและจำกัดการแสดงถึงบทบาทหน้าที่ของตน จะพอใจเมื่อบทบาทของจนลดลง

3) บุคลิกภาพนิ่งเฉยและต้องการการดูแลจากผู้อื่น (Passive Dependent Personalities) แบ่งเป็น 2 แบบ คือ

3.1) Succurance Seeking เป็นกลุ่มที่ต้องการการดูแลจากผู้อื่นเพื่อตอบสนองความพึงพอใจในด้านอารมณ์

3.2) Apathic or Rocking Chair เป็นกลุ่มนิ่งเฉย ซึม มึน ไม่สนใจสิ่งใด

4) บุคลิกภาพแบบขาดความลงตัว (Unintegrated Personalities) พบในผู้สูงอายุที่ไม่สามารถจัดการกับการเปลี่ยนแปลงของวัยได้ ทำให้ไม่สามารถควบคุมและจัดการตนเองทั้งด้านอารมณ์ ความคิด และสภาพจิตใจ เห็นได้ชัดถึงพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป (วิไลวรรณ ทองเจริญ, 2548)

1.3.2.2 ความจำ (Memory)

ผู้สูงอายุจะมีความจำของเรื่องราวในอดีตที่ผ่านมาได้เป็นอย่างดี แต่จะมีความจำเกี่ยวกับสิ่งใหม่ ๆ ลดลง ซึ่งเป็นผลมาจากความเสื่อมถอยของสภาพร่างกายและทางด้านจิตสังคม ผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป พบภาวะสมองเสื่อมถึงร้อยละ 12.4 โดยพบในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย (ร้อยละ 15.1 และ 9.8 ตามลำดับ) และเมื่ออายุเพิ่มมากขึ้นพบความชุกของภาวะสมองเสื่อมก็เพิ่มมากขึ้นด้วย โดยช่วงอายุ 60-69 ปี พบร้อยละ 7.1 ช่วงอายุ 70-79 ปี ร้อยละ 14.7 และอายุ 80 ปีขึ้นไป ร้อยละ 32.5 (มุกดา หนุ่ยศรี, 2559) ความจำเสื่อมลงเกิดจากการทำหน้าที่ที่ผิดปกติไปของสมองด้วยอายุที่มากขึ้น พันธุกรรม หรืออาจเสื่อมจากโรคต่าง ๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดสูง โดยเฉพาะในสมองส่วนที่ไปเลี้ยงสมองอาจมีไขมันสะสมในเส้นเลือดทำให้เลือดไปเลี้ยงสมองน้อยลง การดื่มสุราเรื้อรัง การบาดเจ็บทางสมอง โรคซึมเศร้าหรือโรคทางระบบประสาท เช่น พาร์กินสัน เป็นต้น ส่งผลต่อปัญหาต่าง ๆ ที่เห็นได้ชัด คือ

1) ทักษะความจำ ความตั้งใจและสมาธิ (Memory Attention and Concentration) พบว่าความจำ (Memory) เป็นกระบวนการรับ เก็บ และเรียกข้อมูลกลับมาใช้เมื่อต้องการ แบ่งได้หลายแบบ ในที่นี้จะกล่าวถึงการแบ่งตามระยะเวลาการเก็บข้อมูล ได้แก่ ความจำระยะสั้น (Short-term Memory) เป็นความจำที่ใช้เวลาในการเก็บข้อมูลสั้น ประมาณ 30-60 วินาทีมักคงอยู่สั้น ๆ และความจำระยะยาว (Long-term Memory) เป็นความจำที่ใช้ระยะเวลาเก็บมากกว่า 1 นาทีขึ้นไป คงอยู่ได้นาน แต่ถ้าหากไม่ได้ดึงมาใช้ก็จะค่อย ๆ หายไป ความตั้งใจและสมาธิ (Attention and Concentration) เป็นความสามารถในการจดจ่อต่อสิ่งหนึ่ง หรือกิจกรรมหนึ่ง โดยไม่วอกแวก และความสามารถในการคงความตั้งใจไว้เป็นเวลานาน หากขาดทั้งสองจะส่งผลต่อศักยภาพด้านการจำหรือทักษะด้านอื่น ๆ ด้วย (พิรยา มั่นเขตวิทย์, 2551)

2) ทักษะด้านการรับรู้และความรู้ความเข้าใจ (Perception & Cognition) การรับรู้ (Perception) หมายถึง ความสามารถในการแปลผลสิ่งเร้าจากการรับรู้คือการมองเห็น การได้ยิน การสัมผัส การดมกลิ่น การรับรส รวมทั้งการเคลื่อนไหวเป็นการให้ข้อมูลส่วนการใช้ข้อมูลนั้นจะแสดงออกมาเป็นการกระทำที่เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อม ความรู้ความเข้าใจ (Cognition) เป็นกระบวนการที่มีการรับข้อมูลผ่านการรับรู้ เรียนรู้ และมีการวิเคราะห์ข้อมูลส่งต่อไปเก็บเป็นความจำ ซึ่งความจำจะจัดว่าอยู่ในทักษะด้านนี้ด้วย รวมทั้งกระบวนการนำมาใช้ การตัดสินใจการแก้ปัญหาต่าง ๆ และการปรับตัวให้เหมาะสมกับความต้องการของสิ่งแวดล้อม (พิรยา มั่นเขตวิทย์, 2551)

1.3.2.3 สติปัญญา (Intelligence)

สติปัญญาของบุคคลขึ้นอยู่กับความสามารถทางสมอง ซึ่งจะเริ่มลดลงหลังจากอายุ 30 ปี นอกจากนั้นยังเกี่ยวกับระดับการศึกษา การเรียนรู้ในอดีตและประสบการณ์ในการแก้ปัญหา ด้านระดับสติปัญญาพบว่าความจำเสื่อมโดยเฉพาะความจำในเหตุการณ์ปัจจุบัน (Recent Memory) แต่ความจำในอดีตไม่เสีย (Remote Memory) ระบบประสานงานระหว่างประสาทสัมผัสกับความคิดอ่านจะเชื่อมโยงเข้าเป็นผลให้ดูเหมือนว่าผู้สูงอายุมีสติปัญญาเสื่อมถอย แต่ด้วยในสภาวะการณ์ปัจจุบัน ผู้สูงอายุมีโอกาสเรียนรู้วิทยาการต่าง ๆ มากขึ้นจึงมีโอกาสได้ใช้สมองตลอดเวลาประกอบกับความก้าวหน้าทางการแพทย์มีผลทำให้สุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุดีขึ้น และบุคคลในวัยต่าง ๆ ให้ความสนใจเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ดังนั้นผู้สูงอายุส่วนใหญ่จึงมีสติปัญญาดีกว่าในอดีต โดยทั่ว ๆ ไปการเสื่อมทางสติปัญญาจะค่อยเป็นค่อยไปไม่เท่ากันทุกคนลักษณะความเสื่อมทางสติปัญญาที่พบในผู้สูงอายุ

- 1) ความสามารถในการใช้เหตุผลเสื่อมเร็วกว่าความสามารถในการคำนวณบวกลบตัวเลข
- 2) ความสามารถในการคิดเรื่องนามธรรมมีจำกัด
- 3) ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์ลดลง แต่จะดีขึ้นถ้าผู้สูงอายุใช้ประสบการณ์เดิมที่ผ่านมาช่วยค้นหา และต้องใช้เวลาานานกว่าวัยหนุ่มสาว
- 4) ความสามารถในการคิดอิสระลดลง ต้องอาศัยบุคคลอื่นช่วยในการตัดสินใจ
- 5) มักใช้วิธีแก้ปัญหาแบบที่เคยปฏิบัติโดยไม่เปลี่ยนแปลง เนื่องจากความจำสั้นทำให้แยกสาเหตุไม่ได้ ผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อมจะค่อย ๆ สูญเสียทักษะในการสื่อสารและการเข้าใจคำศัพท์ โดยเริ่มแรกอาจจะลืมชื่อบุคคลหรือสถานที่ ต่อมาจะมีปัญหาเรื่องการใช้สรรพนามต่าง ๆ จนในที่สุดจะมีปัญหาในการสื่อสาร การพูด อาจพูดซ้ำไปมาหรือพูดสั้น ๆ แค่ 1-2 คำ มีความยากลำบากในการเขียน การอ่าน การคำนวณ (เพื่อนใจ รัตตากร, 2551)

จากข้อความข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า แนวคิดเกี่ยวกับผู้อาวุโสและผู้สูงอายุแสดงให้เห็นว่าเมื่อคนเราเริ่มมีอายุเพิ่มมากขึ้นในช่วงอายุ 30 ปีขึ้นไปจะเริ่มมีการค่อยเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจและเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุคือผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปีบริบูรณ์ เมื่อใช้เกณฑ์การกำหนดจากการนับเวลาตามปฏิทิน ซึ่งเกิดจากผู้สูงอายุจากการเปลี่ยนแปลงในทางที่เสื่อมโทรมลงของสภาพร่างกาย สภาพจิตใจ และสังคม มีกำลังถดถอยเชื่อมโยง ผู้ที่ควรได้รับการช่วยเหลือ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลโดยตรงต่อการเข้าสังคมของผู้สูงอายุ การเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจในผู้สูงอายุเป็นผลให้ผู้สูงอายุจะต้องปรับตัวและยอมรับต่อสภาพการเปลี่ยนแปลงนั้น ๆ ฉะนั้นการพัฒนา รูปแบบสังคมผู้อาวุโสและผู้สูงอายุสูงควรตั้งอยู่บนพื้นฐานความเข้าใจและการยอมรับต่อสภาพการเปลี่ยนแปลงนั้น ๆ ด้วย เพื่อที่จะได้ปฏิบัติต่อผู้อาวุโสและผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้อง ทำให้ผู้อาวุโสและ

สูงอายุมีความสุข ดังนั้นการให้ความสำคัญและการพัฒนารูปแบบสังคมผู้อาวุโสและผู้สูงอายุที่เหมาะสม เพื่อส่งเสริมให้เป็นสังคมผู้อาวุโสและผู้สูงอายุที่มีความเข้าใจ สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของประเทศต่อไป

2. แนวคิดและทฤษฎีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ทฤษฎีและหลักการในการออกกำลังกายมีส่วนสำคัญและจำเป็นอย่างมาก เพื่อที่จะทำความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ในแต่ละช่วงวัยและนำมาให้ให้เหมาะสม เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการทำให้มนุษย์มีศักยภาพสูงสุดในช่วงวัยนั้น ๆ และในช่วงผู้สูงอายุ อาวุโสหรือช่วงวัยผู้สูงอายุก็เช่นเดียวกัน ที่ความแข็งแรงทางด้านร่างกายเริ่มเสื่อมถอยและบางครั้งส่งผลต่อสภาพของจิตใจต่อไปอีกด้วย

2.1 หลักพื้นฐานในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ

การออกกำลังกายจะมีความจำเป็นต่อบุคคลทุกวัย แต่สำหรับผู้สูงอายุ การออกกำลังกายบางอย่างอาจก่อให้เกิดอันตรายได้ การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ จึงต้องคำนึงถึงหลักพื้นฐานการออกกำลังกายเฉพาะผู้สูงอายุ เป็นประการสำคัญ ซึ่งการศึกษาของ จุฬาลักษณ์ พูริโนะ (2560) ได้กล่าวถึงหลักพื้นฐานการออกกำลังกายเฉพาะผู้สูงอายุ ดังนี้

- 1) หลักเกี่ยวกับความช้า ความเร็ว การออกกำลังกายที่เหมาะสมเป็นการปฏิบัติอย่างช้า ๆ ไม่ต้องการความเร็ว ควรมีเวลาพักผ่อนได้ตามความจำเป็น
- 2) หลักเกี่ยวกับความหนักเบา ไม่หนัก คือ ไม่ถึงกับให้กำลังกล้ามเนื้อ หรือความอดทนจนถึงที่สุด เพราะอาจเกิดอันตรายแต่ไม่ถึงกับบาดเจ็บกระทั่งแทบจะไม่ต้องออกแรงเสียเลยเพราะจะไม่ได้ประโยชน์
- 3) หลักเกี่ยวกับความมากน้อย ไม่ควรออกกำลังกายมากจนเหน็ดเหนื่อย หายใจหอบ นอกจากไม่ได้ผลแล้ว ยังเป็นอันตรายแก่สุขภาพ แต่ก็ไม่ควรออกกำลังกายน้อยจนไม่ได้ประโยชน์
- 4) หลักสร้างเสริมและรักษาการออกกำลังกาย ต้องทำโดยสม่ำเสมอจึงได้ผลดีการทำ ๆ หยุด ๆ มักไม่ได้ผลและบางครั้งกลับเกิดผลเสีย ควรจะออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 15-20 นาที ติดต่อกันอย่างน้อย 2-4 เดือน เวลาที่ออกกำลังกายจะเป็นเวลาใดก็ได้ แต่ควรจะทำสม่ำเสมอในเวลาเดียวกันทุกครั้ง เพราะมีผลต่อการปรับตัวของร่างกาย แต่ควรจะทำอย่างน้อย 1-2 ชั่วโมง ก่อนและหลังรับประทานอาหาร
- 5) หลักการพักผ่อน และพักฟื้น หลังการออกกำลังกายทุกครั้ง ต้องมีเวลาพักผ่อนให้หายเหนื่อย และพักฟื้นให้ร่างกายมีโอกาสซ่อมแซมส่วนที่มีความสึกหลอที่เกิดขึ้นให้หมดไปและสร้างเสริมให้แข็งแรงยิ่งขึ้น ข้อสังเกตง่าย ๆ คือก่อนออกกำลังกายครั้งต่อไปร่างกายจะต้องสดชื่น อยู่ในสภาพเดิมหรือดีกว่า

6) หลักการอื่น ๆ ไม่ควรออกกำลังกายที่ทำให้เกิดความตื่นเต้น เช่น การแข่งขันควรออกกำลังกายกับผู้ที่อยู่ในวัยใกล้เคียงกัน และจังหวะการเคลื่อนไหวไม่ควรมีการเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหัน

ในส่วนของ วิทยาลัยเวชศาสตร์การกีฬาแห่งสหรัฐอเมริกา (American College of Sports Medicine (2006) ได้ให้ข้อเสนอแนะในการออกกำลังกายโดยใช้หลักเกณฑ์ฟิต (FITTE) ในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุมีองค์ประกอบ ดังนี้

1) F (Frequency) หมายถึง ความถี่ของการออกกำลังกายเป็นจำนวนครั้งของการออกกำลังกายเท่ากับ 3-5 วัน/สัปดาห์ หรือออกกำลังกายทุกวัน โดยในระยะเริ่มต้นควรเริ่มที่ความถี่น้อย ๆ ก่อนเมื่อร่างกายสามารถรับได้จึงค่อย ๆ เพิ่มความถี่ขึ้นและทำอย่างสม่ำเสมอเนื่องโดยเริ่มต้นจากกิจกรรมที่เข้าไปเร็ว (ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์, 2548)

2) I (Intensity) หมายถึง ความหนักเบาของการออกกำลังกาย เป็นการกำหนดระดับความสามารถในการออกกำลังกายแสดงถึงการใช้ปริมาณพลังงานทั้งหมด ผู้สูงอายุควรเริ่มต้นการออกกำลังกายที่มีความหนักปานกลางก่อนและสามารถเพิ่มความทนทานขึ้นในการเพิ่มกำลังของผู้สูงอายุควรทำด้วยความระมัดระวังไม่หักโหม เพราะกล้ามเนื้ออาจฉีกขาดได้ ความหนักของการออกกำลังกายสามารถประเมินได้จากความรู้สึกเหนื่อยโดยใช้วิธีการทดสอบพูดคุยขณะออกกำลังกาย สำหรับผู้สูงอายุการออกกำลังกายเพื่อความทนทานของระบบไหลเวียนเลือดเป็นสิ่งจำเป็นเพราะจะทำให้เนื้อเยื่อต่าง ๆ ของร่างกายได้รับเลือดอย่างเพียงพอ สำหรับผู้สูงอายุแนะนำให้ใช้ท่าที่ใช้ร่างกายตนเองเป็นหลักเพราะสามารถควบคุมได้ สำหรับการใช้น้ำหนักหรืออุปกรณ์การยกน้ำหนัก น้ำหนักที่เหมาะสม คือ ใช้น้ำหนักประมาณครึ่งหนึ่งของน้ำหนักที่ท่านสามารถยกทำนั้นได้เพียง 1 ครั้ง (สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ, 2545)

3) T (Time or Duration) หมายถึง ช่วงระยะเวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้งควรอยู่ระหว่าง 30-45 นาที ซึ่งแบ่งได้เป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 การอบอุ่นร่างกาย (Warm Up) เป็นการเตรียมความพร้อมของร่างกายก่อนการออกกำลังกายจริง ซึ่งผลดีของการอบอุ่นร่างกายต่อสมรรถภาพทางกายมี ดังนี้ 1) เพิ่มอุณหภูมิในกล้ามเนื้อ ทำให้กล้ามเนื้อสามารถหดตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด 2) ทำให้การประสานงานระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อระหว่างกลุ่มกล้ามเนื้อด้วยกันเป็นไปอย่างถูกต้องและราบรื่น 3) ปรับการหายใจและระบบไหลเวียนเลือดให้เข้าใกล้ระยะคงที่ เป็นการย่นระยะการปรับตัวในระหว่างการออกกำลังกาย การเคลื่อนไหวเพื่อการอบอุ่นร่างกายควรเริ่มจากช้า ๆ แล้วค่อย ๆ เพิ่มความเร็วขึ้นจากเบา ๆ แล้วเพิ่มความหนักขึ้น ได้แก่ การยืดเหยียด การบริหารมือเปล่า การออกกำลังกายเฉพาะกิจกรรมโดยใช้เวลาประมาณ 5-10 นาที การอบอุ่นร่างกายต้องคำนึงถึงอุณหภูมิแวดล้อมด้วย เช่น ถ้าอากาศร้อนควรใช้เวลาสั้นๆ ถ้าอากาศหนาวควรใช้

เวลาให้นานกว่า ขั้นตอนที่ 2 ระยะออกกำลังกาย (Exercise) เป็นการออกกำลังกายหลังอบอุ่นร่างกายแล้วความหนักเบาของการออกกำลังกายจะต้องเพียงพอที่จะทำให้เกิดการเผาไหม้ในร่างกาย โดยใช้ออกซิเจนในเลือด ซึ่งเม็ดเลือดแดงนำมาจากปอดที่ปอดในการเผาไหม้จะเกิดของเสีย คือ คาร์บอนไดออกไซด์ ซึ่งเม็ดเลือดแดงจะเป็นผู้นำออกไป หัวใจทำงานมากขึ้น เต็มเร็วและแรงขึ้นปอดทำงานมากขึ้นเกิดการหายใจเร็วและถี่ขึ้น การออกกำลังกายที่มีผลทำให้หัวใจและปอดทำงานมากขึ้น เรียกว่า การออกกำลังกายแบบแอโรบิก (Aerobic) ไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกายวิธีใดก็ตามจะต้องเป็นการออกกำลังกายที่ทำให้อัตราการเต้นของหัวใจ อยู่ที่ประมาณร้อยละ 50-70 ของอัตราการเต้นของหัวใจสูงสุดของแต่ละคนจึงจะเกิดประโยชน์แก่ร่างกายของบุคคลนั้น ขั้นตอนนี้ใช้เวลาประมาณ 20-30 นาที ขั้นตอนที่ 3 ระยะผ่อนคลาย (Cool Down) เป็นการค่อยๆ ผ่อนการออกกำลังกายลงทีละน้อย แทนการหยุดการออกกำลังกายโดยทันที เพื่อให้เลือดที่ค้างอยู่ตามกล้ามเนื้อได้มีโอกาสกลับคืนสู่หัวใจ เพราะขณะออกกำลังกายจะมีการเพิ่มการสูบฉีดเลือดมาเลี้ยงมาก ถ้าหยุดออกกำลังกายทันทีจะมีเลือดค้างอยู่ที่กล้ามเนื้อมากทำให้กลับสู่หัวใจลดลง เลือดออกจากอวัยวะไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของหัวใจลดลงไปด้วยโดยเฉพาะสมองทำให้เกิดหน้ามืดเป็นลมได้

4) T (Type of Exercise) หมายถึง ชนิดของการออกกำลังกาย การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุควรเป็นการออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความยืดหยุ่นของร่างกาย (Flexibility Training) เป็นการออกกำลังกายที่ทำซ้ำ ๆ กันด้วยการยืดกล้ามเนื้อและเอ็น (Stretching) เพื่อให้สามารถเคลื่อนไหวข้อต่าง ๆ ได้เต็มที่

5) E (Enjoyment) เป็นความสนุกสนานเพลิดเพลินในการออกกำลังกาย ให้ผู้สูงอายุกำหนดประเภท และรูปแบบการออกกำลังกายด้วยตนเอง และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายร่วมกับบุคคลอื่นเพราะจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกเพลิดเพลิน สนุก มีแรงกระตุ้นจากคนรอบข้าง ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ต่อเนื่อง ไม่เบื่อหน่ายในการออกกำลังกาย

จากหลักพื้นฐานในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงวัยข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า เนื่องจากผู้สูงวัยมีข้อจำกัดมากกว่าวัยอื่น หลักพื้นฐานในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงวัยถือเป็นสิ่งสำคัญที่สุดที่จะต้องคำนึงถึงและความปลอดภัยในการดำเนินการจัดกิจกรรมต้องคำนึงเป็นอันดับแรก ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัยให้การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงวัยเป็นที่แพร่หลายและได้นำไปใช้ โดยยึดหลักการออกกำลังกายหลักเกณฑ์ฟิต (FITTE) ของวิทยาลัยเวชศาสตร์การกีฬาแห่งสหรัฐอเมริกา เพื่อให้ได้กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความเหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงวัยมากที่สุด

2.2 ประเภทและกิจกรรมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ

วิทยาลัยเวชศาสตร์การกีฬาแห่งสหรัฐอเมริกา (American College of Sports Medicine ACSM, 2006) ได้แบ่งประเภทการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. การออกกำลังกายประเภทแอโรบิกที่ความหนักระดับปานกลาง (Moderate Aerobic Exercise) ให้ได้จำนวนวันมากที่สุดในแต่ละสัปดาห์ เช่นกิจกรรมเข้าจังหวะที่ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นการเดิน การวิ่ง การว่ายน้ำ การขี่จักรยาน เป็นต้น เพื่อพัฒนาระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

2. การออกกำลังกายประเภทสร้างเสริมความแข็งแรง (Strengthening Activities) ควรออกกำลังกายให้ได้อย่างน้อย 2 ครั้งต่อสัปดาห์ ในกรณีที่มีเป้าหมายเพื่อต้องการพัฒนาความแข็งแรงเพิ่มขึ้น ควรมีการปรับเพิ่มความหนักมากขึ้นเป็นลำดับ

3. การออกกำลังกายประเภทความอ่อนตัว (Flexibility) รวมทั้งการพัฒนาการทรงตัว (Balance) ความกระฉับกระเฉงคล่องแคล่วว่องไว (Agility)

(สำนักส่งเสริมสุขภาพกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (ม.ป.ป.) ได้ให้แนวทางกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ ดังนี้

1. การเดิน หรือวิ่งช้า ๆ นิยมกันทั่ว ๆ ไป เพราะค่าใช้จ่ายน้อย เดินคนเดียวก็ได้ เดินเป็นกลุ่มคณะก็ได้ เดินต่างจากวิ่งที่ก้าว ขณะเดินจะมีเท้าข้างหนึ่งเหยียบติดพื้นดินอยู่ตลอดเวลา แต่วิ่งนั้นจำมีช่วงหนึ่งที่เท้าทั้ง 2 ข้างไม่เหยียบติดดิน ดังนั้น การเดินจึงลงน้ำหนักที่เท้า เท้าน้ำหนักของผู้เดิน แต่การวิ่งน้ำหนักที่ลงที่เท้าจะมากขึ้นกว่าเดิม ผู้สูงอายุที่ข้อเท้าหรือข้อเข่าไม่ดี จึงไม่ควรวิ่ง ถ้าข้อเท้า ข้อเข่าไม่ดีมาก ๆ การเดินมากจะเจ็บที่ข้อ ควรเปลี่ยนเป็นการออกกำลังกายชนิดอื่น เช่น เดินในน้ำ หรือว่ายน้ำ ถ้าผู้สูงอายุสถานภาพร่างกายดี และเลือกการเดินเป็นการออกกำลังกาย ก็ควรเริ่มด้วยการเดินช้า ๆ ก่อนประมาณ 5 นาที แล้วค่อยเพิ่มความเร็วขึ้น ถ้าหัดออกกำลังกายใหม่ๆ ก็อย่างเพิ่งเดินไกลนัก แต่เมื่อฝึกจนเกิดความอดทนแล้ว จึงค่อยเพิ่มเวลาและความเร็วขึ้นตามหลัก ความหนักที่เหมาะสม

2. การออกกำลังกายโดยวิธีกายบริหารการออกกำลังกาย โยคะ ท่ากายบริหารนับว่าเป็นวิธีการที่ดีอย่างยิ่ง กายบริหารมีหลายท่าเพื่อก่อให้เกิดการออกกำลังกายทุกสัดส่วนของร่างกาย เป็นการฝึกให้เกิดความอดทน แข็งแรง การทรงตัว การยืดหยุ่นของข้อต่อต่าง ๆ ได้ดี

3. การออกกำลังกายโดยวิธีว่ายน้ำ - เดินในน้ำการว่ายน้ำ เป็นการออกกำลังกายที่ดีอย่างหนึ่ง ที่กล้ามเนื้อทุกส่วนได้มีการเคลื่อนไหวออกกำลังกาย เป็นการฝึกความอดทน ความอ่อนตัว และความคล่องแคล่วว่องไว เหมาะสำหรับผู้ที่มีข้อเข่าเสื่อม น้ำหนักไม่ได้ลงเขาทำให้เขาไม่มีการเจ็บปวด การเดินในน้ำ ก็เหมาะสำหรับคนข้อเข่าเสื่อม เพราะน้ำจะช่วยพยุงน้ำหนักทำให้แรงกดลงบนเข่าลดลง แต่เพิ่มแรงต้านในการเดิน ทำให้กล้ามเนื้อได้ออกแรงมากขึ้น จุดอ่อนของการว่ายน้ำ ก็คือ หา

สระว่ายน้ำได้ยาก สำหรับคนที่ข้อเข่าไม่เสื่อม การออกกำลังกายว่ายน้ำอย่างเดียว ร่างกายไม่ได้รับ น้ำหนักเลย ทำให้โครงกระดูกไม่ได้รับน้ำหนักไม่ได้ผลดี ในการเพิ่มพูนมวลกระดูก ดังนั้นผู้ออกกำลังกายว่ายน้ำแล้ว ควรเพิ่มการออกกำลังกายด้วยการเดิน หรือยกน้ำหนักด้วย จนทำให้ได้ผลในทาง สุขภาพดียิ่งขึ้น

4. การออกกำลังกายโดยวิธีขี่จักรยาน ถ้าขี่จักรยานเคลื่อนที่ไปตามที่ต่าง ๆ เป็นการออกกำลังกายที่ดีมากเพราะเกิดประโยชน์ทั้งความอดทนการทรงตัว และความคล่องแคล่วว่องไว มีความสุขใจ แต่มีจุดอ่อน ที่ต้องมีเพื่อนเป็นหมู่คณะ จึงจะสนุก และปัจจุบัน หาสถานที่ขี่จักรยานเคลื่อนที่ปลอดภัย ลำบากมาก บนถนนรถยนต์มากโอกาสเกิดอุบัติเหตุสูง ในสวนสาธารณะใน กรุงเทพฯ ส่วนใหญ่ก็ห้ามขี่จักรยาน ดังนั้น ปัจจุบัน จึงนิยมขี่จักรยานอยู่กับที่ ในที่ส่วนตัวและมีจักรยานที่ออกแบบมาโดยเฉพาะ มีอุปกรณ์ต่าง ๆ มากมาย ยังมีอุปกรณ์มาราคาก็สูงขึ้น การขี่จักรยานอยู่กับที่ มีจุดอ่อนที่ขาดการฝึกการทรงตัว และขาดการฝึกความคล่องแคล่วว่องไว และกล้ามเนื้อที่ออกกำลังกาย จะเป็นแต่ที่ขาเป็นส่วนใหญ่ ส่วนคอ ส่วนแขน ส่วนเอว เกือบไม่ได้ออกกำลังกายเลยดังนั้น หลังการออกกำลังกายโดยวิธีขี่จักรยานอยู่กับที่แล้ว ควรมีการบริหารส่วนช่วง ท้อง หน้าอก แขน คอด้วยจะสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

5. การรำมวยจีน มีชื่อเรียกต่าง ๆ และมีหลายสำนัก เป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่ได้ทั้งความอดทน ความแข็งแรง ความยืดหยุ่น และฝึกการทรงตัวของร่างกาย ซึ่งเป็นกลวิธีหนึ่งของการส่งเสริม รวมไปถึงการป้องกัน การรักษา การฟื้นฟูสภาพร่างกาย และจิตใจ ของประชาชน การรำมวยจีนเป็นทางเลือกใหม่ของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มผู้สูงวัย วัยทอง และผู้สูงอายุ

6. การออกกำลังกายโดยวิธีฝึกโยคะ สำหรับผู้สูงอายุ นายแพทย์ อเนก ยุวจิตติ ผู้สนใจและเชี่ยวชาญในเรื่องนี้ ยืนยันว่า จากประสบการณ์ของตนเองได้ปฏิบัติกับตัวเองมานานกว่า 20 ปี ทั้งเคยสอนแนะแก่ผู้ป่วย และผู้คุ้นเคยส่วนใหญ่ เป็นผู้สูงอายุเกิดประโยชน์ ท่านกล่าวว่า "โยคะ เป็น วิชาวิทยาศาสตร์แขนงหนึ่ง มีวัตถุประสงค์ ที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติมีสุขภาพดี ทั้งร่างกาย และจิตใจ ทำให้ ดำรงชีวิตอยู่ด้วยความสุข โยคะที่ใช้ฝึกออกกำลังกาย เป็นโยคะเบื้องต้น บริหารท่ามือเปล่า ที่มีการ หายใจเข้า ออก ควบคุมไปด้วยท่า ต่าง ๆ ที่ใช้ฝึกมีหลายท่า"

7. การออกกำลังกายโดยวิธีฝึกในสวนสุขภาพ ปัจจุบันนี้ในสวนสาธารณะใหญ่ ๆ หลายแห่ง มีการจัดแบ่งเป็นสัดส่วนขึ้น เรียกว่า สวนสุขภาพ หรือบางแห่งก็สร้างสวนสุขภาพขึ้นเป็นเอกเทศ เพื่อให้ประชาชนเข้าไปออกกำลังกาย ในสวนสุขภาพเช่นนี้ จะจัดให้มีฐานะฝึกเป็นจุด ๆ เพื่อให้ผู้ออกกำลังกาย ได้ฝึกออกกำลังกายให้ได้ผลในเรื่องความอดทน ความแข็งแรง ความยืดหยุ่น ความทรงตัว ความคล่องแคล่วว่องไว ฯลฯ นับว่าเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ จุดอ่อนอยู่ที่ว่าการจัดทำสวนสุขภาพ เช่นนี้ ยังมีน้อยไม่แพร่หลาย

จากข้อความข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงวัยนั้น ควรเป็นกิจกรรมที่เน้นการเคลื่อนไหวของร่างกาย และสอดคล้องกับกิจวัตรประจำวันของผู้สูงวัย ผู้สูงอายุด้วย จะทำให้ได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ โดยรูปแบบของการออกกำลังกายควรให้ผู้สูงวัย ผู้สูงอายุเลือกตามที่ชื่นชอบหรือสนใจ ไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกายคนเดียวหรือเป็นกลุ่มก็ได้ แต่ตามหลักจิตวิทยาการออกกำลังกายนั้น ได้กล่าวไว้ว่า การออกกำลังกายแบบกลุ่มจะทำให้ออกกำลังกายได้ผลดีกว่า นานกว่าและลดอาการเบื่อหน่ายได้ดีกว่า เนื่องจากมีแรงกระตุ้นจากผู้ร่วมออกกำลังกายด้วยกัน และที่สำคัญที่จะทำให้การออกกำลังกายนั้นเกิดผลและปลอดภัยจะต้องปฏิบัติตามหลักการออกกำลังกายอย่างเคร่งครัดและไม่เร่งรีบ สอดคล้องกับ (เจริญ กระบวนรัตน์ (2560) สำหรับผู้สูงวัย ผู้สูงอายุที่มีรูปร่างผอมบางไม่แข็งแรง จำเป็นต้องได้รับการออกกำลังกายประเภทสร้างเสริมความแข็งแรงกล้ามเนื้อ (Strength Training) เป็นอันดับแรก โดยเสริมสร้างทีละเล็กทีละน้อยอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง ก่อนที่จะออกกำลังกายประเภทแอโรบิก (Aerobic Training)

2.3 ประโยชน์ของการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงวัย

การออกกำลังกายถือเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นสำหรับทุกวัยโดยเฉพาะผู้สูงวัย ดังนั้นตัวผู้สูงวัยหรือผู้ดูแลควรให้ความสำคัญและสนับสนุนการออกกำลังกายให้กับผู้สูงวัย เพราะประโยชน์ของการออกกำลังกายถือได้ว่าเป็นการชะลอ "ความชรา" ถึงแม้ว่าจะยังไม่มีหลักฐานยืนยันทางการทดลองที่ชัดเจน ว่าการออกกำลังกายจะสามารถยืดอายุให้ยืนยาวออกไป แต่จากผลของการออกกำลังกายต่าง ๆ ก็ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง และระบบต่าง ๆ ทำงานได้อย่างดีขึ้น

จิตติมา อัยสานนท์ (2558) แพทย์หญิงศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูและกายภาพบำบัดโรงพยาบาลพญาไท ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ไว้ดังนี้

1. ช่วยให้ระบบการไหลเวียนของเลือดทำงานได้ดี จึงสามารถ ลดอัตราเสี่ยงต่อการเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจ ป้องกันความดันโลหิตสูงและช่วยให้ไม่เป็นลมหน้ามืดง่าย
2. การทำงานของอวัยวะต่าง ๆ มีการประสานการทำงานกันดีขึ้น
3. เสริมสร้างกล้ามเนื้อให้แข็งแรง ช่วยเพิ่มความยืดหยุ่นของข้อต่อให้ดีขึ้น และช่วยป้องกันโรคกระดูกผุ ทำให้กระดูกแข็งแรงไม่เปราะหักง่าย
4. ทำให้การทรงตัวดีขึ้น เดินได้คล่องแคล่ว ลดความเสี่ยงการหกล้ม
5. ช่วยผ่อนคลาย ลดความเครียด อันเป็นสาเหตุที่เสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล สุขภาพจิตดีขึ้น
6. เพิ่มภูมิคุ้มกัน ด้านทานโรค
7. ผลต่อสมองและจิตใจทำให้การนอนหลับพักผ่อนดีขึ้น

8. ช่วยให้ระบบการย่อยอาหารและขับถ่ายดีขึ้น
9. ช่วยลดน้ำหนัก ปรับสัดส่วนองค์ประกอบของร่างกายให้อยู่ในเกณฑ์ปกติหรืออยู่ในเกณฑ์ที่ต้องการได้
10. ลดปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคมะเร็ง เช่น มะเร็งลำไส้ มะเร็งเต้านม
11. ช่วยชะลอความชรา ลดความเสี่ยงจากการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร
12. ช่วยรักษา บำบัดอาการของโรคบางชนิดได้ พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคไขมันในเลือดสูง สามารถลดระดับน้ำตาลและไขมันลงได้จากการออกกำลังกายทำให้พลังงานทางเพศดีขึ้น เชื่อว่าการออกกำลังกายที่เหมาะสมพอดี จะทำให้ระดับฮอร์โมนเพศออกมาเพิ่มขึ้นทั้งชายและหญิง ทำให้พลังทางเพศดีขึ้นในทางกลับกันหากผู้สูงอายุที่ขาดการออกกำลังกายหรือขาดการเคลื่อนไหว จะส่งผลให้ร่างกายขาดความกระฉับกระเฉง เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรค เช่น หลอดเลือดหัวใจอุดตัน ความดันโลหิตสูง เบาหวาน อ้วน เป็นต้น อีกทั้งยังส่งผลให้เกิดอาการปวดตามข้อต่าง ๆ กระดูกเปราะบาง เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย หงุดหงิดง่าย นอนไม่หลับ มีความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าได้ง่ายขึ้น รวมถึงอาจทำให้เกิดการป่วยติดเตียงได้

2.3.1 ข้อควรระวังในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ

แม้การออกกำลังกายจะส่งผลดีต่อสุขภาพ แต่ก็อาจก่อให้เกิดอันตรายและบาดเจ็บได้ หากออกกำลังกายไม่เหมาะสมและไม่ถูกต้องเนื่องจากพยาธิสภาพของผู้สูงอายุแต่ละคนแตกต่างกัน Ferguson (2014) ได้เสนอแนะข้อควรระมัดระวังและข้อจำกัดในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ไว้ดังนี้

- 1) ผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน โดยเฉพาะในรายที่ได้รับการรักษาโดยการฉีดอินซูลินการออกกำลังกายจะทำให้การดูดซึมของอินซูลินและการทำงานของอินซูลินเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้เกิดภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำได้ สำหรับในรายที่รับการรักษาด้วยการรับประทานยาจะพบปัญหาดังกล่าวน้อยอีก ทั้งในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานอย่างรุนแรงและควบคุมไม่ได้มักจะมี ความดันโลหิตต่ำ เมื่อเปลี่ยนอิริยาบถ เนื่องจากไม่สามารถปรับความดันโลหิตได้เมื่อออกกำลังกาย
- 2) ผู้สูงอายุที่มีการเสื่อมสภาพของกระดูก ข้อ และกล้ามเนื้อ เมื่อมีการเสื่อม สภาพและมีการอักเสบเรื้อรังต่อกระดูก ข้อและกล้ามเนื้อจะทำให้เกิดความเจ็บปวด บวม ข้อติดและอ่อนแรงได้ ดังนั้นผู้สูงอายุที่มีการเสื่อมของอวัยวะดังกล่าวจึงไม่สามารถออกกำลังกายได้อย่างเต็มที่
- 3) ผู้สูงอายุที่มีอาการของโรคหัวใจได้แก่ เจ็บหน้าอกไม่แน่นอน หัวใจวาย หัวใจเต้นผิดจังหวะที่ควบคุมไม่ได้ ห้ามออกกำลังกายเด็ดขาด แต่ในรายที่สามารถควบคุมอาการได้ให้ออกกำลังกายตามโปรแกรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 4) ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงที่มีระดับความดันโลหิตตั้งแต่180/110 มิลลิเมตรปรอท

ขึ้นไป ห้ามออกกำลังกายเด็ดขาด เนื่องจากการออกกำลังกายมีผลให้มีการหลั่งของนอร์อิพิเนพรีนออกมา ทำให้ความดันโลหิตสูงมากขึ้นและมีโอกาสเกิดภาวะเส้นเลือดในสมองแตกได้

5) ผู้สูงอายุที่มีอาการหอบหืดออกกำลังกายได้ แต่ต้องได้รับการรักษาอย่างพอเพียงแล้ว ค่อยฝึกออกกำลังกายเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จนเริ่มมีอาการ ผู้ที่มีอาการหอบหืดหลังออกกำลังกายมักเกิดขึ้นในเวลา 5 - 10 นาทีหลังออกกำลังกายที่มีความหนักพอ และโรคหอบหืดไม่ใช่อุปสรรคที่มีต่อการออกกำลังกาย หากได้รับการดูแลรักษาและปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างถูกต้อง

6) ผู้สูงอายุที่มีอาการปวดหลังมักเกิดจากการที่ผู้สูงอายุปฏิบัติท่าทางที่ไม่ถูกต้องขณะกำลังยืน นั่ง นอน ทำงาน รวมทั้งการออกกำลังกายที่ไม่ค่อยถูกต้อง ทำให้กล้ามเนื้อและโครงร่างเสีย ความสมดุล โปรแกรมการออกกำลังกายเพื่อป้องกันการปวดหลัง ประกอบด้วย การออกกำลังกายแบบแอโรบิกการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ การสร้างความแข็งแรงและทนทานของกล้ามเนื้อทำอย่างน้อย 2 - 3 วัน ต่อสัปดาห์หรือเป็นประจำทุกวัน

7) ผู้สูงอายุที่มีอาการโรคหัวใจ ควรออกกำลังกายในช่วงที่มีไข้หรือมีอาการอ่อนเพลีย เพราะมีโอกาสเป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ (Viral Myocarditis) แต่ถ้ามีเพียงน้ำมูก คัดจมูก สามารถออกกำลังกายได้แต่ไม่ควรหักโหม

8) ผู้สูงอายุที่มีอาการโรคกระดูกพรุน ควรเป็นการออกกำลังกายที่มีการลงน้ำหนักกดลงบนกระดูกจะมีผลต่อการกระตุ้นการสร้างกระดูก การออกกำลังกายหลายชนิดร่วมกันเพื่อให้กระดูกหลายส่วนถูกกระตุ้น ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ สัปดาห์ละ 3 ครั้งละ 30 นาที จะรักษาความหนาแน่นของกระดูก ผู้สูงอายุโรคนี้ให้ออกกำลังกาย เพื่อเอาชนะแรงต้านอย่างเบา ๆ จะเป็นการเพิ่มกำลังของกล้ามเนื้อช่วยพยุงป้องกันโครงกระดูกและช่วยเพิ่มความแข็งแรงของกระดูก

นอกจากนี้ เอก ธนะสิริ (2540) ยังได้กล่าวถึง การปฏิบัติตนของผู้สูงวัย ผู้สูงอายุ ผู้อาวุโส ในการออกกำลังกาย ข้อห้ามในการออกกำลังกาย และข้อจำกัดของการออกกำลังกายของผู้สูงวัย ผู้สูงอายุ ดังนี้

การปฏิบัติตนของผู้สูงอายุในการออกกำลังกาย

1) ก่อนการออกกำลังกาย ผู้สูงอายุควรประเมินสภาวะสุขภาพของตนเองว่ามีข้อจำกัดในการออกกำลังกายหรือไม่ เช่น มีปัญหาของโรคที่มีผลต่อการเลือกรูปแบบการออกกำลังกายและควรเลือกรูปแบบการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับตนเอง เพื่อให้ได้รับประสิทธิผลของการออกกำลังกายสูงสุด

2) ขณะการออกกำลังกาย ขณะที่ผู้สูงอายุออกกำลังกายควรสังเกตการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เช่น เกิดภาวะปากซีด หน้าซีด มีเหงื่อออกผิดปกติ มีภาวะการหายใจเร็วผิดปกติเกินกว่า

เป้าหมาย (อัตราการเต้นของหัวใจเป้าหมายในผู้สูงอายุประมาณ 170 ครั้ง/นาที ลบออกจากอายุเป็นปี) ให้นั่งหรือนอนพัก

3) หลังการออกกำลังกาย หลังการออกกำลังกายในแต่ละครั้งควรนั่งพักสักครู่ จากนั้นจึงดื่มน้ำผลไม้หรือเครื่องดื่มที่ผสมน้ำตาลเล็กน้อย ก่อนที่จะเคลื่อนย้ายเปลี่ยนอิริยาบถของร่างกาย

2.3.2 ข้อห้ามในการออกกำลังกาย

1) ขณะเจ็บป่วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งขณะที่เป็นไข้หรือมีการอักเสบส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายหลังจากฟื้นไข้ใหม่ ๆ

2) หลังจากรับประทานอาหารใหม่ ๆ ควรให้เลย 4 ชั่วโมงไปแล้ว คือต้องออกกำลังกายก่อนรับประทานอาหาร คือตอนช่วงท้องว่าง

3) ในผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 45 ปีขึ้นไป ควรปรึกษาแพทย์ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาก่อนการออกกำลังกาย

4) ในผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ ควรปรึกษาแพทย์ก่อนการออกกำลังกาย

2.3.3 ข้อจำกัดของการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ

มีสาเหตุหลายประการที่เป็นข้อจำกัดของการออกกำลังกาย ซึ่งผู้สูงอายุจำเป็นต้องรู้ เนื่องจากอาจเป็นสาเหตุของการเกิดอันตรายต่อสุขภาพได้ ปัจจัยเหล่านี้ คือ ความแข็งแรงของร่างกาย เป็นต้น

1) อายุ การเลือกประเภทของการออกกำลังกายควรคำนึงถึงอายุและสมรรถภาพของตัวเอง

2) ความแข็งแรงของร่างกายเป็นปัจจัยที่ต้องคำนึงถึงอย่างยิ่งและความแข็งแรงของร่างกายมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับความปลอดภัยในการออกกำลังกาย

3) พยาธิสภาพของโรคหรืออาการบางชนิด อาทิ โรคเบาหวาน การเสื่อมสภาพของกระดูกข้อต่อ และเนื้อเยื่อเกี่ยวกับ โรคตับ โรคปอด โรคหัวใจ และโรคความดันโลหิตสูง

จากข้อความข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุมีการออกกำลังกายย่อมส่งผลดีต่อสมรรถภาพด้านต่าง ๆ ของตัวเอง แต่หากการออกกำลังกายนั้นไม่คำนึงถึงข้อจำกัดในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ย่อมส่งผลให้เกิดอันตรายภายหลังได้ ดังนั้นในการออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ควรคำนึงถึงข้อจำกัดนี้จะทำให้โปรแกรมนั้นมีประสิทธิภาพ มีความเหมาะสมและปลอดภัยในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ

2.3.4 การสร้างเสริมแรงจูงใจในการออกกำลังกาย

จุฬาลักษณ์ พुरुโณะ (2560) กล่าวถึง ผู้สูงอายุว่าควรออกกำลังกายและเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อประโยชน์ต่อสุขภาพ "การจูงใจให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายนั้น คือ การให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุทราบ ถึงผลดีของการออกกำลังกาย และผลเสียของการขาดการออกกำลังกาย" หากผู้สูงอายุยังต้องการที่จะใช้ชีวิตอย่างมีความสุข มีสุขภาพดี อยากไปไหนได้ไป อยากทำอะไรได้ทำ และสามารถดูแลตัวเอง ได้อีกด้วย หากผู้สูงอายุ มีปัญหาเรื่องการเคลื่อนไหว ไม่ได้ทำให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายไม่ได้ แต่ จำเป็นต้องออกกำลังกาย ปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุประสบปัญหาเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวร่างกายมี ตั้งแต่ อายุที่เพิ่มขึ้น โรคประจำตัวของแต่ละคน อาทิโรคเบาหวานที่ส่งผลถึงหลอดเลือดส่วนปลาย รวมทั้งการมองเห็นโรคไขข้ออักเสบ ฯลฯ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ซึ่งอาจเป็นผลมาจากการ ได้รับ สารอาหาร ไม่เพียงพอ ประกอบกับขาดการออกกำลังกายส่งผลให้กล้ามเนื้อลีบและอ่อนแอลง และ ปัญหาเรื่องการทรงตัว อาการวิงเวียน หน้ามืด ทรงตัวลำบาก มักเกิดกับผู้สูงวัยมี มีปัญหาเรื่องความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมอง และโรคพาร์กินสัน เป็นต้น การออกกำลังกายไม่ใช่ทางเลือกแต่เป็น ความจำเป็นสำหรับทุกคนที่อยากมีสุขภาพดีไม่ว่าจะอยู่ในวัยใด เพราะว่าการออกกำลังกายมีผลดีต่อ ร่างกายหลายอย่างในผู้สูงอายุการออกกำลังกายจะช่วยเพิ่มการเคลื่อนไหวของข้อ เพิ่มความแข็งแรงของ กล้ามเนื้อช่วยเรื่องการทรงตัวเพิ่มสมรรถภาพของหัวใจและปอด ขึ้นอยู่กับว่าแต่ละคนเป็นโรคอะไร เช่น ถ้าเป็นโรคข้อ เดิมอาจจะมีข้อติดอยู่ การออกกำลังกายที่เน้นเรื่องการเคลื่อนไหวของข้อก็ช่วยให้ ดีขึ้นได้ รวมทั้งผู้ป่วยโรคเบาหวานและ ไขมันสูง ก็จะได้ประโยชน์โดยตรงเพราะถ้าเน้นออกกำลังกาย แบบแอโรบิก ร่างกายก็จะเผาผลาญอาหารดีขึ้น ส่งผลให้น้ำตาลและ ไขมันในเลือดลดลงลดการใช้ยา ลงได้ จนกระทั่งสามารถหยุดยาได้ในบางราย การออกกำลังกายในผู้สูงอายุมีความแตกต่างจากการ ออกกำลังกายในคนหนุ่มสาวมากโดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัว "ข้อควรจำในการออกกำลังกายสำหรับผู้ สูงอายุ คือ ต้องห้ามออกแรงมากหรือเคลื่อนไหวเร็ว ให้เน้นออกกำลังกายเป็นส่วน ๆ โดยต้องยึด หลักไว้ว่าทำช้า ๆ ต่อเนื่อง และมีแรงต้านหรือแรงกระแทกน้อย" การออกกำลังกายในผู้สูงอายุจะ เป็นไปเพื่อเน้นเสริมสร้างการทำงานของร่างกาย ดังต่อไปนี้

- 1) เพิ่มการเคลื่อนไหวของข้อต่อ โดยเคลื่อนไหวข้อต่อให้สุดพิสัยการเคลื่อนไหว เช่น ข้อไหล่ จากแขนแนบอยู่ข้างลำตัวก็ค่อย ๆ ยกขึ้นเหนือศีรษะให้สุด ทำต่อเนื่องประมาณ 5-10 ครั้ง
- 2) เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ คือ การออกกำลังกายแบบมีแรงต้าน เน้นพัฒนากล้ามเนื้อ มัดใหญ่ที่จะช่วยเรื่องการเคลื่อนไหว เช่น กล้ามเนื้อขา กล้ามเนื้อสะโพก กล้ามเนื้อหลัง เช่น ยกต่ำ หนักที่ไม่หนักมากนัก ดันกำแพง หรือการยกแขน ยกขาในผู้สูงอายุ น้ำหนักของแขนขาที่ช่วยเพิ่ม กล้ามเนื้อได้แล้ว

3) เพิ่มความยืดหยุ่นและการทรงตัวเป็นการเคลื่อนไหวอย่างช้า ๆ จนสุดหรือเกินกว่าพิสัยการเคลื่อนไหวเล็กน้อยเพื่อเป็นการยืดกล้ามเนื้อ ร่วมกับมีการถ่ายเทน้ำหนักไปมาเพื่อเพิ่มการทรงตัวลดโอกาสในการหกล้ม บาดเจ็บ หรือปวดกล้ามเนื้อ ตัวอย่างการออกกำลังกายชนิดนี้ได้แก่ การรำมวยจีน โยคะ โดยเลือกท่าต่างๆ

4) เพิ่มสมรรถภาพของหัวใจและปอด หรือที่เรียกว่า การออกกำลังกายแบบแอโรบิกเป็นการออกกำลังกายกล้ามเนื้อหัวใจอย่างต่อเนืองให้หัวใจทำงานถึงระดับหนึ่งซึ่งเรียกว่า Target Heart Rate (TGR) หรืออัตราการเต้นของหัวใจเป้าหมาย ซึ่งในผู้สูงอายุ TGR จะต่ำกว่าในคนหนุ่มสาวโดยอยู่ที่ประมาณร้อยละ 60-70 ของอัตราการเต้นของหัวใจสูงสุด (Maximum Heart Rate) และคงที่อยู่ที่ประมาณ 15 นาที และควรทำให้ได้ 3 ครั้งต่อสัปดาห์หรือวันเว้นวันโดยประมาณ "การจัดหมวดหมู่การออกกำลังกายเช่นนี้เพื่อให้เห็นชัดว่ามีอะไรบ้างที่จำเป็น ซึ่งการการรำมวยจีน ได้มีการเคลื่อนไหวของข้อต่อ ได้ใช้กล้ามเนื้อจากการยกแขนขา เป็นการออกกำลังกายที่ไม่มีแรงต้านมีการถ่ายเทน้ำหนักไปมาและหากทำได้นานพอก็ได้ประโยชน์กับหัวใจด้วย"

2.3.5 อุปสรรคที่ทำให้ผู้สูงอายุไม่ออกกำลังกาย

จากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายหลายอย่างที่ส่งผลกระทบต่อระบบการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ทำให้เป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ ดังนี้

1) การรับรู้และการตอบสนองไม่ดี ความเปลี่ยนแปลงของสมองและระบบประสาทส่วนกลาง เนื่องจากความชราทำให้เกิดความบกพร่องในด้านประสาทการรับรู้และการตอบสนองในทางเคลื่อนไหว จนทำให้การประสานสัมพันธ์ของอวัยวะแรงจูงใจความสามารถ และความปรารถนาของผู้สูงอายุที่จะออกกำลังกายลดลง และการตอบสนองทางร่างกายอย่างง่าย ๆ ต้องใช้ความพยายามมากและเป็นเรื่องยากเมื่อสูงอายุขึ้นเมื่อสมรรถภาพทางระบบประสาทและกล้ามเนื้อลดลง นอกจากนี้ โรคหลอดเลือดยังอาจทำให้การส่งออกซิเจนและเลือดไปเลี้ยงสมองลดลงและอาจส่งผลให้การทำงานของสมองเสื่อมลง ความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้การรับรู้ทางตา ทางหู และการสัมผัสลดลง การเคลื่อนไหวโดยใช้กล้ามเนื้อและการประสานสัมพันธ์ระหว่างอวัยวะที่เกี่ยวข้องเนื่องกันมีประสิทธิภาพการทำงานลดลง (จุฬาลักษณ์ พูรูโนะ, 2560)

2) ขาดวินัยในตนเอง มีการนอนมากเกินไป (Over Rested) รับประทานมากเกินไป (Over Fed) ตื่นตัวมากเกินไป (Over Stimulated) ปกป้อง/ใส่ใจตนเองมากเกินไป (Under Protected) ขาดการผ่อนคลาย ระบายความเครียด (Under Released) ไม่ค่อยมีวินัยในตนเอง (Under Discipline) ออกกำลังกาย มักจะเปิด โอกาสให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาด้วยกัน ผู้นำการฝึกจะต้องทำให้มั่นใจได้ว่าโปรแกรมที่จัดช่วยให้ผู้สูงอายุได้มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันละกัน โดยทำสิ่งต่าง ๆ ร่วมกัน เช่น การจับคู่ฝึก การเดินรำเป็นแถว หรือการร่วมร้องรำทำเพลง ผู้นำการฝึกต้องมีเวลาให้กับผู้ร่วมฝึก

เสมอ ที่จะให้พวกเขาได้มีเวลาปฏิสัมพันธ์ต่อกัน เพื่อส่งเสริมและรักษาบรรยากาศแห่งมิตรภาพระหว่างกัน (จุฬาลักษณ์ พูโรณะ, 2560)

3) การมีสิ่งจูงใจ (Use Incentives) คนทุกคนล้วนชอบการยอมรับเมื่อทำดี การทำสิ่งจูงใจให้คนเข้าร่วมการออกกำลังกายเป็นสิ่งที่ทำให้ เช่น การแจกเสื้อ การเลี้ยงของว่างแก่ผู้ร่วมฝึก การจัดเลี้ยงพิเศษแก่ผู้ที่เข้าฝึกอย่างสม่ำเสมอ หรือการประกาศชื่อในจดหมายข่าวและป้ายประกาศ เป็นต้น ผู้นำการฝึกจะต้องมีความคิดสร้างสรรค์อยู่เสมอแล้ว ผู้ร่วมฝึกก็จะมีความสุขในการออกกำลังกาย

4) การให้คำแนะนำเป็นรายบุคคล (Provide Personalized Instruction) ผู้สูงอายุที่ร่วมฝึกบางราย อาจวิตกกังวลว่าตนเองจะมีอาการง หรือหลงลืมในหมู่คนมาก ๆ ผู้นำการฝึกต้องมีเวลาเรียกชื่อผู้ฝึกแต่ละรายในระหว่างการฝึก ทำให้พวกเขารู้สึกว่ากำลังออกกำลังกายได้อย่างรู้สึกดีและรู้สึกว่าผู้นำการฝึกพอใจ การสนับสนุนเพียงเล็กน้อยจะช่วยกิจกรรมการออกกำลังกายได้ยาวนานขึ้น

จากการสร้างเสริมแรงจูงใจและอุปสรรคที่ทำให้ผู้สูงอายุไม่ออกกำลังกายนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า หลายคนรู้ว่าการออกกำลังกายมีประโยชน์อย่างไร แต่หลายคนนั้นก็ทำไมให้ความสนใจในการออกกำลังกายเท่าที่ควร ยิ่งในผู้สูงวัยนั้นจะคิดว่าตัวเองแก่แล้วจะออกกำลังกายไปทำไม แขน ขา ไม่มีแรงที่จะไปออกกำลังกายแล้ว ทำให้สุขภาพแยลง ฉะนั้นการสร้างเสริมแรงจูงใจในการออกกำลังกาย ถือเป็นกลยุทธ์ที่ผู้นำการออกกำลังกาย ผู้จัดการแข่งขันนั้นจะต้องมี เพื่อสร้างแรงกระตุ้นให้ผู้สูงวัยหันมาออกกำลังกายมากขึ้น ทำให้เห็นเป็นประจักษ์ถึงประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง รวมไปถึงผลดีต่อครอบครัวเมื่อผู้สูงวัยนั้นมีสุขภาพที่ดีขึ้นหากได้ออกกำลังกาย

3. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับการจัดการแข่งขันกีฬาของผู้สูงวัย

ทฤษฎีหลักการบริหารจัดการหลักการในการบริหารมีมากมายหลายทฤษฎี ที่คุ้นเคยกัน เช่น POSDCORB, PODC, POIC และ POLC เพราะจะมีหลักทฤษฎีที่สำคัญมากและถือว่าเป็นในการบริหารจัดการ ในปัจจุบันคือหน้าที่หลักในการทำหน้าที่ทางการบริหาร 4 ประการ ดังนี้

1. การวางแผน (Planning) กำหนดสิ่งที่ต้องการบรรลุ กำหนดวัตถุประสงค์และขั้นตอนที่จะบรรลุผลมีการวางแผนเพื่อมุ่งเน้นผลสัมฤทธิ์ (Result-based)

2. การจัดองค์การ (Organizing) ทั้งการจัดโครงสร้างองค์การ จัดคน จัดทรัพยากรต่าง ๆ ให้พร้อมต่อการปฏิบัติตามแผนปฏิบัติการที่วางไว้

3. การปฏิบัติ (Implement) กระบวนการแปลแผนงานเพื่อให้เป็นงานที่มอบหมายให้ปฏิบัติ (Action Assignment) เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่างานที่มอบหมายนั้นสามารถนำไปปฏิบัติสู่ความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้โดยใช้การนำ (Leading) การสั่งการการจูงใจกับผู้ปฏิบัติ ทุกระดับ (Staffing)

4. การควบคุม (Controlling) เป็นการติดตาม (Monitoring) และประเมินผลงาน (Evaluation) ว่าเป็นไปตามแผนปฏิบัติการที่วางไว้และบรรลุตามวัตถุประสงค์เชิงกลยุทธ์หรือไม่ ผู้บริหารสามารถทำหน้าที่หลักทางการบริหารทั้ง 4 ประการข้างต้น ได้อย่างดีก็จะสามารถ นำความสำเร็จและความสุขมาสู่องค์กรของตนเองได้ การจัดการการแข่งขันกีฬา (Sport Event Management) เป็นเพียงส่วนหนึ่งของทฤษฎีการจัดการที่เกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันกีฬาในทุก ระดับ หน้าที่ของการจัดการการกีฬามีความหลากหลาย และกว้างขวางมาก แต่เป้าหมายคือการคิด วิเคราะห์ให้ถูก ลงมือปฏิบัติให้เป็น ด้วยความรู้ประสบการณ์ความเชี่ยวชาญ ตลอดจนความสามัคคี ร่วมมือกันทำงานเป็นทีม ตั้งแต่ระดับนานาชาติจนถึงระดับท้องถิ่น การจัดการการกีฬามีขอบข่าย 3 ระดับใหญ่ ๆ ได้แก่

1. การจัดการองค์กร (Organization Management)
2. การจัดการแข่งขัน (Event Management)
3. กระบวนการจัดการ (Process Management)

การบริหารและการจัดการนั้นขึ้นอยู่กับองค์กรที่มีผู้นำที่ตีมิวิสัยทัศน์กว้างไกลและเข้าถึง การทำงานในทุกระดับมีระบบการจัดการที่เป็นระบบโดยมีกลยุทธ์เป็นตัวขับเคลื่อน หน้าที่การจัดการ (Management Functions)

Fayol (1916) ได้อธิบายถึงกระบวนการจัดการว่า ประกอบด้วยหน้าที่ (Functions) ทางการจัดการ 5 ประการ คือ

1. การวางแผน (Planning) หมายถึง ภาระหน้าที่ของผู้บริหารที่จะต้องทำการ คาดการณ์ ล่วงหน้าถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่จะมีผลกระทบต่อธุรกิจ และกำหนดขึ้นเป็นแผนการ ปฏิบัติงาน หรือวิถีทางที่จะปฏิบัติเอาไว้ เพื่อสำ หรับเป็นแนวทางของการทำงานในอนาคต

2. การจัดการองค์การ (Organizing) หมายถึง ภาระหน้าที่ที่ผู้บริหารจำต้องให้มี โครงสร้าง ของงานต่าง ๆ และอำนาจหน้าที่ ทั้งนี้เพื่อให้เครื่องจักร สิ่งของ และตัวคนอยู่ใน ส่วนประกอบ ที่เหมาะสม ในอันที่จะช่วยให้งานขององค์การบรรลุผลสำเร็จได้

3. การบังคับบัญชาสั่งการ (Commanding) หมายถึง หน้าที่ในการสั่งงานต่าง ๆ ของ ผู้ใต้บังคับบัญชา ซึ่งกระทำให้สำเร็จผลด้วยดี โดยที่ผู้บริหารจะต้องกระทำตนเป็นตัวอย่างที่ดี จะต้อง เข้าใจคนงานของตน

4. การประสานงาน (Coordinating) หมายถึง ภาระหน้าที่ที่จะต้องเชื่อมโยงของทุกคน ให้เข้ากันได้ และกำกับให้ไปสู่จุดมุ่งหมายเดียวกัน

5. การควบคุม (Controlling) หมายถึง การที่จะต้องกำกับให้สามารถประกันได้ว่า กิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำไปนั้นสามารถเข้ากันได้กับแผนที่ได้วางไว้ล่วงหน้า ทั้ง 5 หน้าที่ที่ Fayol ได้ วิเคราะห์ไว้นี้ ถือได้ว่าเป็นวิถีทางที่จะให้ผู้บริหารทุกคน สามารถบริหารงานของตนให้บรรลุผลสำเร็จ

ตามเป้าหมายได้ คุณลักษณะของผู้บริหาร ผู้บริหารจะต้องมีคุณลักษณะพร้อมความสามารถทางร่างกาย จิตใจ ไหวพริบ การศึกษา หาความรู้ เทคนิคในการทำงาน และประสบการณ์ต่าง ๆ Fayol ให้ความเห็นว่าคุณสมบัติ ทางด้านเทคนิควิธี การนั้น สำคัญที่สุดในระดับคนงานธรรมดา แต่สำหรับระดับสูงขึ้นไปกว่านั้น ความสามารถทางด้านบริหาร จะเพิ่มความสำคัญตามลำดับ และมีความสำคัญมากที่สุดในระดับ ผู้บริหารระดับสูง (Top Executive) ควรจะได้มีการอบรม (Training) ความรู้ทางด้านบริหาร ควบคู่กันไปกับความรู้ทางด้านเทคนิคในการทำงาน หลักการจัดการ (Management Principles) Fayol (1916) ได้วางหลักทั่วไปที่ใช้ในการบริหารไว้ 14 ข้อ ซึ่งใช้สำหรับเป็นแนวทางปฏิบัติ (Guides) สำหรับผู้บริหาร หลักต่าง ๆ ดังกล่าวมีดังนี้

1. หลักที่เกี่ยวกับอำนาจหน้าที่และความรับผิดชอบ (Authority & Responsibility) เป็นสิ่งที่แยกจากกันมิได้ ผู้ซึ่งมีอำนาจหน้าที่ที่จะออกคำสั่งได้นั้น ต้องมีความรับผิดชอบต่อผลงานที่คนนำไปทำด้วย
2. หลักของการมีผู้บังคับบัญชาเพียงคนเดียว (Unity of Command) ในการกระทำสิ่งใด ๆ คนงานควรได้รับคำสั่งจากผู้บังคับบัญชาเพียงคนเดียวเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อป้องกันมิให้เกิดความสับสน ในคำสั่งด้วยการปฏิบัติตามหลักข้อนี้ ย่อมจะช่วยให้สามารถขจัดสาเหตุแห่งการเกิดข้อขัดแย้งระหว่างแผนงานและระหว่างบุคคลในองค์กรให้หมดไป
3. หลักของการมีจุดมุ่งหมายร่วมกัน (Unity of Direction) กิจกรรมของกลุ่มที่มีเป้าหมาย อันเดียวกันควรจะต้องดำเนินไปในทิศทางเดียวกัน และสอดคล้องกัน เป็นไปตามแผนงานเดียว ร่วมกัน
4. หลักของสายงาน (Scalar Chain) คือสายการบังคับบัญชาจากระดับสูงมายังระดับต่ำสุด ด้วยสายการบังคับบัญชาดังกล่าวจะอำนวยให้การบังคับบัญชาเป็นไปตามหลักของการมีผู้บังคับบัญชาเพียงคนเดียว และช่วยให้เกิดระเบียบในการส่งทอดข่าวสารข้อมูลระหว่างกันด้วย
5. หลักของการแบ่งงานกันทำ (Division of Work or Specialization) คือการแบ่งแยก งานกันทำตามความถนัด เพื่อให้เกิดการใช้ประโยชน์ของบุคลากรในองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพ สูงสุดตามหลักเศรษฐศาสตร์
6. หลักเกี่ยวกับระเบียบวินัย (Discipline) โดยถือว่าระเบียบวินัยในการทำงานนั้น เกิดจากการปฏิบัติตามข้อตกลงในการทำงาน ทั้งนี้โดยมุ่งที่จะก่อให้เกิดการเคารพเชื่อฟัง และ ทำงานตามหน้าที่ด้วยความตั้งใจ เรื่องดังกล่าวนี้ จะทำได้โดยที่ผู้บังคับบัญชาต้องมีความซื่อสัตย์ สุจริต และเป็นตัวอย่างที่ดี ข้อตกลงระหว่างผู้บังคับบัญชาและผู้ปฏิบัติงานจะต้องเป็นไป อย่างยุติธรรมมากที่สุด และจะต้องยึดถือเป็นหลักปฏิบัติอย่างคงเส้นคงวา

7. หลักของการถือประโยชน์ส่วนบุคคลเป็นรองประโยชน์ส่วนรวม (Subordination of Individual to General Interest) หลักข้อนี้ระบุว่าส่วนรวมย่อมสำคัญกว่าส่วนย่อย เพื่อที่จะให้สำเร็จ ผลตามเป้าหมายของกลุ่ม (องค์การ) นั้น ผลประโยชน์ส่วนได้เสียของกลุ่มย่อมต้องสำคัญกว่า

8. หลักของการให้ผลประโยชน์ตอบแทน (Remuneration) การให้และวิธีการจ่าย ผลประโยชน์ตอบแทนที่ควรจะยุติธรรม และให้ความพอใจมากที่สุดทั้งแก่ฝ่ายลูกจ้างและนายจ้าง

9. หลักของการรวมอำนาจไว้ส่วนกลาง (Centralization) หมายถึงในการบริหารจะมีการรวมอำนาจไว้ที่จุดศูนย์กลาง เพื่อให้ควบคุมส่วนต่าง ๆ ขององค์การไว้ได้เสมอ และการกระจายอำนาจจะมากน้อยเพียงใดก็ย่อมแล้วแต่กรณี

10. หลักของความมีระเบียบเรียบร้อย (Order) ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ว่าสิ่งของหรือคนต่าง ต้องมีระเบียบและรู้ว่าคนอยู่ในที่ใดของส่วนรวม หลักนี้ก็คือหลักพื้นฐานที่ใช้ในการจัดสิ่งของ และบุคลากรภายในการจัดการองค์การ

11. หลักของความเสมอภาค (Equity) ผู้บริหารต้องยึดถือความเอื้ออารีและความยุติธรรม เป็นหลักปฏิบัติต่อผู้อยู่ใต้บังคับบัญชา ทั้งนี้เพื่อให้ได้มาซึ่งความจงรักภักดีและการอุทิศตนเพื่องาน

12. หลักของความมั่นคง (Stability of Tenure) ทั้งผู้บริหารและคนงานต้องใช้เวลาระยะหนึ่ง เพื่อเรียนรู้งานจนทำงานได้ดี การที่คนเข้าออกมากย่อมเป็นสาเหตุให้ต้องสิ้นเปลือง และเป็นผลของการบริหารงานที่ไม่มีประสิทธิภาพ

13. หลักของความคิดริเริ่ม (Initiative) เนื่องจากว่าคนฉลาดย่อมต้องการที่จะได้รับความพอใจจากการที่คนได้ทำอะไรด้วยตัวเอง ดังนั้น ผู้บังคับบัญชาควรเปิดโอกาสให้ผู้น้อย ได้ใช้ความคิดริเริ่มของตนบ้าง

14. หลักของความสามัคคี (Esprit) เน้นถึงความจำเป็นที่คนต้องทำงานเป็นกลุ่ม ที่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน (Teamwork) และชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการติดต่อสื่อสาร (Communication) เพื่อให้ได้มาซึ่งกลุ่มงานที่ดี

3.1 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาผู้สูงอายุ

กีฬาเป็นพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อการสร้างสรรค์และพัฒนาตัวตนของคนที่เกี่ยวข้องการแข่งขัน ไม่ว่าจะเป็นการแข่งขันในระดับใด ๆ ก็ตาม ยิ่งมีอายุเพิ่มมากขึ้นก็จะมีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาเพิ่มมากขึ้น โดยเบื้องต้น เราจะเป็นจะต้องถึงคำศัพท์และความหมายขั้นพื้นฐานทางด้านกีฬา ทั้งนี้เพื่อความเข้าใจที่ตรงกัน โดยมีคำศัพท์ที่สำคัญ ดังนี้ (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2565)

กีฬาขั้นพื้นฐาน หมายถึง การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาที่ใช้ทักษะกีฬาขั้นพื้นฐาน เพื่อให้ผู้เล่นมีความรู้ เจตคติ และทักษะกีฬา ทำให้สามารถเล่นกีฬาได้ และดูกีฬาเป็น โดยมุ่งพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ก่อให้เกิดคุณธรรม จริยธรรม ระเบียบวินัย และน้ำใจนักกีฬา

กีฬาเพื่อมวลชน หมายถึง การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา รวมทั้งการออกกำลังกายในการประกอบอาชีพ หรือการออกกำลังกายในชีวิตประจำวัน ที่ประชาชนทุกกลุ่มรวมทั้งบุคคลกลุ่มพิเศษและผู้ด้อยโอกาสได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาให้เหมาะสมกับสภาพร่างกายของตน เพื่อมีสุขภาพดี และมีคุณภาพชีวิตที่ดี

กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ หมายถึง กีฬาสมัครเล่นที่ทำการจัดแข่งขันในทุกระดับ ได้แก่ ระดับนักเรียน ระดับเยาวชน ระดับนิสิตนักศึกษา ระดับชาติ และระดับนานาชาติ

3.1.1 ความหมายของกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ

สำหรับความหมายของกีฬาและกีฬาสำหรับผู้สูงอายุนั้นได้มีนักวิจัย นักวิชาการ ตลอดจนหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้องได้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2566) ได้ให้ความหมายของ กีฬาผู้สูงอายุ ว่าหมายถึง กิจกรรมการเคลื่อนไหวในลักษณะการ ออกกำลังกาย ภายใต้อุปกรณ์ กติกา อย่างเป็นระบบ

กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2557) ได้ให้ความหมายของ กีฬา ว่าหมายถึง กิจกรรมแข่งขันลักษณะเดียวกับเกม แต่มีกฎกติกา และระเบียบการเล่นสลับซับซ้อนมากกว่า และต้องเป็นที่สาธยายอมรับ

สนธยา ลีละมาต (2557) ได้ให้ความหมายของกีฬา ไว้ว่า กีฬาเป็นกิจกรรมทางกายที่มีคุณลักษณะสำคัญคือ ต้องใช้ทักษะและมีการแข่งขันสูง มีความเฉพาะเจาะจงมากกว่าการออกกำลังกาย ต้องการระดับสมรรถภาพทางกาย ทักษะการเคลื่อนไหว การแข่งขัน และชัยชนะ มีรูปแบบกฎกติกาชัดเจน ต้องการผู้ฝึกสอน ยุทธวิธี และคู่แข่ง ผลของกีฬาคือการชนะหรือแพ้ การแข่งขัน และชัยชนะถือเป็นเป้าหมายสำคัญของกีฬา

จากข้อความข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า กีฬาสำหรับผู้สูงอายุ หมายถึง กิจกรรมทางกายประเภทหนึ่ง ที่เล่นภายใต้อุปกรณ์ กติกา อย่างเป็นระบบ มีจุดมุ่งหมายหลักเพื่อพัฒนาสุขภาพทางกาย จิตใจ อารมณ์

สติปัญญา และสังคม มีความเหมาะสมและปลอดภัยสำหรับการเล่นในกลุ่มผู้สูงอายุและเล่นแล้วทำให้เกิดความสุข สนุก เพลิดเพลินและผ่อนคลาย

3.1.2 ความสำคัญของกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ

ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับในวงการแพทย์และสาธารณสุขแล้วว่า การมีกิจกรรมทางกาย ออกกำลังกาย เล่นกีฬา และเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุ สามารถช่วยชะลอภาวะเสื่อมของร่างกาย ช่วยส่งเสริมการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี และช่วยให้ผู้สูงอายุได้พบปะเพื่อนฝูงในกลุ่มวัยเดียวกัน (เตชภณ ทองเต็ม, 2563) ซึ่งในปัจจุบันกีฬาสำหรับผู้สูงอายุได้รับความนิยมมากขึ้นกว่าในอดีต เนื่องจากผู้สูงอายุความรู้เกี่ยวกับสุขภาพและต้องการดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น

ทั้งนี้ เพื่อให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพดีห่างไกลจากโรค ตลอดทั้งเพื่อให้ตนเองสามารถปฏิบัติกิจกรรม ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างปกติ นอกจากนี้หน่วยงานทางด้านการศึกษาและสุขภาพ ทั้งในระดับท้องถิ่นและระดับประเทศของไทยของไทยยังได้ให้การสนับสนุนและส่งเสริมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นอีกด้วย ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า การเล่นกีฬา ถือเป็นเครื่องมือประเภทหนึ่งสำหรับการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตสำหรับผู้สูงอายุ

จากผลการศึกษา นาน ฐานวัฒนานนท์ (2559) ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “พื้นที่ของการรวมกลุ่มและการสร้างเครือข่ายทางสังคมของชมรมกีฬาผู้สูงอายุจังหวัดสงขลา” พบว่า การเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงอายุช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงตนในสังคมได้ ซึ่งมีผลการศึกษาที่สำคัญดังนี้

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรวมกลุ่มและการสร้างเครือข่ายทางสังคมของผู้สูงอายุ ผ่านพื้นที่ชมรมกีฬาผู้สูงอายุจังหวัดสงขลา เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพโดยศึกษาภายใต้กรอบแนวคิดการรวมกลุ่ม และการสร้างเครือข่ายทางสังคม เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสังเกตทั้งแบบไม่มีส่วนร่วมและมีส่วนร่วม โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกจากกรรมการชมรมกีฬาผู้สูงอายุ ครอบครัว และเพื่อนของผู้สูงอายุ จำนวน 30 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยนำข้อมูลมาจำแนกหมวดหมู่ตีความ สร้างข้อสรุป และนำเสนอด้วยวิธีการพรรณนาเชิงวิเคราะห์ ผลการวิจัยพบว่า ชมรมกีฬาผู้สูงอายุจังหวัดสงขลา มีการรวมกลุ่มก่อตั้งเป็นชมรมเมื่อปี พ.ศ. 2546 เริ่มจากการที่นักวิ่งหลายคนยังไม่มีสังกัดไม่มีกลุ่ม หากต้องการเข้าร่วมแข่งขัน ต้องเข้าร่วมในชื่อสังกัดของพื้นที่อื่น จึงมีการรวมกลุ่มกันก่อตั้งเป็นชมรมกีฬาผู้สูงอายุจังหวัดสงขลา แล้วมีการแต่งตั้งกรรมการเพื่อทำหน้าที่ในการขับเคลื่อนให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย และมีกิจกรรมร่วมกันในการแข่งขันกรีฑา การสร้างเครือข่าย

ทางสังคมของกลุ่มสมาชิกชมรมผู้สูงอายุจังหวัดสงขลา เกิดขึ้นหลายรูปแบบทั้งที่เชื่อมโยงด้วยความสัมพันธ์ส่วนตัว เชื่อมโยงด้วยหน้าที่การงาน และความชอบในชนิดกีฬาเดียวกัน สมาชิกของชมรมผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กันในสนามแข่งขันกีฬา แล้วนำไปสู่การเป็นส่วนหนึ่งของชมรมคุยไปเดินไป ชมรมของผู้สูงอายุโรงพยาบาลรัตภูมิ และชมรมวิ่งเพื่อสุขภาพของคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ กลุ่มหูแร่ กลุ่มบ้านพรุ และกลุ่มอื่น ๆ รวมทั้งเกิดเครือข่ายไปยังภูมิภาคอื่นการศึกษาถึงการรวมกลุ่มและสร้างเครือข่ายชมรมกีฬาผู้สูงอายุจังหวัดสงขลา สะท้อนให้เห็นคุณค่าของการดูแลสุขภาพและจิตใจของผู้สูงอายุ ให้สามารถดำรงตนในสังคมได้ และสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมกิจกรรมของกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่อื่นต่อไป

จากข้อความข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า กีฬาสำหรับผู้สูงวัยมีความสำคัญเป็นอย่างมาก ในการที่จะช่วยสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายที่ดี ช่วยชะลอวัย การสร้างเครือข่ายทางสังคมของกลุ่มผู้สูงวัย ช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงวัยได้มีกิจกรรมที่หลากหลายและมีความชอบในกีฬาได้ทำกิจกรรมด้วยกันอย่างมีความสุข ช่วยส่งเสริมทั้งสุขภาพกายและใจ

3.1.3 จุดมุ่งหมายการจัดกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ

การจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัยมีจุดมุ่งหมายหลักดังนี้ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556)

1) **ด้านสุขภาพกาย** ให้ผู้สูงวัยได้เล่นกีฬาเพื่อพัฒนาสุขภาพทางกาย ซึ่งจะช่วยให้หัวใจและปอดทำงานดีขึ้น ทำให้ระบบการไหลเวียนเลือดและระบบการหายใจดีขึ้น ระบบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและระบบความยืดหยุ่นดีขึ้น ชะลอความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ช่วยส่งเสริมการทรงตัว ป้องกันการล้ม ระบบกระดูกและข้อต่อต่าง ๆ ดีขึ้น ป้องกันภาวะข้อเสื่อม และชะลอการเกิดกระดูกผุ

2) **ด้านสุขภาพจิตใจ** กีฬาสำหรับผู้สูงวัยช่วยลดภาวะเครียด ความซึมเศร้า มีความมั่นคงทางจิตใจ รู้สึกตนเองมีคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้น

3) **ด้านอารมณ์** ผู้สูงวัยที่เล่นกีฬาจะมีอารมณ์ดีขึ้น ร่าเริงแจ่มใส ไม่เหงา มีความสุขเพิ่มมากขึ้นจากกิจกรรมที่สนใจ

4) **ด้านสติปัญญา** ผู้สูงวัยที่เล่นกีฬาจะช่วยให้มีการรับรู้ มีสมาธิ มีการคิดการวางแผนและการตัดสินใจที่ดีเพิ่มขึ้นด้วย

5) **ด้านสังคมกีฬา** ผู้สูงวัยมีโอกาสดูแลความสามารถร่วมกัน สร้างความสามัคคีระหว่างผู้สูงวัยด้วยกันและระหว่างกลุ่ม มีโอกาสพบเพื่อนใหม่ ๆ ได้ทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างกลุ่มวัยเดียวกัน

และต่างวัย และสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมอย่างเป็นสุข สามารถถ่ายทอดความรู้ ทักษะของตนที่มี อยู่ระหว่างวัยเดียวกันและรวมถึงคนต่างวัยด้วย

จากข้อความข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาผู้สูงวัยที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็น ได้ว่า กีฬา ถือเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมสุขภาพประเภทหนึ่งที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงวัยด้วยเช่นกัน โดยการเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงวัยจะช่วยให้ผู้สูงวัยมีสมรรถภาพและสุขภาพที่ดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา นอกจากนี้การเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงวัยยังช่วยให้ผู้สูงวัยได้พบปะเพื่อนฝูง ในวัยเดียวกันและต่างวัยอีกด้วย

3.2 หลักการ รูปแบบ และแนวทางการจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัย

3.2.1 หลักการจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัย

การจัดโปรแกรมการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพและเพื่อการแข่งขันให้กับผู้สูงวัยนั้น นักวิทยาศาสตร์ การกีฬา ผู้จัดการแข่งขัน จำเป็นต้องคำนึงถึง เพศ วัย สถานะทางสุขภาพ และความชอบของผู้สูงอายุ เป็นหลัก และนอกจากนี้จะต้องคำนึงถึงหลักการพื้นฐานดังนี้ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการ ท่องเที่ยวและกีฬา, 2556)

3.2.1.1 หลักการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย

หลักการสำคัญในการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัยควรยึดหลักปฏิบัติดังต่อไปนี้ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการ ท่องเที่ยวและกีฬา, 2556)

- 1) จัดชนิดกีฬาให้ผู้สูงวัยได้ออกกำลังกาย เพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย ได้แก่ ระบบหัวใจและหลอดเลือด ระบบความแข็งแรงกล้ามเนื้อ ระบบความยืดหยุ่น เป็นต้น
- 2) จัดกิจกรรมกีฬาที่ผสมผสานการออกกำลังกายที่ไม่รุนแรงที่มีการปะทะกันโดยตรง เช่น มวย รักบี้ เทควันโด แต่มีความต่อเนื่องในการแข่งขัน
- 3) จัดกีฬาให้เหมาะสมกับสภาพร่างกายของผู้สูงวัยและผู้สูงวัยสามารถควบคุมระดับ ความหนักเบาได้ด้วยตนเอง
- 4) ส่งเสริมการออกกำลังกายที่มีความหนักเบาพอสมควร ไม่ควรหนักมากเกินไป หรือ เหนื่อยมาก แต่ไม่น้อยเกินไปจนไม่รู้สึเหนื่อยในการทำกิจกรรม และใช้เวลาที่เหมาะสมในแต่ละครั้ง

- 5) ส่งเสริมให้ผู้สูงวัยออกกำลังกายอย่างเหมาะสม และสม่ำเสมอ
- 6) ส่งเสริมกีฬาที่มีการออกกำลังกายที่มีผลต่อสมองทั้งสองซีกเพื่อป้องกันโรคพาร์กินสัน และอัลไซเมอร์
- 7) เสริมการออกกำลังกายที่ฝึกให้ร่างกายผู้สูงวัยมีความอดทน มีความแข็งแรง มีความยืดหยุ่น มีการทรงตัวดี และมีความคล่องแคล่วว่องไว
- 8) จัดกีฬาที่มีความสนุกสนาน ปลอดภัย เล่นง่าย ใช้อุปกรณ์ไม่มาก และกติกาไม่ยุ่งยาก
- 9) ส่งเสริมการออกกำลังกายที่ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่
- 10) จัดกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างความอ่อนตัวและความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ
- 11) จัดกิจกรรมกีฬาเพื่อการออกกำลังกายด้วยแรงต้าน

จากข้อความข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ผู้สูงวัยควรเลือกเล่นเพื่อความสนุกสนานมากกว่าเล่นเพื่อการแข่งขันหรือเพื่อความเป็นเลิศ แต่ถ้าจะแข่งขันก็ควรเลือกกีฬาที่ไม่ปะทะและเลือกคู่แข่งในวัยเดียวกันและสมรรถภาพใกล้เคียงกัน รวมถึงกีฬาที่ตัวผู้สูงวัยสามารถควบคุมจังหวะการเล่นได้เอง สามารถลดระดับความหนักเบา หรือสามารถหยุดพักได้ตามต้องการ โดยผู้สูงอายุจะต้องคำนึงถึงความปลอดภัยในการเล่นมากกว่าชัยชนะที่จะได้รับ และสำหรับการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัยนั้น ผู้จัดการแข่งขัน รวมถึงนักวิทยาศาสตร์การกีฬา ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมกับผู้สูงวัย ควรเน้นประเภทกีฬาเพื่อพัฒนาระบบหัวใจและไหลเวียนโลหิต ระบบความแข็งแรงและทนทานกล้ามเนื้อ ระบบความยืดหยุ่นของร่างกายและการทรงตัว โดยกิจกรรมที่ใช้อาจจะเป็นกีฬาสากล กีฬาพื้นเมือง หรือกิจกรรมประเภทอื่น ๆ ที่นำมาประยุกต์เพื่อจัดเป็นกีฬา โดยกีฬาต้องมีความหลากหลาย ไม่ก่อให้เกิดความเบื่อหน่ายในการเล่นมีความสนุกสนาน ปลอดภัย เล่นง่าย ใช้อุปกรณ์ไม่มาก และมีกติกาที่ไม่ยุ่งยากซับซ้อนมากนัก แต่อย่างไรก็ตามเนื่องด้วยปัจจุบันการเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงอายุได้รับความนิยมนมากขึ้น คงหลีกเลี่ยงการจัดกีฬาเพื่อการแข่งขันได้ยาก ดังนั้นหลักการเลือกชนิดกีฬาเพื่อการแข่งจึงมีความสำคัญ โดยประเภทกีฬาที่อันตรายและมีการปะทะกันอย่างรุนแรง ควรหลีกเลี่ยงจัดแข่งขันในกลุ่มผู้สูงอายุโดยเด็ดขาด อาทิเช่น กีฬารักบี้ กีฬามวยไทย กีฬายูโด เป็นต้น ส่วนประเภทกีฬาที่มีการปะทะเล็กน้อยถึงปานกลาง ถ้าจะจัดให้ผู้สูงอายุ ผู้จัดควรคำนึงถึงความปลอดภัยเป็นหลัก กล่าวคือ มาตรฐานการจัดการแข่งขัน โดยเฉพาะกฎ กติกา อาจจะไม่เป็นไปตามมาตรฐานสากลมากนัก โดยผู้จัดอาจจะมีการปรับ กฎ กติกาต่าง ๆ เพื่อรองรับกับข้อจำกัดทางด้านร่างกายของ

ผู้สูงอายุ เช่น ปรับขนาดสนาม เพิ่มจำนวนผู้เล่น เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อเอื้อให้ผู้สูงอายุสามารถเล่นกีฬาและแข่งกีฬาได้อย่างปลอดภัยนั่นเอง นอกจากนี้ควรมีการนำหลักการทางเวชศาสตร์การกีฬาเข้ามาใช้เพื่อป้องกันการบาดเจ็บทางการกีฬา โดยการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุทุกรายการควรมีทีมแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่เวชศาสตร์การกีฬาประจำสนามทุกครั้ง

3.2.1.2 รูปแบบการจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัย

รูปแบบการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัยสามารถ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556)

1) **กลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัว** เป็นการเล่นกีฬาเพื่อดำรงไว้ซึ่งการมีสุขภาพที่ดี โดยการนำความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและเทคนิคการจัดกีฬามาใช้ในการจัดส่งเสริมกีฬาผู้สูงวัยให้เกิดประโยชน์ต่อการดำรงไว้ซึ่งการมีสุขภาพที่ดี

2) **กลุ่มผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว** อาทิเช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหัวใจ โรคอ้วน เป็นต้น การจัดรูปแบบการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพควรใช้ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและเทคนิคการจัดกีฬามาใช้ในการจัดส่งเสริมกีฬาผู้สูงวัยให้เกิดประโยชน์ต่อการฟื้นฟูสุขภาพให้ดีขึ้น และป้องกันไม่ให้อวัยวะเสื่อมถอยลงไปอย่างรวดเร็ว

3.2.1.3 รูปแบบการจัดกีฬาเพื่อการแข่งขันสำหรับผู้สูงอายุ

การจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ ควรกำหนดเกณฑ์ของช่วงอายุนักกีฬา โดยกลุ่มวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2556) ได้แนะนำการจัดเกณฑ์อายุ สำหรับนักกีฬาผู้สูงวัยไว้ดังนี้ คือ 60-62 ปี 63-65 ปี 66-68 ปี 69-71 ปี 72-74 ปี 75-77 ปี 78-80 ปี 81-83 ปี ฯลฯ เพราะเมื่อนักกีฬาผู้สูงวัยที่เข้าแข่งขัน มีช่วงอายุที่ใกล้เคียงกันจะได้ไม่มีข้อได้เปรียบและเสียเปรียบซึ่งกันและกันมากนัก แต่อย่างไรก็ตามการกำหนดเกณฑ์ช่วงอายุ อาจไม่จำเป็นสำหรับกีฬาบางชนิด ดังนั้นผู้จัดจึงต้องพิจารณาทั้งชนิดกีฬาและวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมกีฬาผู้สูงอายุประกอบด้วย และนอกจากเกณฑ์ช่วงอายุที่ต้องพิจารณาแล้ว (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556) ยังได้แนะนำหลักการสำคัญพื้นฐานในการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงวัยไว้ ดังนี้

1) ชนิดกีฬาที่ใช้จัดแข่งขัน ควรเน้นชนิดกีฬาเพื่อสุขภาพเป็นหลัก

2) เน้นจัดการแข่งขันเพื่อสร้างความสนุกสนานระหว่างกลุ่มผู้สูงวัย เน้นให้ผู้สูงวัยมีความสุขในการเล่นกีฬาเป็นหลัก

3) ส่งเสริมความสามัคคี และสังคมที่ดีสำหรับผู้สูงวัย ช่วยเสริมสร้างความรัก ความอบอุ่น ความเข้าใจอันดีต่อกัน โดยใช้กิจกรรมเป็นสื่อ

4) ชนิดกีฬาที่ใช้ในการแข่งขันเป็นกีฬาที่ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้สูงวัย

5) เป็นกีฬาที่เคลื่อนไหวร่างกายไม่รุนแรง

6) เป็นชนิดกีฬาที่ไม่มีการปะทะตัวต่อตัว

7) กีฬาบางชนิดที่ใช้แข่งขันอาจต้องปรับอุปกรณ์ ระยะเวลาการเล่น กติกา วิธีการ สถานที่ให้เหมาะสมกับผู้สูงวัย ขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายและสิ่งแวดล้อม

8) ผู้สูงวัยมีส่วนร่วมในการกำหนดชนิดกีฬาและมาตรฐานในการจัด อาทิเช่นอุปกรณ์ ระยะเวลาการเล่น กติกา วิธีการ สถานที่ โดยให้ผู้สูงวัยสามารถเสนอแนะในการจัดการแข่งขัน โดยเลือกจากผู้มีส่วนในการแข่งขันหรือสอบถามแนวทางในการแข่งขัน

9) ทั้งการจัดกีฬาผู้สูงวัยเพื่อสุขภาพและการจัดกีฬาผู้สูงวัยเพื่อการแข่งขัน ผู้สูงวัยต้องได้รับการตรวจสุขภาพจากแพทย์ก่อนเสมอทุกครั้ง

จากข้อความข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การจัดโปรแกรมกีฬาสำหรับผู้สูงวัยนั้นควรจัดรูปแบบกีฬาเพื่อสุขภาพเป็นหลัก ส่วนกีฬาเพื่อการแข่งขันนั้น ควรเป็นการจัดสำหรับผู้สูงวัยที่มีประสบการณ์เคยเล่นกีฬามาก่อน และเล่นเป็นประจำ โดยเน้นความสนุกสนานและสร้างสังคมที่ดีระหว่างกลุ่มผู้สูงวัยเป็นหลัก โดยรูปแบบการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย ผู้จัดควรแบ่งออกเป็นเป็น 2 กลุ่ม คือ 1) กลุ่มผู้สูงวัยที่ไม่มีโรคประจำตัว และ 2) กลุ่มผู้สูงวัยที่มีโรคประจำตัว ส่วนรูปแบบการจัดกีฬาเพื่อการแข่งขันผู้จัดก็ควรแบ่งออกเป็นเป็น 2 กลุ่มด้วยเช่นกัน คือ 1) จัดสำหรับผู้สูงอายุที่เล่นกีฬามาก่อน และเล่นเป็นประจำ และ 2) จัดการแข่งขันกีฬาเพื่อสุขภาพ เป็นการประเมินศักยภาพของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมในโปรแกรมกีฬาเพื่อพัฒนาสุขภาพ

3.3 แนวทางการจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัย

สำหรับแนวทางการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย ทั้งที่มีโรคประจำตัวและไม่มีโรคประจำตัวนั้น กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2556) ได้นำเสนอไว้ 3 โปรแกรม ดังนี้

1) **โปรแกรมกีฬาแบบผสมผสาน** ควรเลือกกีฬา/การออกกำลังกาย ที่ไม่รุนแรงมากนัก แต่มีความต่อเนื่อง ผสมผสานการออกกำลังกายด้วยแรงต้าน การออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างความอ่อนตัว และความยืดหยุ่นประกอบกัน

2) **โปรแกรมกีฬาเฉพาะด้านและต่อเนื่อง** เช่น การออกกำลังกายด้วยแรงต้าน การจัดโปรแกรมการออกกำลังกายเสริมสร้างความอ่อนตัวและยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ และผู้สูงวัยสามารถเลือกโปรแกรมเพื่อการออกกำลังกายแต่ละแบบ ในแต่ละวันที่หลากหลายได้

3) **การจัดโปรแกรมกีฬาเพื่อสุขภาพหลาย ๆ โปรแกรม** กล่าวคือ ให้ผู้สูงวัยเลือกเล่นตามชอบใจและเหมาะสม และแต่ละโปรแกรมผู้สูงวัยสามารถเล่นเองหรือเล่นเป็นกลุ่มก็ได้ โดยผู้สูงวัยทุกคนที่เข้าร่วมโปรแกรมต้องได้รับการตรวจประเมินสุขภาพของตนเองก่อนเล่นกีฬาทุกครั้ง และมีผู้เชี่ยวชาญด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา หรือแพทย์ด้านเวชศาสตร์การกีฬา คอยให้คำแนะนำการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกายตามโปรแกรม

นอกจากแนวทางการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัยที่กล่าวมาแล้วข้างต้น การจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัยควรมีการกำหนดมาตรฐานในด้านต่าง ๆ ดังนี้ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนาสำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556)

1) ด้านสถานที่

- 1.1) สถานที่กว้างขวางเพียงพอสำหรับการบริการ
- 1.2) แต่ละสถานที่ควรจัดให้มีพื้นที่สีเขียว อากาศถ่ายเทสะดวก
- 1.3) มีบริการห้องน้ำ ห้องส้วมที่เหมาะสมกับผู้สูงวัย มีราวจับ มีที่นั่งเพียงพอ เป็นต้น
- 1.4) มีผู้เชี่ยวชาญวิทยาศาสตร์การกีฬาด้านผู้สูงวัย/แพทย์/พยาบาลประจำ
- 1.5) มีอุปกรณ์ปฐมพยาบาลเบื้องต้น
- 1.6) มีรถฉุกเฉินเพื่อให้บริการความช่วยเหลือ
- 1.7) มีเจ้าหน้าที่เพียงพอให้บริการและคำแนะนำกับผู้สูงวัยที่มาใช้บริการ
- 1.8) มีโปรแกรมการออกกำลังกายให้ผู้สูงวัยอย่างเพียงพอภายใต้การให้บริการให้

คำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

2) ด้านมาตรฐานอุปกรณ์/ความหนัก-เบา/กติกา/จำนวนเจ้าหน้าที่

- 2.1) กำหนดมาตรฐานด้านอุปกรณ์ ที่ใช้ในการเล่นกีฬาให้เหมาะสมกับผู้สูงวัย
- 2.2) กำหนดมาตรฐานความหนัก-เบา ในการเล่นตามสภาพร่างกายของผู้สูงวัย

2.3) กำหนดกติกา ระยะเวลาการเล่น และวิธีการเล่น ซึ่งอาจจะมีการประยุกต์ตามความเหมาะสม โดยผู้สูงวัยมีส่วนร่วมในการกำหนดด้วย

2.4) กำหนดจำนวนเจ้าหน้าที่ ผู้เชี่ยวชาญ ในการให้ความดูแลช่วยเหลือผู้สูงวัยที่เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาเพื่อสุขภาพในแต่ละแห่งให้เหมาะสมและให้บริการได้อย่างสะดวก

แนวทางการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย ให้ผู้จัดดำเนินการในเรื่องดังต่อไปนี้ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556)

- 1) จัดทำคู่มือ รูปแบบ และแนวทางการจัดกีฬาผู้สูงวัยเพื่อสุขภาพ
- 2) จัดฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบให้รับทราบและเข้าใจการดำเนินการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย
- 3) การจัดสรรงบประมาณที่พอเพียงในการดำเนินการให้ได้มาตรฐานที่กำหนดและผู้สูงวัยได้รับประโยชน์สูงสุดจากการจัดการแข่งขัน
- 4) โปรแกรมการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพผู้สูงวัยต้องคำนึงถึงเพศ และช่วงอายุของผู้สูงวัยที่เข้าร่วมแข่งขัน
- 5) มีน้ำดื่มสะอาด น้ำสมุนไพรเพื่อบริการ
- 6) ผู้สูงวัยที่มีโรคประจำตัวต้องได้รับการรับรองจากแพทย์ว่าสามารถเล่นกีฬาโปรแกรมใดได้บ้าง

3.3.1 แนวทางการจัดกีฬาเพื่อการแข่งขันสำหรับผู้สูงวัย

นอกจากกีฬาสากลแล้ว กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2556) ยังได้แนะนำไว้ว่า เกม หรือการละเล่นที่ใช้ร่างกาย การบริหารร่างกาย รูปแบบต่าง ๆ หรือแม้แต่การปฏิบัติงานหนัก หรืองานอดิเรกที่ใช้ร่างกาย สามารถนำมาดัดแปลงเป็นกีฬาสำหรับผู้สูงวัยได้ ดังนี้

- 1) กีฬาสากลที่เหมาะสมกับผู้สูงวัย ได้แก่ กอล์ฟ กราวด์กอล์ฟ เทกบอล วู้ดบอล เปตอง ลีลาศ โบว์ลิ่ง แบดมินตัน ประเภททีม 3 คน ว่ายน้ำ เป็นต้น
- 2) การดัดแปลงการออกกำลังกายแบบเคลื่อนไหวช้า ๆ อย่างต่อเนื่อง หรือการออกกำลังกายแบบแอโรบิกเป็นกีฬาที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงวัย ได้แก่ การวิ่งเหยาะ การเดินเร็ว การเดินบนเนิน ในน้ำ การขี่จักรยานอยู่กับที่ และเดินบนสายพาน เป็นต้น
- 3) การดัดแปลงการออกกำลังกายแบบกายบริหารเป็นกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย ได้แก่ รำมวยจีน ไทเก๊ก ซึ่กง ออกกำลังกายโดยไม้พลอง โยคะ ไทชิ เป็นต้น

4) การดัดแปลงกีฬาพื้นเมืองไทยเป็นกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ ทอยเกือกม้า โยนห่วง ทอยสะบ้า ล้อต็อก หยอดหลุม ปาแม่่น การฟ้อนเจิง ตะกร้อชนไก่ ขว้างลิง เป็นต้น

สำหรับการพัฒนากีฬาสำหรับผู้สูงอายุ อาทิเช่น กีฬาสากล การออกกำลังกาย ตลอดจน การนำกิจกรรมในชีวิตประจำวันมาดัดแปลงเป็นกีฬาเพื่อแข่งขันในกลุ่มผู้สูงอายุ ผู้จัดจะต้องคำนึงในเรื่องต่อไปนี้ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนาสำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556)

1) กีฬาทุกชนิด ทั้งกีฬาสากล การออกกำลังกายแบบแอโรบิก การออกกำลังกายบริหาร กิจกรรมในชีวิตประจำวัน และกีฬาพื้นเมืองไทย ควรได้รับการวิเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญก่อนว่าเหมาะสมกับผู้สูงอายุ

2) กีฬาทุกชนิดที่นำมาเป็นกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีการวิจัยเชิงประจักษ์ว่าปลอดภัยและเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพผู้สูงอายุ

3) ชนิดกีฬาได้รับการยอมรับว่าเหมาะสม จึงสามารถนำมาจัดโปรแกรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุได้

สำหรับประเภทการจัดการแข่งขันกีฬาและกรีฑาผู้สูงอายุ ที่นิยมจัดแข่งขันในรายการระดับประเทศไทย พบว่า มีประเภทกีฬาและกรีฑา จำนวน 15 ประเภท ได้แก่ 1) กรีฑา 2) กีฬาวัยน้ำ 3) กีฬากอล์ฟ 4) กีฬาเพาะกาย 5) กีฬาฟุตบอล 6) กีฬาลีลาศ 7) กีฬาบาสเกตบอล 8) กีฬาตะกร้อ 9) กีฬาวู้ดบอล 10) กีฬาเทนนิส 11) กีฬาแบดมินตัน 12) กีฬาเทเบิลเทนนิส 13) กีฬาเปตอง 14) กีฬาเทบอลและ 15) กีฬาตะกร้อวงเตะท่น (สำนักการกีฬา กรมพลศึกษา, 2554) ดังนั้นผู้จัดการแข่งขันหรือนักวิทยาศาสตร์การกีฬา สามารถเอากฎ กติกา การแข่งขันกีฬาที่เสนอดังกล่าวไปใช้ในการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุได้ เพราะกีฬาดังกล่าวได้ถูกทดลองและจัดการแข่งขันจริงในกลุ่มผู้สูงอายุไทยมาแล้ว ส่วนแนวทางการจัดกีฬาเพื่อการแข่งขัน ผู้จัดการแข่งขันจะต้องกำหนดมาตรฐาน สถานที่มาตรฐานอุปกรณ์ และมาตรฐานการบริหารจัดการแข่งขันโดยมีหลักการสำคัญในการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ ดังนี้ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556)

1) มาตรฐานการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุในเรื่องต่าง ๆ

1.1) มาตรฐานสถานที่ โดยใช้มาตรฐานสากลทั้งขอบเขตสนามแข่งขัน ที่นั่งชมสำหรับผู้มาเชียร์ ห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว ห้องฝึกนักกีฬา ห้องฝึกกรรมการตัดสิน ห้องผู้จัดการแข่งขัน ห้องสุขา ห้องพยาบาล แพทย์ประจำสนาม รถพยาบาลฉุกเฉิน

1.2) มาตรฐานอุปกรณ์ประกอบการแข่งขัน ตามข้อตกลงของผู้จัดร่วมกับผู้สูงวัย อาจจะเป็นอุปกรณ์มาตรฐาน หรืออุปกรณ์ที่ปรับตามความเหมาะสม

2) กำหนดมาตรฐานการบริหารจัดการแข่งขัน

- 2.1) ความพร้อมของบุคลากรที่มีความรู้ในการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงวัย
- 2.2) การบูรณาการเชิงนโยบายและร่วมมือในการทำงานร่วมกันของภาครัฐและเอกชน
- 2.3) การจัดสรรงบประมาณที่พอเพียงในการดำเนินการจัดการแข่งขันที่ได้มาตรฐาน
- 2.4) กำหนดมาตรฐานจำนวนคู่แข่งชน ชนิดกีฬาที่จัดแข่งขัน
- 2.5) มีระบบดูแลความปลอดภัยให้กับผู้สูงวัยที่เข้าแข่งขัน และผู้เชียร์อย่างชัดเจน สามารถ ปฏิบัติได้ทันทีเมื่อเกิดปัญหา
- 2.6) จัดทำคู่มือการดำเนินการจัดการแข่งขันที่มีมาตรฐานและนำออกเผยแพร่

จากที่กล่าวมาในหัวข้อแนวทางการจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัย ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัยนอกจากจะใช้กีฬาสากลแล้ว ผู้จัดการแข่งขัน นักวิทยาศาสตร์การกีฬา ยังสามารถนำรูปแบบการออกกำลังกายแบบเคลื่อนไหวช้า ๆ ต่อเนื่อง การออกกำลังกายแบบบริหาร กีฬาพื้นเมือง อีกทั้งกิจกรรมในชีวิตประจำวัน มาดัดแปลงเป็นกีฬาเพื่อแข่งขันในกลุ่มผู้สูงวัยได้ แต่ประเภทกีฬาที่ดัดแปลงมานั้น ควรได้รับการวิเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญก่อนว่าเหมาะสมกับผู้สูงวัย หรือมีการวิจัยเชิงประจักษ์ว่าปลอดภัยและเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของผู้สูงวัย

3.3.2 ปัจจัยที่จะต้องคำนึงในการคัดเลือกกิจกรรมกีฬาสำหรับผู้สูงวัย

การเล่นกีฬาที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงวัยนั้นจะแตกต่างกันออกไปตามช่วงอายุ โดยผู้จัดการกิจกรรมจะต้องดูหลายปัจจัยประกอบกันในการพิจารณาคัดเลือกกิจกรรมกีฬาสำหรับผู้สูงวัย ดังนี้

1) **อายุ** โดยทั่วไปผู้สูงวัยในการแข่งขันฟุตบอล หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปี ขึ้นไป ดังนั้นการคัดเลือกกิจกรรมกีฬาสำหรับผู้สูงวัย ผู้จัดการกิจกรรมก็ต้องคำนึงถึงช่วงอายุเป็นสำคัญ กล่าวคือยิ่งผู้สูงวัยมีอายุที่มากขึ้น ความสามารถในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงวัยจะลดน้อยลงนั่นเอง

2) **สภาพร่างกาย** ผู้สูงวัยแต่ละคนถึงจะมีช่วงวัยเดียวกันแต่ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายจะแตกต่างกัน กล่าวคือผู้สูงวัยบางคนจะยังสามารถเล่นกีฬาในบางประเภทได้ แต่จะไม่เหมาะสม

สำหรับสภาพร่างกายของอีกคน เป็นต้น ดังนั้นการเลือกเล่นกีฬาของผู้สูงวัย ผู้จัดกิจกรรมจึงควรดู ความสมบูรณ์ของสภาพร่างกายประกอบด้วย

3) **เพศ** โดยทั่วไปแล้วเพศชายจะมีความสามารถในการเล่นกีฬาได้ดีกว่าเพศหญิง เพราะมี กล้ามเนื้อที่แข็งแรงกว่า และผู้สูงวัยเพศชายมีแนวโน้มความต้องการเล่นกีฬามากกว่าผู้สูงวัยอายุเพศ หญิง

4) **น้ำหนักตัว** กล่าวคือสำหรับผู้สูงวัยส่วนใหญ่แล้วโดยเฉพาะในเพศหญิงเมื่ออายุมากขึ้น มักจะมีน้ำหนักตัวมาก และมักจะมีปัญหาเกี่ยวกับการเสื่อมสภาพของกระดูกและข้อต่อต่าง ๆ ดังนั้น น้ำหนักตัวจึงเป็นสิ่งที่ควรคำนึงถึงในการเลือกประเภทกิจกรรมกีฬาด้วยเช่นกัน

5) **โรคประจำตัว** กล่าวคือด้วยอายุที่เพิ่มมากขึ้น สภาพต่าง ๆ ของร่างกายรวมไปถึง อวัยวะภายในต่าง ๆ จะเริ่มเสื่อมสภาพลง ทำให้ผู้สูงวัยหลายคนมักจะมีโรคประจำตัวเกิดขึ้น เช่น โรค ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคเบาหวาน ซึ่งการมีโรคประจำตัวต่าง ๆ เหล่านี้อาจจะมีผลทำให้ผู้สูง วัยรู้สึกเหนื่อยง่ายในเวลาเล่นกีฬา เพราะหัวใจจะสูบฉีดเลือดมากกว่าปกติ แต่อย่างไรก็ตามมีผลการ ค้นคว้าวิจัยได้ระบุไว้ว่าการเล่นกีฬาในผู้สูงวัยจะสามารถช่วยบรรเทาอาการดีขึ้นได้ และร่างกายยังสามารถสร้างภูมิคุ้มกันโรคแทรกซ้อนต่าง ๆ ได้ดีกว่าผู้ที่ไม่เล่นกีฬาประเภทใดเลย

จากที่กล่าวมาในหัวข้อปัจจัยการจัดการจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัย ผู้วิจัยสรุปได้ว่า นอกจากปัจจัยที่ ผู้จัดการแข่งขัน นักวิทยาศาสตร์การกีฬา ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง จะต้องคำนึงในการคัดเลือกกิจกรรมกีฬา สำหรับผู้สูงวัยตามที่กล่าวมาแล้วข้างต้น การเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงวัย ไม่ว่าจะเป็กีฬาประเภทไหนก็ แล้วแต่ ผู้สูงวัยไม่ควรเล่นกีฬาเพียงลำพัง ควรเล่นกันเป็นหมู่คณะ หรือมีลูกหลานญาติพี่น้องร่วมเล่น กีฬาประเภทนั้น ๆ ด้วย สำหรับผู้สูงวัยที่มีปัญหาด้านสุขภาพหรือมีโรคประจำตัว ก่อนการเลือกเล่น กีฬาควรปรึกษาแพทย์เพื่อความมั่นใจว่าจะสามารถเล่นกีฬาได้อย่างปลอดภัย และไม่มีผลกระทบ ร้ายแรงที่จะก่อให้เกิดอันตรายถึงชีวิต

3.4 การจัดการแข่งขันกีฬาสำหรับผู้สูงวัย

ปัจจุบันประเทศไทยมีการจัดการแข่งขันกีฬาสำหรับผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องเป็นประจำ ทุก ๆ ปี โดยรายการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุในระดับประเทศที่สำคัญ มี 2 รายการ คือ

3.4.1 รายการ "การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย"

ในปี พ.ศ. 2550 สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ได้มีนโยบายให้จังหวัดต่าง ๆ ในประเทศไทย จัดตั้งชมรมส่งเสริมกีฬามวลชนผู้สูงอายุประจำจังหวัดขึ้น เพื่อดำเนินงานเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางด้านการกีฬาและการออกกำลังกายให้กับสมาชิกของชมรมในจังหวัดนั้น ๆ และให้สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดเป็นผู้ดูแล และในปีเดียวกันนี้เอง สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ ยังได้จัดการแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยขึ้นเป็นครั้งแรก โดยปัจจุบันได้มีการจัดการแข่งขันมาแล้วทั้งสิ้น จำนวน 13 ครั้ง ซึ่งมีรายละเอียดการจัดการแข่งขัน (เดชภณ ทองเดิม, 2563) ดังนี้

1) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 1

สำนักพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ ได้จัดการแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยครั้งแรก เมื่อ พ.ศ. 2550 ณ จังหวัดเพชรบูรณ์ ใช้ชื่อว่า การแข่งขันกีฬาและออกกำลังกายผู้สูงอายุ โดยในการจัดการแข่งขันครั้งนี้ ยังไม่ได้รับความนิยมจากผู้สูงอายุมากนักเนื่องจากการจัดการแข่งขันครั้งแรกในประเทศไทย

2) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 2

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 2 จังหวัดมหาสารคามเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขันจัดขึ้นระหว่างวันที่ 28-30 สิงหาคม พ.ศ. 2551 ณ จังหวัดมหาสารคาม มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมด จำนวน 5 ชนิดกีฬาได้แก่ การแข่งขันกรีฑาผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปี ขึ้นไป ซึ่งจะแข่งขันทั้งหมด 5 รายการ วิ่ง 100 เมตร วิ่ง 200 เมตร (ชาย-หญิง) วิ่ง 400 เมตร (ชาย-หญิง) วิ่ง 800 เมตร (ชาย-หญิง) การแข่งขันวู้ดบอล (ชาย-หญิง) การแข่งขันเปตองประเภทคู่ (ชาย-หญิง) การแข่งขันแอโรบิกประเภททีม 5 คน (ชาย-หญิง) และการแข่งขันแอโรบิกแม่ไม่มวยไทย ประเภททีม 5 คน (ชาย-หญิง) ใช้เวลา 5 นาที

3) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 3

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 3 มีจังหวัดเพชรบุรีเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 20-22 สิงหาคม พ.ศ. 2552 ที่สนามกีฬาจังหวัดเพชรบุรี มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมด จำนวน 8 ชนิดกีฬา ได้แก่ วิ่งมินิมาราธอน 5.5 กิโลเมตร กรีฑา วู้ดบอล เปตอง ประกวดเต้นออกกกำลังกาย 9 ช่อง แอโรบิกแม่ไม่มวยไทย ลีลาศ และกีฬาพื้นบ้าน

4) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 4

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 4 มีจังหวัดนครสวรรค์เป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 28-30 กรกฎาคม พ.ศ. 2553 ณ จังหวัดนครสวรรค์ มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมด จำนวน 8 ชนิดกีฬา ได้แก่ เปตอง กรีฑา แบดมินตัน วู้ดบอล กอล์ฟ หมากรูกไทย ลีลาศ แอโรบิกแม่ไม้มวยไทย และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

5) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 5

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 5 มีจังหวัดอุบลราชธานีเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 10-12 กรกฎาคม พ.ศ. 2554 ณ จังหวัดอุบลราชธานี มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมด จำนวน 8 ชนิดกีฬา ได้แก่ เปตอง กรีฑา แบดมินตัน วู้ดบอล กอล์ฟ หมากรูกไทย ลีลาศ แอโรบิกแม่ไม้มวยไทย และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

6) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 6

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 6 หรือ “เมืองแพร่เกมส์” มีจังหวัดแพร่เป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 18 - 20 กรกฎาคม พ.ศ. 2555 ณ จังหวัดแพร่ มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมดจำนวน 8 ชนิดกีฬา ได้แก่ เปตอง กรีฑา แบดมินตัน วู้ดบอล กอล์ฟ หมากรูกไทย ลีลาศ แอโรบิกแม่ไม้มวยไทย และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

7) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 7

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 7 หรือ "โคราชเกมส์" มีจังหวัดนครราชสีมาเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 14 -16 มิถุนายน พ.ศ. 2556 มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมด จำนวน 8 ชนิดกีฬา ได้แก่ เปตอง กรีฑา แบดมินตัน วู้ดบอล กอล์ฟ หมากรูกไทย ลีลาศ แอโรบิกแม่ไม้มวยไทย และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

8) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 8

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 8 หรือ "ภูเก็ตเกมส์" มีจังหวัดภูเก็ตเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 23-25 กรกฎาคม พ.ศ. 2557 มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมด จำนวน 8 ชนิดกีฬา ได้แก่ เปตอง กรีฑา แบดมินตัน วู้ดบอล กอล์ฟ

หมากรุกไทย ลีลาศ แอโรบิกแม่ไม้มวยไทย และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

9) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 9

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 9 หรือ "พระยาพิชัยเกมส์" มีจังหวัดอุดรธานีเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 25-27 สิงหาคม พ.ศ. 2558 มีการแข่งขันกีฬาทั้งหมด จำนวน 8 ชนิดกีฬา ได้แก่ เปตอง กรีฑา แบดมินตัน วู้ดบอล หมากรุกไทย ลีลาศ แอโรบิกแม่ไม้มวยไทย และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

10) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 10

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 10 หรือ "สระเร็นเกมส์" มีจังหวัดสุรินทร์เป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 12-15 กรกฎาคม พ.ศ. 2559 ณ สนามกีฬาศรีณรงค์ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ โดยมีการแข่งขันกีฬาและนันทนาการทั้งสิ้น จำนวน 9 ชนิดกีฬา ได้แก่ กรีฑา กอล์ฟ แบดมินตัน เปตอง ลีลาศ วู้ดบอล หมากรุกไทย แอโรบิกมวยไทย ตะกร้อวง และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้อง เพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

11) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 11

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 11 หรือ "ดอกจานเกมส์" มีจังหวัดอุดรธานีเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 4-7 กรกฎาคม พ.ศ. 2560 ณ จังหวัดอุดรธานี โดยมีการแข่งขันกีฬาและนันทนาการทั้งสิ้น จำนวน 9 ชนิดกีฬา ได้แก่ กรีฑา กอล์ฟ ตะกร้อวงเตะเทน แบดมินตัน เปตอง ลีลาศ วู้ดบอล หมากรุกไทย แอโรบิกมวยไทย กีฬาสาธิตอีก 1 ชนิดกีฬา คือ เทเบิลเทนนิส และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

12) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 12

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 12 หรือ "หม่อมเจ้าหม่อมศรี" มีจังหวัดระยองเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 30 พฤษภาคม พ.ศ. 2561 ถึงวันที่ 2 มิถุนายน พ.ศ. 2561 ณ จังหวัดระยอง โดยมีการแข่งขันกีฬาและนันทนาการทั้งสิ้น จำนวน 9 ชนิดกีฬา ได้แก่ กรีฑา กอล์ฟ แบดมินตัน เปตอง วู้ดบอล หมากรุกไทย ลีลาศ แอโรบิกมวยไทย ตะกร้อวงเตะเทน มีกีฬาสาธิต 1 ชนิด คือ กีฬาเทบอล และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการอีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

13) การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 13

การแข่งขันกีฬาและนันทนาการผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 13 หรือ "มะขามหวานเกมส์" มีจังหวัดเพชรบูรณ์เป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 9-12 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 ณ จังหวัดเพชรบูรณ์ โดยยังมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันกีฬาและนันทนาการเช่นทุกครั้งของการจัด มีการจัดแข่งขันกีฬาและนันทนาการทั้งสิ้น จำนวน 9 ประเภท ได้แก่ กรีฑา กอล์ฟ ตะกร้อวง/เซปักตะกร้อ แบดมินตัน เปตอง ลีลาศ ว่ายน้ำ บอล หมากรุกไทยแอโรบิกมวยไทย มีกีฬาสาธิต 1 ชนิด คือ เกทบอล และยังมีกิจกรรมด้านนันทนาการ อีก 1 กิจกรรม ได้แก่ การประกวดร้องเพลงคาราโอเกะผู้สูงอายุ

3.4.2 รายการ "การแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุแห่งชาติ"

ตามยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย (กกท.)และยุทธศาสตร์ การบริหารจัดการ กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ มีเป้าหมายสำคัญในการจัดการแข่งขันกีฬาระดับชาติ ให้ครอบคลุมทุกกลุ่มอายุ ดังนั้น กกท. จึงได้จัดให้มีการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุแห่งชาติเพิ่มขึ้นมาปีละหนึ่งครั้ง เป็นประจำทุกปี โดยให้จัดต่อเนื่องจากกีฬาเยาวชนแห่งชาติ กล่าวคือจังหวัดใดเป็นเจ้าภาพในการจัดกีฬาเยาวชนแห่งชาติ จะต้องเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุแห่งชาติด้วย โดยมีการจัดการแข่งขันที่ผ่านมา จำนวน 2 ครั้ง ซึ่งมีรายละเอียดการจัดการแข่งขัน ดังนี้

1) การแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุแห่งชาติ ครั้งที่ 1

การแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุแห่งชาติ ครั้งที่ 1 ถูกจัดขึ้น ในปี พ.ศ. 2561 ภายใต้ชื่อ "งาช้างดำเกมส์" ระหว่างวันที่ 21-27 เมษายน พ.ศ. 2561 ณ จังหวัดน่าน โดยมีการแข่งขันกีฬาทั้งสิ้น จำนวน 13 ชนิดกีฬา และอีก 1 กีฬาสาธิต ได้แก่ กรีฑา ว่ายน้ำ กอล์ฟ เพาะกาย ฟุตบอล ลีลาศ บาสเกตบอล ตะกร้อ ว่ายน้ำ เทนนิส แบดมินตัน เทเบิลเทนนิส เปตอง และเกทบอล (กีฬาสาธิต)

2) การแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุแห่งชาติ ครั้งที่ 2

การแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุแห่งชาติ ครั้งที่ 2 ถูกจัดขึ้น ในปี พ.ศ. 2562 ภายใต้ชื่อ "รมย์บุรีเกมส์" ระหว่างวันที่ 25 - 31 สิงหาคม พ.ศ.2562 ณ จังหวัดบุรีรัมย์ โดยมีการแข่งขันกีฬา จำนวนทั้งสิ้นจำนวน 14 ชนิดกีฬา ได้แก่ กรีฑา ตะกร้อ เทเบิลเทนนิส เทนนิส เพาะกาย ฟุตบอล บาสเกตบอล แบดมินตัน เปตอง ลีลาศ ว่ายน้ำ และเกทบอล (ถูกบรรจุครั้งแรก) (เดชภณ ทองเต็ม, 2563)

3.4.3 ปัจจัยที่จะต้องคำนึงถึงในการจัดการแข่งขันกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ

สำหรับปัจจัยที่จะต้องคำนึงถึงในการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ สามารถสรุปเป็นหัวข้อหลัก ๆ ได้ดังต่อไปนี้

1) **พิธีเปิดการแข่งขัน** : ควรมีการประสานงานที่ดีขึ้น เพื่อป้องกันความล่าช้าในพิธีเปิดการแข่งขัน เนื่องจากนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันเป็นผู้สูงอายุ ดังนั้นระยะเวลาที่ใช้ในพิธีเปิดการแข่งขันที่นานเกินไป ความล่าช้าของพิธีเปิดการแข่งขัน รวมถึงอากาศที่ร้อนเกินไปอาจก่อให้เกิดปัญหาต่อนักกีฬาผู้สูงอายุที่เข้าร่วมการแข่งขันได้

2) **การประชาสัมพันธ์** : ควรเพิ่มช่องทางการประชาสัมพันธ์ให้มากยิ่งขึ้น เพื่อให้ข้อมูลเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายอย่างทั่วถึง และควรเพิ่มงบประมาณด้านการประชาสัมพันธ์ให้มากยิ่งขึ้น ซึ่งอาจจะอาศัยความร่วมมือของสื่อท้องถิ่น อาทิเช่น วิทยุชุมชน โรงเรียน ห้างร้านต่าง ๆ ในการช่วยกระจายข่าวสารรวมถึงการประชาสัมพันธ์ให้นักกีฬาผู้สูงอายุทราบข้อมูลการแข่งขันที่ชัดเจนตลอดระยะเวลาการจัดการแข่งขัน

3) **บริการอาหาร/น้ำดื่ม** : การบริการด้านอาหาร/น้ำดื่ม ควรจัดให้เพียงพอต่อปริมาณนักกีฬาผู้สูงอายุที่เข้าร่วมการแข่งขันและบริการให้ทั่วถึงตามสถานที่จัดการแข่งขันทุกจุด

4) **เจ้าหน้าที่/การบริการ** : ควรเพิ่มจำนวนเจ้าหน้าที่ให้เพียงพอต่อการบริการอบรมเจ้าหน้าที่ให้มีความเข้าใจ และใส่ใจในงานบริการ และควรปรับปรุงขั้นตอนการประสานงานระหว่างเจ้าหน้าที่ด้วยกันเอง หรือระหว่างเจ้าหน้าที่ที่จัดการแข่งขันกับเจ้าหน้าที่ในหน่วยราชการต่าง ๆ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการบริการให้ดียิ่งขึ้น

5) **ชนิดกีฬา** : เพิ่มชนิดกีฬาให้มีความหลากหลายมากยิ่งขึ้น เช่น หมากกระดาน กีฬาพื้นบ้านและดนตรี รวมถึงแนะนำให้มีการแบ่งช่วงอายุในการแข่งขันให้มากขึ้น ทั้งนี้เพื่อไม่ให้เกิดข้อได้เปรียบเสียเปรียบในด้านอายุของนักกีฬาผู้สูงอายุที่เข้าร่วมการแข่งขันมากนัก

6) **งบประมาณ** : ควรเพิ่มงบประมาณให้เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมการแข่งขัน

7) **รถบริการ** : ควรมีรถบริการระหว่างการแข่งขันให้เพียงพอ เนื่องด้วยนักกีฬาเป็นผู้สูงอายุ

8) **ตารางการแข่งขัน** : ควรเว้นระยะการแข่งขันระหว่างรอบให้ยาวขึ้น เพื่อให้ นักกีฬาผู้สูงอายุมีเวลาพักผ่อนมากยิ่งขึ้น

9) **สถานที่จัดการแข่งขัน** : ควรมีสถานที่ให้นั่งพักระหว่างรอบการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขันและสถานที่สำหรับรับประทานอาหาร อย่างเพียงพอ

10) **ที่พัก** : ที่พักควรจัดให้เพียงพอกับจำนวนนักกีฬาผู้สูงอายุ

นอกจากหลักการ 10 ข้อ ที่กล่าวมาแล้วนั้นแล้ว ผู้จัดการแข่งขันกีฬารายการผู้สูงอายุควรพึงระลึกถึงประเด็นด้านความปลอดภัยและอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้น ตลอดระยะเวลาระหว่างการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุด้วย ดังนั้นกฎ กติกา บางอย่าง ต้องมีความเหมาะสมและเอื้อต่อการแข่งขันสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การจับพาวล์ในกีฬาฟุตบอล ควรจะดำเนินการให้เร็วเพื่อลดการกระทบกระทั่งของผู้เล่นทั้งสองฝ่าย และนอกจากนี้ควรจะมีทีมแพทย์ หรือทีมเวชศาสตร์การกีฬาประจำสนามตลอดการแข่งขัน เป็นต้น

ผู้วิจัย สามารถสรุปหลักและวิธีการ ความสำคัญ ได้ว่า การจัดการแข่งขันกีฬาเป็นกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพที่มีคุณลักษณะสำคัญ คือ ต้องใช้ทักษะและมีการแข่งขันมีความเฉพาะเจาะจงมากกว่าการออกกำลังกาย ต้องการระดับสมรรถภาพทางกาย ทักษะการเคลื่อนไหว มีรูปแบบของกฎ กติกาการเล่นที่ชัดเจน โดยผลของการแข่งขันกีฬาคือชนะหรือแพ้สำหรับการเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงวัยนั้น ผู้สูงวัยควรเลือกเล่นกีฬาเพื่อความสนุกสนานเป็นหลักมากกว่าการเล่นเพื่อการแข่งขันหรือเพื่อความบันเทิง แต่ถ้าจะมีการแข่งขัน ก็ควรเลือกกีฬาที่ไม่ปะทะ และเลือกคู่แข่งในวัยเดียวกัน หรือมีสมรรถภาพใกล้เคียงกัน รวมถึงควรเป็นกีฬาที่ผู้สูงวัยสามารถควบคุมจังหวะการเล่นได้เอง สามารถลดระดับความหนัก-เบา หรือหยุดพักได้ตามต้องการแต่อย่างไรก็ตามไม่ว่าผู้สูงวัยจะเล่นกีฬาประเภทใดก็ตาม ผู้สูงวัยไม่ควรเล่นกีฬาเพียงลำพังควรเล่นกันเป็นหมู่คณะ หรือมีลูกหลานญาติพี่น้องร่วมเล่นกีฬาประเภทนั้น ๆ ด้วย กล่าวคือ จะต้องคำนึงถึงความปลอดภัยในการเล่นมากกว่าชัยชนะที่จะได้รับการแข่งขันกีฬานั้นเอง

ส่วนการจัดโปรแกรมกีฬาสำหรับผู้สูงวัยนั้น ผู้จัดการแข่งขัน นักวิทยาศาสตร์การกีฬา ควรจัดรูปแบบกีฬาเพื่อสุขภาพเป็นหลัก ส่วนกีฬาเพื่อการแข่งขันนั้น ควรเป็นการจัดสำหรับผู้สูงวัยที่มีประสบการณ์การเล่นกีฬาเล่นกีฬาเป็นประจำ โดยรูปแบบการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุควรแบ่งผู้สูงวัยออกเป็นเป็น 2 กลุ่ม คือ 1) กลุ่มผู้สูงวัยที่ไม่มีโรคประจำตัว และ 2) กลุ่มผู้สูงวัยที่มีโรคประจำตัว และรูปแบบการจัดกีฬาเพื่อการแข่งขัน ควรแบ่งผู้สูงวัยออกเป็น 2 กลุ่มด้วยเช่นกันคือ 1) จัดสำหรับผู้สูงวัยที่เล่นกีฬามาก่อนและเล่นเป็นประจำ และ 2) จัดการแข่งขันกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงวัยทั่วไป โดยการคัดเลือกกิจกรรมกีฬาสำหรับผู้สูงวัยจะต้องคำนึงถึงปัจจัยด้านอายุ เพศ สภาพร่างกาย น้ำหนักตัว และโรคประจำตัวของผู้สูงวัย เป็นลำดับแรก สำหรับผู้สูงวัยที่มีปัญหาด้านสุขภาพหรือมีโรคประจำตัว ก่อนการเลือกเล่นกีฬาประเภทใดนั้น ควรปรึกษาแพทย์ก่อน ทั้งนี้เพื่อความมั่นใจว่าจะสามารถเล่นกีฬาได้อย่างปลอดภัย และไม่มีผลกระทบร้ายแรงที่จะก่อให้เกิดอันตรายถึงชีวิต

สำหรับการจัดการแข่งขันกีฬารายการผู้สูงอายุในอนาคต พบว่า ในประเทศไทยจะมีรายการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มที่เพิ่มมากขึ้นทั้งในระดับท้องถิ่นและในระดับประเทศ และผู้วิจัย มีความเชื่อว่าในอนาคตกลุ่มผู้สูงอายุเองก็จะมีความต้องการเล่นกีฬาเพื่อการแข่งขันและเพื่อความเป็นเลิศเพิ่มมากขึ้น โดยชนิดกีฬาจะไม่จำกัดอยู่แค่กีฬาที่มีการเคลื่อนไหวไม่มากดังเช่นอดีต สิ่งสำคัญของการจัดแข่งขันกีฬาสำหรับผู้สูงอายุที่ผู้จัดการแข่งขันจะต้องคำนึง คือ ความปลอดภัย และการจัดการแข่งขันโดยเฉพาะกฎ กติกา ที่จะต้องรองรับกับข้อจำกัดด้านร่างกายของผู้สูงอายุ สำหรับประเภทการจัดการแข่งขันที่นิยมจัดแข่งขันในประเทศไทย มีจำนวน 15 ประเภท ได้แก่ 1) กรีฑา 2) วายน้ำ 3) กอล์ฟ 4) เพาะกาย 5) ฟุตบอล 6) ลีลาศ 7) บาสเกตบอล 8) ตะกร้อ 9) วู้ดบอล 10) เทนนิส 11) แบดมินตัน 12) เทเบิลเทนนิส 13) เปตอง 14) เกทบอล และ 15) ตะกร้อวงเตะเทน ส่วนกิจกรรมนันทนาการที่นิยมจัดแข่งขัน พบว่ามีจำนวน 4 ประเภท ได้แก่ 1) หมากรูกไทย 2) แอโรบิกมวยไทย 3) ประภวร้องเพลงคาราโอเกะ และ 4) ประภวดทางเครื่องลูกทุ่ง

3.5 แนวทางการพัฒนาการจัดการกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขัน

การบริหารจัดการกีฬา และการเตรียมนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันมันเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ไปตามแนวทางการจัดการ และก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการแข่งขันกีฬา ไม่ว่าจะแข่งขัน ในระดับใด ก็ตามการเตรียมตัวของนักกีฬาเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ หรือได้รับ ผลดี นักกีฬาต้องมีแรงจูงใจ มีความตั้งใจจริง เอาจริงเอาจังต่อการฝึกซ้อมกีฬา (ชัยรัตน์ รุจิพงษ์, 2545) การที่จะเตรียมแผนการจัดการกีฬา จำเป็นที่ต้องใช้งบประมาณ และใช้บุคลากร ทำงานร่วมกันเป็นจำนวนมาก ต้องมีผู้บริหารจัดการทั้งในเรื่อง สถานที่ เบิกจ่าย และเก็บอุปกรณ์ฝึกซ้อม รักษา พร้อมทั้งจัดการเรื่องสุขอนามัย ในการทำงานร่วมกัน ตลอดทั้งการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของผู้ร่วมงาน โดยได้รับความสะดวก ความปลอดภัย และ ความพึงพอใจ ในการทำงานร่วมกันได้อย่างมีความสุข เพื่อให้เกิดผลตามที่เป้าหมายที่กำหนดไว้ จำเป็นต้องมีการจัดการเพื่อให้การทำงานบรรลุตามวัตถุประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นการบริหารจัดการกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันจริงจำเป็นต้องมีความรู้ความเข้าใจในด้านการบริหารงานต่าง ๆ เป็นอย่างดี การบริหารกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันระหว่างวิทยาลัย (สุรัช หุ่นทองกุล, 2545) กล่าวว่า ในการทำกิจกรรมใด ๆ ก็ตามไม่ว่าจะเป็นผู้บริหารในระดับใดจะต้องมีความเข้าใจในเรื่อง การบริหารงานในส่วนของผู้รับผิดชอบในการเตรียมทีมนักกีฬา ผู้บริหารจะต้องเห็นความสำคัญ ของการกีฬาต้องวางแผนการจัดการบริหารโปรแกรมอย่างถูกต้อง สมบูรณ์ในทุก ๆ ด้านดังนี้

1. ด้านบุคลากรแบ่งออกเป็น 4 ฝ่ายคือ

1.1 ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเทคนิคและทักษะกีฬา ผู้ที่ได้เป็นผู้เชี่ยวชาญกีฬาแต่ละประเภท จะช่วยกระตุ้นให้การถ่ายทอดทักษะกีฬาขั้นก้าวหน้าให้แก่ทีม ทั้งนี้จะต้องรู้วิธีการควบคุมทีม รู้จักถ่ายทอดทักษะมีจิตวิทยาในการฝึกสอนและเข้าใจหลักการต่าง ๆ ทางพลศึกษาได้เป็นอย่างดี

1.2 ผู้มีอุดมการณ์ทางการกีฬา การพัฒนาการกีฬาให้ก้าวหน้าต้องมีผู้รับผิดชอบ การฝึกซ้อม และใกล้ชิดกับนักกีฬาลดเวลาคนที่มีความใฝ่ใจจะมีอุดมการณ์ทางการกีฬา และสามารถนำกลุ่มนักกีฬาให้ตื่นตัวในการฝึกซ้อมมีเวลาเฝ้าดูแลทีม ได้ตลอดเวลา

1.3 ผู้อุปถัมภ์ในการฝึกซ้อมตลอดปีนั้น บางโอกาสต้องแข่งขันโอกาสพิเศษ งบประมาณของสถาบันอาจไม่เอื้ออำนวยให้ทำได้ การมีผู้อุปถัมภ์ซึ่งเป็นผู้ที่อาจจะพอมีเงินบริจาค ให้เพื่อการกีฬา บริษัท ห้างร้าน ต่าง ๆ ซึ่งมีแนวทางที่จะออกทุนในการสมัครเข้าแข่งขันมีชุดกีฬา อุปกรณ์กีฬา พิเศษให้ จะช่วยกระตุ้นให้นักกีฬามีกำลังใจ และได้รับประสบการณ์ในการแข่งขัน เพิ่มขึ้นอีกด้วย

1.4 ผู้นำในสถาบันการจัดการด้านกีฬาแม้ในสถาบันเดียวกันการติดต่อดำเนินการ ขั้นตอนการประสานงานทั้งสถานที่อุปกรณ์ในการฝึกซ้อมต้องได้รับความร่วมมือจากหัวหน้า หน่วยงานต่าง ๆ การมีผู้นำในสถาบัน ในแต่ละหน่วยงานต้องช่วยให้เกิดความสะดวกในการกีฬา มากขึ้น

2. ด้านสถานที่ และอุปกรณ์การแข่งขันกีฬาระหว่างสถาบันนี้เป็นการฝึกหัดทักษะกีฬา เพื่อให้มาตรฐานขั้นก้าวหน้า สถานที่ และอุปกรณ์ฝึกซ้อมจะต้องได้มาตรฐานปลอดภัยใช้ได้ สะดวก ผู้บริหารสถาบันต้องมีทักษะที่ดี และส่งเสริมการกีฬาของสถาบันอย่างแท้จริง โดยจะต้อง พิจารณา รอบคอบทางด้านการสร้างการบำรุงตลอดจนการจัดตารางการใช้อย่างมีระบบนอกจากนั้น การบำรุงรักษา และซ่อมแซมจะต้องมีงบประมาณสนับสนุนต่อเนื่อง

3. การจัดโปรแกรมการฝึกซ้อมการพัฒนากีฬาในทุกระดับ จะต้องกำหนดให้ เหมาะสมซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการทำงานหรือการเรียน การจัดทำตารางฝึกซ้อมจะต้องยืดหยุ่นให้ เหมาะสมอย่างไรก็ตามการวางแผนโปรแกรมฝึกซ้อมตลอดปีก็ยังคงมีความจำเป็นอยู่การฝึกซ้อม ควรจัดแบ่งเป็นช่วง ๆ ดังนี้

3.1 ระยะเวลาก่อนการแข่งขัน ระยะเวลานี้เป็นระยะที่เตรียมตัวทางในด้านสมรรถภาพทางกาย และทักษะกีฬาผู้บริหารกีฬาจะต้องร่วมมือกับผู้ฝึกสอนในการวางแผนการซ้อม และการพักผ่อน อย่างเพียงพอ หากมีการเก็บตัวนักกีฬาได้ยาวนานได้ประมาณ 2 เดือนก็จะจัดโปรแกรมการฝึกได้ เป็นอย่างดี หลังจากนั้นการสร้างขวัญ และกำลังใจของนักกีฬาต้องจัดควบคู่กันไปในการฝึกซ้อม ด้วยระยะนี้ต้องมีการทดสอบสมรรถภาพทั้งก่อนการฝึกซ้อม และหลังการฝึกซ้อมนอกจากเป็น เครื่องวัดความสามารถทางกลไก และสมรรถภาพแล้ว ยังกระตุ้นให้นักกีฬาสนใจการซ้อมอีกด้วย

3.2 ระยะเวลาการแข่งขันเป็นระยะที่นักกีฬาต้องมีความสมบูรณ์แข็งแรงมากที่สุด มีทักษะกำลังใจที่ดีที่สุด พร้อมทั้งจะทำการแข่งขัน ได้อย่างเต็มภาคภูมิ ควรมีการทดสอบสมรรถภาพ ครั่ง

สุดท้ายก่อน การแข่งขันเพื่อประเมินผลสมรรถภาพ และเป็นข้อมูลในการที่ผู้ฝึกสอน หรือ ผู้จัดการพิจารณาในการวางตัวของนักกีฬา การหาประสบการณ์ในการฝึกซ้อมกับทีมอื่น มีความจำเป็นมาก เป็นการประเมินผลความสามารถ และได้พบจุดบกพร่องของทีมในการหาแก้ไข ปัญหา และการหาทางออกในจุดนั้น ๆ ต่อไป

3.3 ระยะเวลาหลังการแข่งขัน ระยะเวลาที่ผู้บริหารกีฬา หรือ สถาบันจะต้องวางโครงการ ต่อเนื่องในการเสริมกีฬาทั้งนี้เพื่อให้เตรียมเสริมทีมในการหาตัวนักกีฬามาทดแทนนักกีฬา ที่จะจบการศึกษา และเพื่อให้ให้นักกีฬาได้เล่นกีฬาต่อเนื่องนั้นผู้บริหารกีฬาอาจจัดโครงการส่งเสริม สมรรถภาพเพื่อป้องกันไม่ให้นักกีฬา ไม่สนใจในสุขภาพของตนซึ่งมีผลเสียต่อการที่จะมาเริ่มฟื้นฟู ในภายหลังกการฝึกนักกีฬาที่คัดตัวไว้แล้วก็ต้องฝึกให้พร้อมทุกอย่างมีการวางแผนการฝึกซ้อม ล่วงหน้าเป็นราย 3 เดือน รายสัปดาห์ และแผนการฝึกประจำวัน จะต้องให้นักกีฬามีความพร้อม ก่อนทำการแข่งขัน 1-2 สัปดาห์ แต่อย่าลืมว่าแผนการซ้อมต้องทำอย่างต่อเนื่องอาจทำในช่วงที่ไม่มี การแข่งขันก่อนทำการแข่งขัน ระหว่าง และหลังการแข่งขันเท่านั้น

3.6 ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของการดำเนินการจัดการแข่งขันกีฬา

การบริหารองค์กรที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลเนื่องจากอิทธิพลของโลกาภิวัตน์ โลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วองค์กรต่าง ๆ มีการปรับเปลี่ยนและพัฒนาอยู่เรื่อย ๆ เพื่อให้ องค์กรของตนเองอยู่รอดและมีประสิทธิภาพทางด้านการดำเนินงาน การมีระบบการบริหารจัดการ ที่ดีจะทำให้องค์กรมีคุณภาพและมีประสิทธิภาพซึ่งในปัจจุบันการบริหารเชิงกลยุทธ์เป็นที่นิยม ในหมู่นักบริหารที่นำมารองรับต่อการเปลี่ยนแปลงและการแข่งขัน ปัจจัยสำคัญของการเป็นองค์กร กลยุทธ์ คือการมีผู้นำที่มีวิสัยทัศน์ก้าวไกล กลยุทธ์ที่องค์กรต้องสร้างขึ้นมากจะต้องมีศักยภาพและมีพลังองค์กรที่เกิดจากการเป็นหนึ่งเดียวของทีมงานทั้งองค์กร อันจะนำไปสู่ความสำเร็จขององค์กร กลยุทธ์ที่ดีต้องสร้างความโดดเด่นในองค์กรของตนเองและพัฒนาให้มีความได้เปรียบ เชิงกลยุทธ์การบริหาร องค์กรจะต้องปรับตัวให้ทันและเข้าได้กับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ต้องให้ ความสำคัญในการพัฒนาองค์กร และทรัพยากรในการบริหารเพื่อสร้างพื้นฐานการเรียนรู้ให้เกิดขึ้น ทั้งระบบขององค์กร การเปลี่ยนแปลงของโลกทศวรรษใหม่ทำให้องค์กรต้องปรับเปลี่ยนกลยุทธ์ ในการแข่งขันเพื่อความอยู่รอด ผู้นำต้องสามารถสร้างความมั่นใจให้เกิดขึ้นกับทุก ๆ คนในองค์กร ว่าพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงและสร้างองค์กรใหม่ การกำหนดกลยุทธ์องค์กรเป็นกลไกหลักสำคัญ ขององค์กรที่มีวิสัยทัศน์ (Vision) ในการผลักดันให้พันธกิจ (Mission) และกลยุทธ์ (Strategy) ที่เป็น กิจกรรมหลักขององค์กรให้บรรลุเป้าหมาย (บวร ประพตติ, 2552) ดังนั้น วิสัยทัศน์ขององค์กรจึงส่งผลกระทบต่อตรงในการกำหนดทิศทางเดินในการบริหารองค์กร การผลักดันวิสัยทัศน์จะเป็นรูปธรรมหรือประกาศเป็นนโยบาย องค์กรที่ทุกฝ่ายต้องนำไปขับเคลื่อน ให้บรรลุเป้าหมาย ดังที่ ทศนิยม ตั้งบุญเกษม (2566) กล่าวว่า

กระบวนการบริหารเชิงกลยุทธ์ ประกอบด้วยงานสำคัญ 5 ประการ คือ การกำหนดวิสัยทัศน์และพันธกิจขององค์กรที่จะเป็น ข้อความที่บ่งบอกทิศทางที่มุ่งไปสู่อนาคตการกำหนดเป้าหมายเชิงกลยุทธ์เพื่อเป็นการระบุว่า องค์กรต้องการอะไรในอนาคตการกำหนดกลยุทธ์เพื่อบรรลุเป้าหมายเชิงกลยุทธ์เป็นการปฏิบัติ ที่จะนำองค์กรไปสู่จุดที่ต้องการจากจุดที่อยู่ การนำกลยุทธ์ไปใช้โดยเปลี่ยนเป็นแผนปฏิบัติการและ สุดท้ายคือการประเมินผลหรืออาจเรียกว่าการควบคุมเชิงกลยุทธ์เป็นกระบวนการในการประเมิน ความก้าวหน้าของการดำเนินงาน ลักษณะขององค์กรที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงควรมีการบริหารแบบเป็นทีม พนักงานมีความรับผิดชอบร่วมกันรู้และเข้าใจงานของตน มีขั้นตอนในการบริหารองค์กร งานบริหารสามารถทำได้โดยพนักงาน การทำงานต้องมีความยืดหยุ่นและรวดเร็ว ดังที่ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2550) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อการบริหารที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ขององค์กรว่าควรมีความชัดเจนและท้าทายของวิสัยทัศน์องค์กรมีวัฒนธรรมองค์กรที่เข้มแข็ง มีการติดต่อสื่อสารที่ชัดเจนมีผู้นำที่เป็นแบบอย่าง มีระบบการฝึกอบรมและการพัฒนาทรัพยากร มนุษย์ที่พัฒนาอย่างต่อเนื่องและสินค้าและบริการที่มีคุณภาพ โดยได้อธิบายปัจจัยต่าง ๆ ไว้ดังนี้

1. ความชัดเจนและท้าทายของวิสัยทัศน์องค์กร ความชัดเจนในวิสัยทัศน์องค์กร จะมีอิทธิพลต่อการสร้างแรงบันดาลใจให้พนักงานมุ่งมั่นสู่สัมฤทธิ์ผลที่ได้วางไว้และไม่ย่อท้อ ต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้น เพราะวิสัยทัศน์ทำให้พนักงานรู้ทิศทางในการทำงานว่า จะเริ่มเมื่อใดสำเร็จ เมื่อไหร่ รวมทั้งสามารถวัดได้ด้วยว่าจะสำเร็จหรือไม่ ในทางตรงกันข้ามภาพที่ไม่ชัดเจน ก็ยากที่จะ ประสบความสำเร็จเช่นกัน ดังนั้นวิสัยทัศน์ต้องตอบคำถามได้ว่าใครทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่และอย่างไร

2. วัฒนธรรมองค์กรที่เข้มแข็ง วัฒนธรรมองค์กรเปรียบเหมือนเสาเข็มที่เป็นหลักปรัชญาพื้นฐานที่ยึดถือในการทำงานร่วมกันของพนักงาน ที่เกิดจากการหล่อหลอมทางความเชื่อ วิถีชีวิต และประเพณี ซึ่งเป็นสิ่งที่ได้รับอิทธิพลมาจากแบบอย่างของผู้นำ ประวัติความเป็นมาขององค์กร ระบบการให้รางวัล เป้าหมายขององค์กร เป็นต้น เป็นวัฒนธรรมองค์กรที่ทุ่มทำงานทุ่มเท ความสามารถเพื่อให้งานมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลโดยไม่ต้องใช้กฎระเบียบในการควบคุม แต่ใช้วัฒนธรรมองค์กรซึ่งเป็นระบบการควบคุมอย่างไม่เป็นทางการทำการควบคุมแทน เพราะวัฒนธรรมองค์กรจะเป็นสิ่งสะท้อนความคาดหวังขององค์กรที่มีต่อพนักงานในการปฏิบัติงาน ที่แทรกซึมอยู่ทั่วทุกด้านขององค์กร

3. การติดต่อสื่อสารที่ชัดเจน การสื่อสารเป็นกลไกที่ช่วยให้การดำเนินงานในองค์กร เป็นไปอย่างราบรื่น หลายองค์กรที่ประสบความล้มเหลวในการทำงานมักเกิดขึ้นจากการขาด ความชัดเจนของการสื่อสารภายในองค์กรข้อมูลที่ต้องการสื่อสารขาดความครบถ้วน ทำให้ผู้ฟัง เกิดความเข้าใจผิดต่อข้อมูลที่ได้รับส่งผลให้เกิดความผิดพลาดตามมา ฉะนั้นในแต่ละครั้งที่มี การสื่อสารควรกำหนดอย่างชัดเจนว่า ต้องการสื่อสารเรื่องอะไร ต้องการให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจ ในสิ่งใดเนื้อหาควร

ครอบคลุมเรื่องใดบ้าง มีรายละเอียดมากน้อยเพียงใดหรือต้องการให้ผู้ฟัง เปลี่ยน แปลงความคิด พฤติกรรมเรื่องใด เพราะการสื่อสารในแต่ละครั้งย่อมมีเป้าหมายแตกต่างกัน จะเห็นได้ว่าเป้าหมายที่แตกต่างกันย่อมนำไปสู่การเลือกวิธีการสื่อสารที่แตกต่างกัน โดยการสื่อสาร ทุกครั้งควรเป็นการสื่อสารแบบสองทางคือทั้งแบบบนลงล่าง (Top Down) และล่างขึ้นบน (Bottom Up) เพื่อความชัดเจนและลดความผิดพลาดในการสื่อสาร

4. ผู้นำที่เป็นแบบอย่าง แบบอย่างของผู้นำเป็นปัจจัยหนึ่งที่กำหนดประสิทธิภาพและประสิทธิผลในองค์กร เพราะผู้นำเปรียบเหมือนคนที่คอยควบคุมหางเสือเรือในอันที่จะบังคับ ทิศทางเรือและพาลูกเรือไปสู่ความสำเร็จ ผู้นำเป็นอย่างไรผู้ตามมักจะเลียนแบบไม่มากก็น้อย ถ้าหากผู้นำเป็นคนทำงานหนักเอาจริงเอาจังมักจะเป็นพนักงานเป็นคนที่ทำงานหนักทุ่มเทกับงานแต่ถ้าผู้นำไม่สนใจในงาน สนใจแต่การประจบหัวหน้าที่เหนือกว่า พนักงานมักจะเป็นเช่นเดียวกัน ฉะนั้น ผู้นำต้องสร้างแบบอย่างที่ดีทั้งในการทำงานและครอบครัวรวมทั้งลักษณะชีวิตส่วนตัว ผู้นำจึงควรมีลักษณะ Walk the talk หมายถึงพูดแล้วทำตามสิ่งที่พูด

5. ระบบการฝึกอบรมและการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่พัฒนาอย่างต่อเนื่อง ปัจจุบัน คนเป็นองค์ประกอบสำคัญในการขับเคลื่อนองค์กรสังคมและประเทศชาติให้ก้าวไปข้างหน้า การมีเพียงวัสดุอุปกรณ์ครบถ้วนมีระบบบริหารที่ดีเลิศแต่ถ้าขาดบุคลากรที่มีลักษณะเหมาะสม เพียงพอในการทำงาน ก็ไม่ได้เป็นหลักประกันว่าองค์กรจะสามารถไปถึงเป้าหมายได้คุณสมบัติ ของบุคลากรที่เหมาะสมหมายความว่ามีความรู้ระบบบริหารที่ดี แต่หากขาดคนที่เหมาะสมกับระบบแล้ว ระบบนั้นอาจใช้ไม่ได้หรือล้มเหลวได้ ในทางตรงกันข้ามหากเรามีระบบที่บกพร่อง แต่มีบุคลากร ที่มีคุณสมบัติที่เหมาะสม ยังมีโอกาสสูงที่คนนั้นจะสร้างและปรับปรุงระบบใหม่ให้ดีขึ้นได้ตั้งนั้น บุคลากรในทุกระดับตั้งแต่ผู้บริหารลงมาถึงพนักงาน จึงมีส่วนในการกำหนดความสำเร็จหรือ ล้มเหลวที่จะเกิดขึ้นกับองค์กรได้

6. สินค้าและบริการที่มีคุณภาพคุณภาพของสินค้าและบริการนอกจากเป็นปัจจัย กำหนดประสิทธิภาพและประสิทธิผล ยังเป็นปัจจัยที่กำหนดความอยู่รอดขององค์กรในเวลาเดียวกัน ถ้าองค์กรผลิตสินค้าและบริการที่ไม่มีคุณภาพ องค์กรจะไม่มีลูกค้าไม่มีรายได้ และ ไม่มีธุรกิจที่ดีที่สุด โดยสินค้าและบริการที่มีคุณภาพเกิดจากกระบวนการผลิตที่มีคุณภาพ กระบวนการผลิตที่มีคุณภาพเกิดจากระบบการจัดการที่ดี ซึ่งระบบการจัดการที่ดีเกิดจากผู้บริหาร ที่มีวิสัยทัศน์กว้างไกล มีความเข้าใจเกี่ยวกับคุณภาพและการบริหารคุณภาพอย่างถูกต้อง โดยทุกกลไกมีความเกี่ยวเนื่องกันจนแยกออกไม่ได้ นอกจากนั้น คุณภาพของสินค้ามีผลสืบเนื่อง ต่อมาประมาณในการใช้จ่ายเพื่อแก้ไขความบกพร่องค่าใช้จ่ายในการประเมินผล ชื่อเสียงของ องค์กร ความนิยมของผู้บริโภคที่มีต่อสินค้าและบริการ ดังนั้น องค์กรจึงต้องเน้นการเพิ่มคุณภาพ ของผลงานทุกขั้นตอนและเน้นการสร้างความพึงพอใจให้ลูกค้าผู้รับบริการเป็นสำคัญในการบริหาร ทรัพยากรทำให้การดำเนินงานหรือผลผลิตที่ได้เกิดประสิทธิภาพหรือประสิทธิผลหรือไม่ขึ้น ขึ้นอยู่กับการบริหารทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดประสิทธิภาพ

มากที่สุด โดยใช้หลักการบริหาร ทรัพยากรและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการบริหารได้แก่ดังต่อไปนี้ (เสนาะ ตีเยวาร์, 2546)

1. ทฤษฎี 4 M's ในทฤษฎีนี้ได้แยกทรัพยากรออกเป็น 4 ประเภทได้แก่ บุคลากร (Man) งบประมาณ (Money) วัสดุอุปกรณ์ (Materials) และวิธีการบริหารจัดการ (Management) ทฤษฎีนี้ นิยมใช้ในการบริหารภาครัฐ หรือภาคบริหารองค์กรที่ไม่แสวงหาผลกำไร (Non-profit Orientation)

2. ทฤษฎีของศาสตราจารย์ William T. Greenwood เห็นว่าทรัพยากรนั้นสมควรมี อย่างน้อย 7 ประการคือ บุคลากร (Man) งบประมาณ (Money) วัสดุอุปกรณ์ (Materials) อำนาจหน้าที่ (Authority) เวลา (Time) ความตั้งใจในการทำงาน (Will) และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ (Facilities) ทฤษฎีนี้ใช้มากที่ทั้งภาครัฐและเอกชนที่มีทั้งแสวงหาผลกำไรและไม่แสวงหาผลกำไร ปัจจัยที่ใช้วัดความสำเร็จของงาน (William T. Greenwood, 1965) จะต้องคำนึงถึงปัจจัยด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. ประสิทธิภาพ (Efficiency) หมายถึงมีการจัดการเกี่ยวกับคน เงิน และอุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้อย่างมีคุณภาพมีการแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบให้กับเจ้าหน้าที่ฝ่ายต่าง ๆ โดยพิจารณาถึง ความรู้ความสามารถและความชำนาญของแต่ละบุคคล พร้อมทั้งจัดสรรงบประมาณ วัสดุอุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ที่เหมาะสมตามหลักการสำคัญก่อนและหลังทำความเข้าใจของทุกฝ่าย

2. ประสิทธิภาพ (Effectiveness) หมายถึงผลสำเร็จหรือ การบรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ เพราะฉะนั้นประสิทธิผลของการบริหาร อาจวัดได้จากการเปรียบเทียบความสำเร็จของงานที่ปฏิบัติ เสร็จสิ้นแล้ว กับ วัตถุประสงค์ที่วางไว้ล่วงหน้ากับการบริหารที่มีประสิทธิผลไม่แน่ว่าจะมี ประสิทธิภาพเสมอไป เพราะความสำเร็จของงานตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้นั้น อาจต้องใช้ ทรัพยากร ทางการบริหารคือ คน เงิน วัสดุอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้มากเกินไป

3. การประหยัด (Economy) เป็นการประหยัดทรัพยากรทางการบริหารด้านกำลังคน วัสดุ อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้และเวลาที่เป็นปัจจัยร่วมด้วยเพราะงานที่มีประสิทธิผลแต่ต้องใช้เวลามากเกินไปก็ถือว่าไม่มีประสิทธิภาพในการบริหารหรือการดำเนินงาน เช่นกัน ดังนั้น การบริหารจัดการ เพื่อให้การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรทั้งหลายอย่างมีประสิทธิภาพ และมีประสิทธิผล ผู้บริหารจะต้อง เข้ามาช่วยสนับสนุนเพื่อให้บรรลุจุดหมายขององค์กร โดยมีประเด็นสำคัญของการบริหารจัดการดังนี้

1. การบริหารจัดการสามารถประยุกต์ใช้กับองค์กรใดองค์กรหนึ่งได้

2. เป้าหมายของผู้บริหารทุกคนคือ การสร้างกำไร หรือคุ้มค่า

3. การบริหารจัดการเกี่ยวข้องกับการเพิ่มผลผลิต (Productivity) โดยมุ่งประสิทธิภาพ (Efficiency) โดยวิธีการใช้ทรัพยากรโดยประหยัดที่สุด และประสิทธิผล (Effectiveness) ที่มุ่งให้ บรรลุเป้าหมายคือประโยชน์สูงสุด

4. การบริหารจัดการความสามารถนำมาใช้สำหรับผู้บริหารในทุกระดับชั้นขององค์กรทักษะ ของการบริหารจัดการและลำดับขั้นขององค์กรมี 4 ด้านดังนี้ (Griffin, 2002)

1. ทักษะด้านเทคนิค (Technical Skill) หมายถึงความรู้และความชำนาญในกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับวิธีการ กระบวนการและขั้นตอน ซึ่งเกี่ยวข้องกับการทำงานด้วยเครื่องมือและเทคนิคพิเศษ เช่น ช่างกล ทำงานด้วยเครื่องมือต่าง ๆ ผู้บังคับบัญชาควรมีความสามารถ การสอนการใช้เครื่องมือเหล่านั้น นักบัญชีควรนำเทคนิคพิเศษมาใช้ในการงาน

2. ทักษะด้านมนุษย์ (Human Skill) หมายถึง ความสามารถในการทำงานร่วมกับ บุคคลอื่น การร่วมมือกัน การทำงานเป็นทีม การสร้างสรรค์บรรยากาศในการทำงาน ความรู้สึก มั่นใจ และมีอิสระของบุคคล ในการแสดงความคิดเห็น

3. ทักษะด้านความคิด (Conceptual Skill) หมายถึงความสามารถในการมองภาพรวมขององค์ประกอบที่สำคัญในสถานการณ์ต่าง ๆ และเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ

4. ทักษะด้านการออกแบบ (Design) หมายถึง ความสามารถในการแก้ปัญหาในแนวทางที่เกิดประโยชน์ต่อองค์กร โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระดับสูงขององค์กร ผู้บริหารต้องมีความสามารถมากกว่าการมองเห็นปัญหาแต่เพียงอย่างเดียว ต้องมีทักษะในการแก้ไขปัญหาในการทำงาน

4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบ

ในส่วนนี้ผู้วิจัยได้นำเสนอแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับข้อมูลการพัฒนารูปแบบในด้านความหมาย ประเภทรูปแบบ องค์ประกอบของรูปแบบ ลักษณะของรูปแบบที่ดีและการตรวจสอบรูปแบบ เพื่อนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย ต่อไป

4.1 ความหมายของรูปแบบ

Longman (1987) ให้ความหมายของรูปแบบตามพจนานุกรม Contemporary English ไว้ดังนี้ 1) เป็นสิ่งย่อยส่วนของของจริง ตรงกับภาษาไทยที่ว่า แบบจำลอง 2) เป็นสิ่งของหรือคนที่นำมาใช้เป็นแบบอย่าง เช่น ครูต้นแบบ นักเดินแบบ เป็นต้น หรือคำภาษาไทยอีกคำหนึ่งคือ "แบบจำลอง" หมายถึง สิ่งที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ขององค์ประกอบที่สำคัญในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เป็นวิธีการถ่ายทอดความคิด ความเข้าใจและจิตนาการของบุคคลที่มีต่อปรากฏการณ์หรือเรื่องราวใด ๆ ให้ปรากฏโดยใช้การสื่อสารในลักษณะต่าง ๆ เช่น ภาพวาด ภาพเหมือน แผนภูมิแผนผังต่อเนื่อง หรือสมการคณิตศาสตร์ให้สามารถเข้าใจได้ง่ายและสามารถเสนอเรื่องราวหรือประเด็นต่าง ๆ ได้อย่างกระชับ (ไพรัช ฤติย์ผาด, 2544) ในขณะที่ Willer (1967) กล่าวว่าไว้ว่ารูปแบบเป็นการสร้างความคิดรวบยอดของชุดปรากฏการณ์ด้วยวิธีการของเหตุผลที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความกระจ่างชัดในนิยาม ความสัมพันธ์และข้อเสนอ ของระบบรูปนัยที่เกี่ยวข้อง Bardo J. W. and Hartman J. J (1982) ได้ขยายความหมายของรูปแบบว่ารูปแบบเป็นอะไรบางอย่างที่เราพัฒนาขึ้นเพื่อบรรยายคุณลักษณะที่

สำคัญๆ ของประสบการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ รูปแบบจึงไม่ใช่การบรรยาย หรืออธิบายปรากฏการณ์อย่างละเอียดทุกแง่มุม ส่วนการที่จะระบุว่ารูปแบบหนึ่งๆจะต้องมีรายละเอียดมากน้อยเพียงใดจึงจะเหมาะสม และรูปแบบนั้น ๆ ควรมีองค์ประกอบอะไรบ้าง ไม่ได้มีข้อกำหนดตายตัว ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปรากฏการณ์แต่ละอย่าง และวัตถุประสงค์ของผู้สร้างรูปแบบที่ต้องการจะอธิบายปรากฏการณ์นั้น ๆ อย่างไร สอดคล้องกับ Raj (1996) ได้ให้ความหมายไว้ 2 ความหมาย ได้แก่ 1) รูปย่อของความจริง ของปรากฏการณ์ ซึ่งแสดงด้วยข้อความ จำนวน หรือภาพ โดยการลดทอนเวลาและเทศะทำให้เข้าใจความจริงของปรากฏการณ์ได้ดียิ่งขึ้น 2) รูปแบบเป็นตัวแทนของการใช้ความคิดของโปรแกรมที่จะกำหนดเฉพาะ Stoner and Wankel (1986) กล่าวว่า รูปแบบ หมายถึง การจำลองความจริงของปรากฏการณ์ทำให้เราเข้าใจความสัมพันธ์ที่สลับซับซ้อนของปรากฏการณ์นั้นง่ายขึ้น ส่วนบุญชม ศรีสะอาด กล่าวว่ารูปแบบ หมายถึง โครงสร้างที่แสดงความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่แสดงขั้นตอนการทำงานเป็นโฟลว์ชาร์ท (Flow Chart) สามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ปรากฏในธรรมชาติ หรือระบบต่าง ๆ ที่อธิบายลำดับขั้นตอนขององค์ประกอบหรือกิจกรรมในระบบ และ Good and Merkel (1973) กล่าวว่า รูปแบบตามพจนานุกรมให้ความหมายไว้คือ 1) เป็นแบบอย่างของสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างซ้ำ 2) เป็นตัวอย่างเพื่อการลอกเลียนแบบ 3) เป็นแผนภูมิหรือรูปสามมิติซึ่งเป็นตัวแทนของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง 4) เป็นชุดของปัจจัยหรือตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งรวมกันเป็นตัวประกอบและเป็นสัญลักษณ์ทางสังคม อาจเขียนออกมาเป็นสูตรทางคณิตศาสตร์ หรือบรรยายเป็นภาษาก็ได้ (ทิตนา แชมมณี, 2550) ให้ความหมายของรูปแบบ หมายถึง ตัวแทนที่สร้างขึ้นเพื่ออธิบายของพฤติกรรมของลักษณะบางประการของสิ่งที่เป็นจริงอย่างหนึ่ง หรือเป็นเครื่องมือทางความคิดที่บุคคลใช้ในการหาความรู้ ความเข้าใจปรากฏการณ์ เช่นเดียวกับ สุบรรณ พันธุ์วิภาส และ ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์ (2522) ใช้คำว่าแบบจำลอง เท่ากับการย่อหรือการเลียนแบบความสัมพันธ์ที่ปรากฏอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริงของปรากฏการณ์ใดปรากฏการณ์หนึ่งโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยในการจัดระบบความคิดในเรื่องนั้นให้เข้าใจได้ง่ายขึ้นและ เป็นระเบียบ ส่วน บุญชม ศรีสะอาด (2535) ให้ความหมาย รูปแบบว่าเป็นโครงสร้างที่แสดงความสัมพันธ์ของ

องค์ประกอบที่มีในปรากฏการณ์ธรรมชาติหรือในระบบต่าง ๆ เป็นต้น

ทั้งนี้ นักวิชาการและผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่ให้ความเห็นมี 4 ลักษณะ กล่าวคือ

1. Good and Merkel (1973) บุญชม ศรีสะอาด (2535) และ ถวัลย์รัฐ วรเทพพุดิพงษ์ (2540) ได้ให้ความหมายของคำว่า รูปแบบ หมายถึง รูปแบบของจริง รูปแบบที่เป็นแบบอย่าง และแบบจำลองที่เหมือนของจริงทุกอย่าง แต่มีลักษณะเล็กลงหรือใหญ่ขึ้นกว่าปกติ

2. Willer (1967), Bardo J. W. and Hartman J. J (1982), Keeves (1988) และ (บุญชม ศรีสะอาด, 2535) ได้ให้ความหมายของคำว่า รูปแบบ หมายถึง สิ่งที่แสดงโครงสร้างของความสัมพันธ์หรือองค์ประกอบที่ประกอบที่สำคัณในเชิงความสัมพันธ์หรือเหตุผลซึ่งกันและกันเพื่อช่วยให้เข้าใจข้อเท็จจริงหรือปรากฏการณ์ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยเฉพาะ

3. ถวัลย์รัฐ วรเทพพิพิงษ์ (2540) ได้ให้ความหมายของคำว่า รูปแบบ หมายถึง ลักษณะที่พึงปรารถนาซึ่งมีลักษณะเป็นอุดมคติ หรือเกิดได้ยากในโลกของความเป็นจริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เราอยากได้กับความสามารถที่จะหาสิ่งที่ต้องการนั้นแตกต่างกันมาก เช่น เมืองในอุดมคติ

4. ถวัลย์รัฐ วรเทพพิพิงษ์ (2540) ได้ให้ความหมายของคำว่า รูปแบบ หมายถึง ชุดของทฤษฎีที่ผ่านการทดสอบความเที่ยงตรง (Validity) และความเชื่อมั่น (Reliability) แล้วสามารถระบุและพยากรณ์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโดยวิธีการทางคณิตศาสตร์หรือสถิติได้ด้วย

สรุปได้ว่ารูปแบบ หมายถึง การจำลองภาพในอุดมคติของสภาพความเป็นจริงที่นำไปสู่การอธิบายคุณลักษณะสำคัญของปรากฏการณ์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้น เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจไม่มีองค์ประกอบตายตัว หรือรายละเอียดทุกแง่มุมโดยผ่านกระบวนการทดสอบอย่างเป็นระบบเพื่อให้เกิดความแม่นยำและเชื่อถือได้ ดังเช่น รูปแบบการเตรียมความการฝึกประสบการณ์วิชาชีพเป็นความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร หรือองค์ประกอบในการจัดการเรียนการสอนให้หลักสูตรเพื่อให้เป็นเครื่องมือในการดำเนินงานให้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ต่อไปด้วย

4.2 ประเภทของรูปแบบ

Keeves (1988) ได้จัดประเภทของรูปแบบ ตามลักษณะที่ปรากฏเป็น 5 ประเภทดังนี้

1. แบบจำลองเชิงเทียบเคียง (Analog Models) หมายถึง วิธีการจำลองจากของจริงหรือคล้ายกับของจริง อาจมีขนาดแตกต่างจากขนาดจริงไปบ้าง เช่น หุ่นจำลองรถยนต์ หุ่นจำลองเครื่องบิน เป็นต้น ส่วนใหญ่จะมีลักษณะทางกายภาพ จุดอ่อนที่พบ คือ ไม่สามารถระบุความสัมพันธ์ของแต่ละองค์ประกอบภายในแบบจำลองได้ชัดเจน

2. รูปแบบที่ใช้ภาษาอธิบาย (Semantic Model) ในบางครั้ง เรียกว่ารูปแบบเชิงข้อความ หมายถึง การแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ขององค์ประกอบที่สำคัญในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เช่น รูปแบบเกี่ยวกับ เจตคติ รูปแบบเกี่ยวกับผลการเรียนแบบต่าง ๆ จุดอ่อนของรูปแบบนี้ คือขาดความชัดเจนยากแก่การตรวจสอบโครงสร้างของรูปแบบ

3. รูปที่ใช้แผนภูมิ (Schematic Models) หมายถึงรูปแบบที่ใช้แผนภาพหรือแผนภูมิ (Diagram) ที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ขององค์ประกอบที่สำคัญในเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่มีผลต่อกัน เช่น การเขียนรูปแบบโครงสร้างขององค์กรการบริหารงาน เป็นต้น

4. รูปแบบทางคณิตศาสตร์ (Mathematic Models) หมายถึง รูปแบบที่แสดงออกในรูปของสูตรหรือสมการทางคณิตศาสตร์จึงมักเรียกรูปแบบนี้ว่า รูปแบบเชิงคณิตศาสตร์ โดยเริ่มนำมาใช้ในช่วงปี ค.ศ.1960 ในสาขาวิชาการวัดผลการศึกษา ต่อมาได้ขยายผลไปใช้ด้านการวิจัยทางการศึกษาและสาขาวิชาอื่น ๆ เพราะสามารถทดสอบสมมติฐานและนำไปสู่การพิสูจน์ข้อเท็จจริงในเรื่องนั้น ๆ ได้

5. รูปแบบเชิงสาเหตุ (Causal Model หมายถึง รูปแบบที่อยู่ในระดับสูงโดยมีตัวแปรแต่ละตัว แสดงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกับตัวแปรอื่น ๆ ซึ่งมี 2 ลักษณะคือ

5.1 Recursive Models หมายถึง รูปแบบแสดงความสัมพันธ์ของสาเหตุหรือตัวแปรอื่นที่มีเส้นโยงที่มีทิศทางของการเป็นสาเหตุไปในทางเดียวหรือไม่มีความสัมพันธ์ย้อนกลับ

5.2 Non-Recursive Models หมายถึง รูปแบบแสดงความสัมพันธ์ของสาเหตุแบบเส้นคู่ระหว่างตัวแปรโดยทิศทางความสัมพันธ์ของตัวแปรหนึ่งอาจเป็นไปได้ทั้งสาเหตุ และผลของตัวแปรอื่น ๆ ภายในรูปแบบนั้น คือ ความสัมพันธ์ทั้งไปและย้อนกลับได้

นอกจากนี้ (Steiner (1988) จำแนกรูปแบบออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. รูปแบบเชิงปฏิบัติ (Practical Model or Model-o) รูปแบบประเภทนี้เป็นรูปแบบจำลองทางกายภาพ เช่น แบบจำลองรถยนต์ เครื่องบิน ภาพจำลอง เป็นต้น

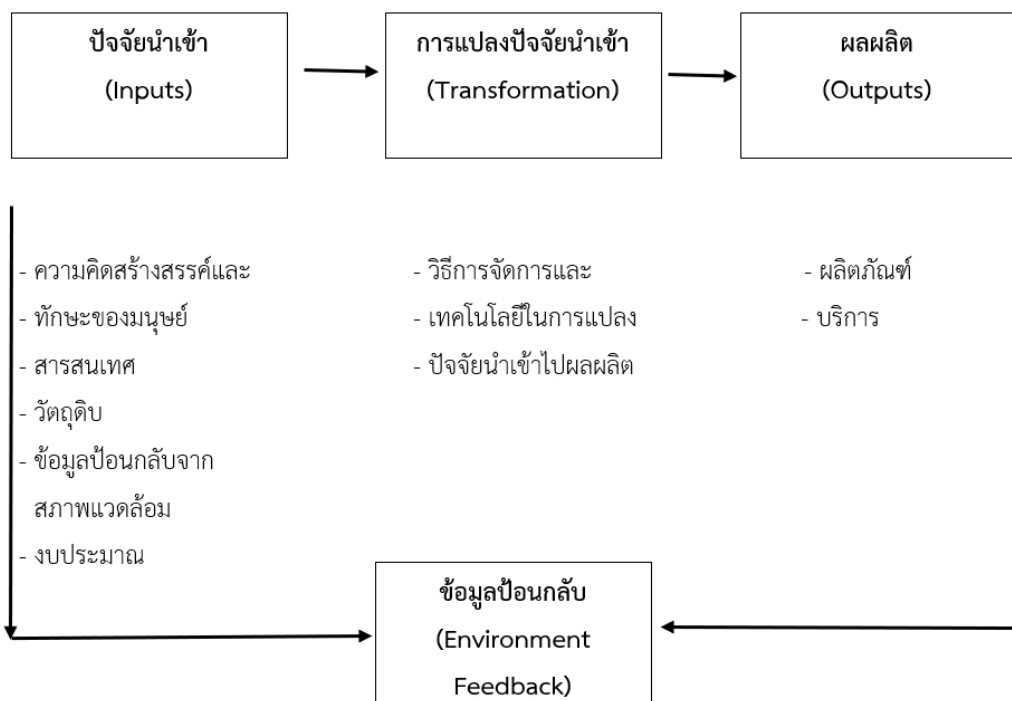
2. รูปแบบเชิงทฤษฎี (Theoretical Model or Model-for) เป็นแบบจำลองที่สร้างขึ้นจากกรอบความคิดที่มีทฤษฎีเป็นพื้นฐาน ตัวทฤษฎีเองไม่ใช่รูปแบบหรือแบบจำลองแต่เป็นตัวช่วยให้เกิดรูปแบบที่มีโครงสร้างต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กัน

สรุปได้ว่า ประเภทของรูปแบบตามแนวคิดของ (Keeve, 1988) และ (Steiner, 1988) นั้น ผู้วิจัยนำมาเป็นแนวคิดในการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโส เตรียมความพร้อมในเชิงเหตุและผลและผสมผสานกันระหว่างเชิงปฏิบัติและเชิงทฤษฎีแสดงให้เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงที่มีทิศทางเพื่อนำไปสู่การพิสูจน์ข้อเท็จจริงในเรื่องนั้น ๆ ได้

4.3 องค์ประกอบของรูปแบบ

Bardo and Hartman (1982) ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับองค์ประกอบของรูปแบบไว้ว่า การที่จะระบุรูปแบบหนึ่งจะต้องประกอบด้วยรายละเอียดอย่างน้อยเพียงใดจึงจะเหมาะสม และรูปแบบนั้นควรมืองค์ประกอบอะไรบ้าง ไม่ได้มีข้อกำหนดที่แน่นอน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปรากฏกตัวอย่างเช่นรูปแบบระบบที่มีลักษณะบางประการของระบบเปิด (Ivancevich, 1989) เป็นรูปแบบที่แสดงถึงองค์ประกอบย่อยของระบบ ซึ่งประกอบด้วย 4 ส่วนคือ 1) ปัจจัยนำเข้า 2) กระบวนการ 3) ผลผลิต และ 4) ข้อมูลป้อนกลับจากสภาพแวดล้อม การพิจารณารูปแบบในลักษณะนี้ ถือว่าผลผลิตของระบบเกิดจากการที่มีปัจจัยนำเข้าส่งผ่านกระบวนการซึ่งจะทำให้เกิดผลผลิตขึ้นและให้สนใจกับข้อมูลป้อนกลับจาก

สภาพแวดล้อมภายนอก ซึ่งแสดงถึงการเริ่มมีลักษณะระบบเปิด ดังภาพ



ภาพที่ 1 รูปแบบระบบที่มีลักษณะบางประการของระบบเปิด
ที่มา: Ivancevich et al. (1989)

จากเอกสารเกี่ยวกับองค์ประกอบของรูปแบบ สรุปได้ว่า องค์ประกอบของรูปแบบที่เป็นระบบเปิดประกอบด้วย 4 ส่วน คือ 1) ป้อนเข้า 2) กระบวนการ 3) ผลผลิต และ 4) ข้อมูลป้อนกลับจากสภาพแวดล้อม เป็นระบบสามารถพิจารณาตรวจสอบได้ สามารถพิจารณาถึงสิ่งต่าง ๆ ซึ่งถ้านำรูปแบบของระบบเปิดไปใช้กับการเตรียมความพร้อมให้กับนักศึกษาจะสามารถพัฒนา นักศึกษาได้โดยมีการกำหนดสิ่ง ต่าง ๆ ได้ครบถ้วน และสามารถปรับกระบวนการ กิจกรรม เนื้อหาสาระการวัดและการประเมินผลได้ตลอดเวลา

4.4 ลักษณะของรูปแบบที่ดี

Keeve (1988) กล่าวไว้ว่า รูปแบบที่ใช้ประโยชน์ได้ ควรจะมีข้อกำหนด (Requirement) 4 ประการ คือ

1. รูปแบบ ควรประกอบด้วยความสัมพันธ์อย่างมีโครงสร้าง (Structural Relationship) มากกว่าความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกันแบบรวม (Associative Relationship)

2. รูปแบบ ควรใช้เป็นแนวทางในการพยากรณ์ผลที่จะเกิดขึ้นซึ่งสามารถถูกตรวจสอบได้โดยการสังเกต ซึ่งเป็นไปได้ที่จะทดสอบรูปแบบพื้นฐานของข้อมูลเชิงประจักษ์ได้

3. รูปแบบ ควรจะต้องระบุหรือชี้ให้เห็นถึงกลไกเชิงเหตุผลของเรื่องที่ศึกษา ดังนั้นนอกจากรูปแบบจะเป็นเครื่องมือในการพยากรณ์ได้ ควรใช้อธิบายปรากฏการณ์ได้ด้วย

4. รูปแบบ ควรเป็นเครื่องมือในการสร้างมโนทัศน์ใหม่ และสร้างความสัมพันธ์ของตัวแปรในลักษณะใหม่ ซึ่งเป็นการขยายในเรื่องที่กำลังศึกษา

สรุปได้ว่า ลักษณะของรูปแบบที่ดีสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ต้องประกอบด้วยความสัมพันธ์อย่างมีโครงสร้างมากกว่าความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกันแบบรวม ใช้เป็นแนวทางในการพยากรณ์ผลที่เกิดขึ้นสามารถตรวจสอบได้ด้วยการสังเกต ต้องระบุกลไกเชิงเหตุผลของเรื่องที่ต้องการศึกษา และเป็นเครื่องมือในการสร้างแนวคิดใหม่ และสร้างความสัมพันธ์ของตัวแปรที่กำลังศึกษาใหม่ได้ ซึ่งรูปแบบการเตรียมความพร้อมก็ถือเป็นรูปแบบที่มีลักษณะที่สามารถเชื่อมโยงความรู้เดิมของนักศึกษา มาบูรณาการกับความรู้ใหม่ โดยใช้การอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้และยืนยันความมั่นใจสรุปเป็นความรู้ใหม่ได้ และเชื่อมโยงอ้างอิงไปสู่การนำไปปรับใช้ในสถานการณ์ใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพและรวดเร็ว

4.5 การตรวจสอบรูปแบบ

จุดมุ่งหมายที่สำคัญของการสร้างรูปแบบก็เพื่อทดสอบ หรือตรวจสอบรูปแบบนั้นด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ การตรวจสอบรูปแบบมีหลายวิธีซึ่งอาจใช้การวิเคราะห์จากหลักฐานเชิงคุณลักษณะ (Qualitative) และเชิงปริมาณ (Quantitative) โดยการตรวจสอบรูปแบบจากหลักฐานเชิงคุณลักษณะอาจใช้ผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจสอบ ส่วนการตรวจสอบรูปแบบจากหลักฐานเชิงปริมาณใช้เทคนิคทางสถิติ ซึ่งการตรวจสอบคุณลักษณะ 2 อย่าง คือ

1. การตรวจสอบความมากน้อยของความสัมพันธ์ความเกี่ยวข้องและเหตุผลระหว่างตัวแปร
2. การประมาณค่าพารามิเตอร์ของความสัมพันธ์ดังกล่าว ซึ่งการประมาณค่านี้สามารถประมาณข้ามกาลเวลา (Across Time) กลุ่มตัวอย่าง (Samples) หรือสถานที่ได้ (Sites) หรืออ้างอิงจากกลุ่มตัวอย่างไปหาประชากรก็ได้ โดยผลการตรวจสอบนำไปสู่คำตอบ 2 ข้อ คือ

2.1 การสร้างรูปแบบใหม่ หรือ

2.2 การปรับปรุงหรือพัฒนารูปแบบเดิม

Eisner (1976) ได้เสนอแนวคิดการตรวจสอบโดยการใช้ผู้ทรงคุณวุฒิในบางเรื่องที่ต้องการความละเอียดอ่อนมากกว่าการวิจัยเชิงปริมาณ โดยเชื่อว่าการรับรู้ที่เท่ากันนั้นเป็นคุณสมบัติพื้นฐานของผู้รู้ และได้เสนอแนวคิดการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิไว้ ดังนี้

1. ประเมินโดยแนวทางนี้มีได้เน้นผลสัมฤทธิ์ของเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ตามรูปแบบของการประเมิน แบบของเป้าหมาย (Goal-Based Model) การตอบสนองปัญหาและความต้องการของผู้ที่เกี่ยวข้องตามรูปแบบการประเมินแบบสนองตอบ (Responsive Mode) หรือการบวนการตัดสินใจ (Decision Making Model) อย่างไรก็ดีอย่างหนึ่ง แต่การประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จะเป็นการวิเคราะห์วิจารณ์อย่างลึกซึ้งเฉพาะในประเด็นที่นำมาพิจารณา ซึ่งไม่จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์ หรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจเสมอไป แต่อาจจะผสมผสานปัจจัยในการพิจารณาต่าง ๆ เข้าด้วยกัน ตามวิจรรณญาณของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อให้ได้ข้อสรุปเกี่ยวกับคุณภาพประสิทธิภาพ หรือความเหมาะสมของสิ่งที่ทำการประเมิน

2. เป็นรูปแบบการประเมินที่เน้นความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง (Specialization) ในเรื่องที่จะประเมิน โดยพัฒนามาจากรูปแบบการวิจารณ์งานศิลป์ (Art Criticism) ที่มีความละเอียดอ่อนลึกซึ้ง และต้องอาศัยผู้ที่เชี่ยวชาญระดับสูงมาเป็นผู้วินิจฉัย เนื่องจากการวัดคุณค่าไม่อาจประเมินด้วยเครื่องวัดใด ๆ ได้ และต้องใช้ความรู้ความสามารถของผู้ประเมินอย่างแท้จริง ต่อมาได้มีการนำแนวคิดนี้มาประยุกต์ในทางการศึกษาระดับสูง ในวงการการศึกษาขั้นพื้นฐานมากขึ้น ในสาขาเฉพาะที่ต้องอาศัยผู้รู้ ผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้นจริง ๆ มาเป็นผู้ประเมินผล ทั้งนี้เพราะองค์ความรู้เฉพาะสาขานั้นผู้ที่ศึกษาเรื่องนั้นจริง ๆ จึงจะทราบและเข้าใจอย่างลึกซึ้ง

3. เป็นรูปแบบที่ใช้บุคคล คือผู้ทรงคุณวุฒิเป็นเครื่องมือในการประเมิน โดยให้ความเชื่อถือกับผู้ทรงคุณวุฒิในเกียรติคุณและมีคุณประโยชน์ที่ดี ทั้งนี้มาตรฐานและเกณฑ์พิจารณาต่าง ๆ นั้นเกิดขึ้นจากประสบการณ์และความชำนาญของผู้ทรงคุณวุฒิเอง

4. เป็นรูปแบบที่ยอมให้ความยืดหยุ่นในกระบวนการการทำงานของผู้ทรงคุณวุฒิตามอัธยาศัย และความถนัดของแต่ละคน นับตั้งแต่การกำหนดประเด็นสำคัญที่พิจารณา การบ่งชี้ข้อมูลที่ต้องการ เก็บรวบรวม การประมวลผล การวินิจฉัยข้อมูล ตลอดจนวิธีการนำเสนอ ทั้งนี้ การเลือกผู้ทรงคุณวุฒิจะเน้นที่สถานภาพทางวิชาชีพ ประสบการณ์ และการเป็นที่เชื่อถือ (High Credit) ของวิชาชีพนั้นเป็นสำคัญ

สรุปได้ว่า การตรวจสอบรูปแบบด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ หรือการตรวจสอบด้วยการวิเคราะห์จากหลักฐานเชิงคุณลักษณะและเชิงคุณภาพ โดยใช้ผู้รู้หรือผู้ทรงคุณวุฒิ หรือการใช้วิธีการตรวจสอบเชิงความสัมพันธ์ที่มีความเกี่ยวข้อง และเหตุผลระหว่างตัวแปร การประมาณค่าพารามิเตอร์ของความสัมพันธ์ของตัวแปร ซึ่งนำไปสู่คำตอบ คือ การสร้างรูปแบบใหม่ หรือการปรับปรุง/พัฒนารูปแบบเดิม

จากเอกสารเกี่ยวกับแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบตามความหมายของรูปแบบ ประเภทของรูปแบบ องค์ประกอบของรูปแบบ ลักษณะของรูปแบบที่ดี และการตรวจสอบรูปแบบ ผู้วิจัยสรุปได้ว่ารูปแบบเป็นการจำลองภาพในอุดมคติของสภาพความเป็นจริงที่นำไปสู่การ

อธิบายคุณลักษณะสำคัญของสิ่งที่จะเกิดขึ้น เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ ไม่มีองค์ประกอบตายตัวหรือรายละเอียดทุกแง่มุมโดยผ่านกระบวนการทดสอบอย่างเป็นระบบ เพื่อให้เกิดความแม่นยำและเชื่อถือได้ ดังนั้นการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาชีพในประเทศไทย มีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรหรือองค์ประกอบในการจัดกิจกรรมเตรียมพร้อมกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาชีพในประเทศไทยมีองค์ประกอบที่สัมพันธ์และเชื่อมโยงกิจกรรมการพัฒนารูปแบบที่มีการติดตามตรวจสอบที่สามารถใช้เป็นระบบตรวจสอบได้ มีความยืดหยุ่นตามสภาพที่ปรากฏ เพื่อนำไปสู่การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาชีพในประเทศไทยให้บรรลุถึงความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

4.6 แนวคิดและทฤษฎีด้านการบริหารจัดการ

แนวคิดและทฤษฎีด้านการบริหารจัดการเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำเนินงานต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จและเป็นไปตามวัตถุประสงค์ โดยมีวิธีการ หลักการในการบริหารสู่การจัดการและการลงมือปฏิบัติ ดังนี้

Freeman (1999) กล่าวว่า การบริหาร หมายถึง กระบวนการวางแผน การจัดองค์การภาวะผู้นำและการควบคุมการทำงานของสมาชิกขององค์กรและการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรเพื่อให้บรรลุเป้าหมายขององค์กร

Drucker (1998) กล่าวว่า การบริหาร คือ ศิลปะในการทำงานให้บรรลุเป้าหมายร่วมกับผู้อื่น การทำงานต่าง ๆ ให้ลุล่วงไปโดยอาศัยคนอื่นเป็นผู้ทำภายในสภาพองค์การที่กล่าวนั้นทรัพยากรด้านบุคคลจะเป็นทรัพยากรหลักขององค์กรที่เข้ามาร่วมกันทำงานในองค์การซึ่งคนเหล่านี้จะเป็นผู้ใช้ทรัพยากรด้านวัตถุดิบ วัสดุ อุปกรณ์ เงินทุน รวมทั้งข้อมูลสารสนเทศต่าง ๆ เพื่อผลิตสินค้าหรือบริการออกจำหน่ายและตอบสนองความพอใจให้กับสังคม

Bartol (1997) ได้ให้ความหมาย การบริหารว่าเป็นกระบวนการที่ทำให้เป้าหมายขององค์กรประสบความสำเร็จโดยการวางแผน การจัดองค์การ การใช้ภาวะผู้นำและการควบคุม

Herbert A. S (1947) ให้นิยามว่า การบริหาร หมายถึง การทำงานของคณะบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ร่วมมือกันปฏิบัติงานเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ร่วมกัน

Newman (1964) อธิบายว่า การบริหารเป็นกระบวนการทางสังคมที่ประกอบด้วยชุดของกิจกรรม อันจะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายและกิจกรรมต่าง ๆ นั้น มักจะเกี่ยวข้องกับการติดต่อสัมพันธ์

Koontz and O'donnell (1993) ได้ให้นิยามและความหมายของการบริหารเอาไว้ว่าการบริหาร (Administration) คือ การดำเนินงานให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้โดยอาศัยปัจจัย

ทั้งหลาย ได้แก่ คน เงิน วัสดุสิ่งของเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติงานนั้น และการปฏิบัติงานนั้น ต้องมีกระบวนการของการวางแผน การจัดองค์การ การสั่งการ ลดการควบคุมกำลังความพยายามของสมาชิกขององค์การและใช้ทรัพยากรอื่น ๆ เพื่อความสำเร็จในเป้าหมายขององค์การที่กำหนดไว้

Rohbins and Coulter (2004) ได้ให้นิยาม การบริหาร คือ การใช้ศาสตร์และศิลป์ในการจัดสรรทรัพยากรการบริหารอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพการบริหารนั้น เป็นกระบวนการบรรลุวัตถุประสงค์ขององค์การ โดยอาศัยการดำเนินงานร่วมกันของหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) การวางแผน (Planning) 2) การจัดองค์การ (Organizing) 3) การบริหารงานบุคคล (Staffing) 4) การอำนวยการ (Directing) และ 5) การควบคุม (Controlling)

Fayol (1916) ได้กำหนดหน้าที่การบริหารจัดการองค์การเพื่อให้การทำงานสมบูรณ์และประสบความสำเร็จด้วยหลัก POCCC 5 ประการ ดังนี้ 1) P - Planning การวางแผนการกำหนดแผนปฏิบัติการ หรือวิถีทางที่จะปฏิบัติงานสำหรับการทำงานในอนาคต ซึ่งจะถ่ายทอดออกมาเป็นแผนปฏิบัติการการทำงาน และเป้าหมายที่จะต้องบรรลุสู่ความสำเร็จ 2) O - Organizing การจัดองค์การ การกำหนดตำแหน่งงานภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ รวมถึงการจัดโครงสร้างองค์การเพื่อจัดลำดับ การบริหารและสั่งการด้วย 3) C-Commanding การบังคับบัญชาสั่งการ เพื่อให้การทำงานดำเนินไปได้อย่างเรียบร้อย ช่วยให้เกิดการตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างทันที่ 4) C-Coordination การประสานงาน หมายถึงภาระหน้าที่ในการเชื่อมโยงงาน ตลอดจนการปฏิบัติการทุกอย่างให้ทำงานเข้ากันได้ กำกับให้มุ่งไปสู่เป้าหมายเดียวกัน อำนวยการให้เกิดการทำงานที่ราบรื่นเพื่อให้เกิดผลสำเร็จตามที่วางไว้ และ 5) C-Controlling การควบคุม หมายถึง การกำกับตลอดจนบริหารจัดการทุกให้สำเร็จลุล่วงไปตามแผนที่วางไว้ ประครองการดำเนินงานให้เป็นไปตามกรอบที่กำหนด ทั้งในเรื่องของกรอบเวลามาตรฐานการปฏิบัติการ ขั้นตอนการทำงานไปจนถึงการประสานงานทุกฝ่ายเพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพที่สุด (Fayol, 1916)

Gulick and Urwick (1973) เป็นนักทฤษฎีที่อยู่ในกลุ่มการศึกษาการจัดการตามหลักการบริหารได้เสนอหลักที่เกี่ยวกับการบริหาร ซึ่งคนที่เป็นนักผู้บริหารและนักจัดการจะต้องทำมีหน้าที่สำคัญอยู่ 7 ประการ คือ การวางแผนการจัดองค์การ การจัดคนเข้าทำงาน การสั่งการ การประสานงาน การรายงานและงบประมาณ หรือเรียกสั้น ๆ ว่า "POSDCORB" ซึ่งประกอบด้วยรายละเอียด ดังต่อไปนี้

P = Planning หมายถึง การวางแผนงาน ซึ่งจะต้องคำนึงถึงนโยบาย (Policy) ทั้งนี้ เพื่อให้แผนงานที่กำหนดขึ้นไว้มีความสอดคล้องกันในการดำเนินงาน แผนเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับการใช้ความรู้ในทางวิชาการและวิจรณ์ญาณวินิจฉัยเหตุการณ์ในอนาคตแล้วกำหนดวิธีการ โดยถูกต้องอย่างมีเหตุผล เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปโดยถูกต้องและสมบูรณ์

O = Organizing หมายถึงการจัดส่วนราชการหรือองค์การ ซึ่งในสถาบันการศึกษาบางแห่งพิจารณา รวมไปถึงการปฏิบัติงานหรือวิธีการจัดการ (Management) ด้วยเรื่องการจัดแบ่งส่วนงานนี้จะต้องพิจารณาให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน เช่นการจัดแบ่งงาน (Division of Work) เป็นกรมกองแผนก โดยอาศัยปริมาณงานคุณภาพของงานหรือจัดตามลักษณะของงานเฉพาะอย่าง (Specialization) ก็ได้ นอกจากนี้อาจพิจารณาในแง่ของการควบคุม (Control) และหรือพิจารณาในแง่หน่วยงาน (Organization) เช่น หน่วยงานหลัก(Line)หน่วยงานที่ปรึกษา (Staff) หรือบ้างก็เรียกเป็นหน่วยงานหลัก (Line) หน่วยแนะนำหรือที่ปรึกษา (Staff) และหน่วยงานช่วยเหลือหน่วยงานอนุกร (Auxiliary) เป็นต้น

S = Staffing หมายถึงการจัดหาบุคคลและเจ้าหน้าที่มาปฏิบัติงานให้สอดคล้องกับการจัดแบ่งหน่วยงานที่แบ่งไว้หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งหมายถึงการจัดเกี่ยวกับการบริหารงานบุคคล (Personnel Administration) เพื่อให้ได้บุคคลที่มีความสามารถมาปฏิบัติงานให้เหมาะสม (Competent Man for Competent Job) หรือ Put the Right Man on the Right Job ก็รวมถึงการที่จะเสริมสร้างและชำระไว้ ซึ่งสัมพันธ์ภาพในการทำงานของคนงานและพนักงานด้วย

D = Directing หมายถึง การศึกษาวิธีการอำนวยความสะดวกรวมทั้งการควบคุมงานและนิเทศ งานตลอดจนศิลปะในการบริหารงาน เช่น ภาวะผู้นำ (Leadership) มนุษย์สัมพันธ์ (Human Relations) และการจูงใจ (Motivation) เป็นต้น การอำนวยความสะดวกในที่นี้รวมถึงการวินิจฉัย สั่งการ (Decision Making) ซึ่งเป็นหลักอันสำคัญยิ่งอย่างหนึ่งของการบริหารงานและขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้ประกอบการหรือหัวหน้างานมากเหตุเพราะการที่จะอำนวยความสะดวกให้ภารกิจดำเนินไปด้วยดีได้จำเป็นต้องมีการตัดสินใจที่ดีและการสั่งการที่ถูกต้องเหมาะสมกับแต่ละลักษณะของการตัดสินใจ

Co = Coordinating หมายถึง ความร่วมมือประสานงานเพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและราบรื่นศึกษาหลักเกณฑ์และวิธีการที่จะช่วยให้การประสานงานดีขึ้นเพื่อช่วยแก้ปัญหาข้อขัดข้องในการปฏิบัติงานความร่วมมือประสานงานเป็นเรื่องที่มีความสำคัญมากในการบริหารเพราะเป็นกิจวัตรประจำวันที่จะต้องพึงกระทำในการปฏิบัติงานและเป็นสิ่งที่มีอยู่ทุกระดับของงานความร่วมมือประสานงานเป็นหน้าที่ของผู้ประกอบการที่จะต้องจัดให้มีขึ้นในหน่วยงานของตนเพราะเป็นปัจจัยสำคัญในอันที่จะช่วยให้เกิดความสำเร็จบรรลุวัตถุประสงค์ขององค์การ

R = Reporting หมายถึง การรายงานผลการปฏิบัติงานตลอดรวมถึงการประชาสัมพันธ์ (Public Relations) ที่จะต้องแจ้งให้ประชาชนทราบด้วย อันที่จริงการรายงานนี้มีความการติดต่อสื่อสาร (Communication) อยู่มาก การรายงานโดยทั่วไปหมายถึงวิธีการของสถาบันในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการให้ข้อเท็จจริงหรือข้อมูลแก่ผู้สนใจมาติดต่อสอบถามผู้ประกอบการและหรือผู้ร่วมงาน ฯลฯ ความสำคัญของรายงานนั้นขึ้นอยู่กับว่าจะต้องอยู่บนรากฐานของความจริง

B = Budgeting หมายถึง งบประมาณ โดยศึกษาให้ทราบถึงระบบและกรรมวิธีในการบริหารเกี่ยวกับงบประมาณและการเงิน ตลอดจนการใช้วิธีการงบประมาณและแผนงานเป็นเครื่องมือในการควบคุมงาน วิธีการบริหารงบประมาณโดยทั่วไป มักมีวงจรที่คล้ายคลึงกัน อย่างที่ เรียกว่า "วงจรงบประมาณ" (Budget Cycle) ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอน ดังนี้ 1. การเตรียมงบประมาณและการเสนอขออนุมัติ (Executive Preparation and Submission) 2. การพิจารณาให้ความเห็นชอบของฝ่ายนิติบัญญัติ (Legislation Authority) 3. การดำเนินการ (Execution) 4. การตรวจสอบ (Audit)

Allen (1958) ได้ให้แนวคิดทฤษฎีการจัดการ POLC ที่ทำให้การทำงานมีระบบระเบียบ และมีประสิทธิภาพ คือ 1) P - Planning การวางแผน ควรต้องมีการกำหนดวัตถุประสงค์และขั้นตอนที่จะทำให้บรรลุผลตามที่ต้องการซึ่งการวางแผนนั้นมีหลายประเภท ได้แก่ การวางแผนเชิงกลยุทธ์ (Strategic Planning), การวางแผนเชิงยุทธวิธี (Tactical Planning), การวางแผนเชิงบริหารจัดการ (Operational Planning) 2) O - Organizing การจัดการองค์กร คือการกำหนดโครงสร้างตำแหน่ง กำหนดบทบาทหน้าที่ ตลอดจนการทำงานของทุกภาคส่วนให้สอดคล้องราบรื่นและไม่ทับซ้อนกัน การจัดการองค์กรยังรวมถึงการจัดระเบียบในการทำงานที่จะทำให้การทำงานไม่สะดุดจัดสรรคนให้เหมาะสมกับงานจัดการงานให้เป็นระบบระเบียบเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงานมากที่สุด 3) L - Leading ภาวะการเป็นผู้นำ คือภาวะในการควบคุมการทำงานให้สำเร็จลุล่วง โดยต้องสามารถสร้างแรงจูงใจให้ทุกคนอยากร่วมทำงานได้ ต้องบริหารงานบุคคลได้ดี ต้องเข้าใจการทำงานของตนเองและผู้ใต้บังคับบัญชา รวมถึงมีทักษะในการแก้ไขปัญหาได้ดี และมีการตัดสินใจที่รอบคอบฉับไวดีเยี่ยมที่จะนำพาทุกคนบรรลุเป้าหมายไปสู่ความสำเร็จได้ 4) C -Controlling การควบคุมดูแลบุคลากร ตลอดจนการทำงานต่าง ๆ ให้เป็นไปตามแผนงานที่วางไว้ ตลอดจนการติดตามประเมินผลว่าการปฏิบัติงานนั้นเป็นไปตามที่วางไว้หรือไม่บรรลุวัตถุประสงค์หรือเปล่ามีความสำเร็จมากน้อยเพียงไร การควบคุมนั้นยังหมายถึงการจัดการกับปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อให้เกิดผลกระทบกับการทำงานน้อยที่สุดอีก

Deming (2013) ได้นำวงจรกิจกรรมบริหารงานคุณภาพ PDCA มาใช้ในการบริหารงานองค์กร ดังนี้ 1) P - Plan การวางแผนครอบคลุมถึงการกำหนดกรอบหัวข้อที่ต้องการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง ซึ่งรวมถึงการพัฒนาสิ่งใหม่ ๆ การแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติงาน พร้อมกับพิจารณาว่ามีความจำเป็นต้องใช้ข้อมูลใดบ้าง เพื่อการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงนั้นโดยระบุวิธีการเก็บข้อมูลและกำหนดทางเลือกในการปรับปรุงให้ชัดเจน ซึ่งการวางแผนจะช่วยให้กิจการสามารถคาดการณ์สิ่งที่เกิดขึ้นในอนาคต และช่วยลดความสูญเสียต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ทั้งในด้านแรงงาน วัตถุดิบ ชั่วโมงการทำงาน เงิน และเวลา 2) D - Do การปฏิบัติคือ การลงมือปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตามทางเลือกที่ได้กำหนดไว้ในขั้นตอนการวางแผน ซึ่งในขั้นตอนนี้ ต้องมีการตรวจสอบระหว่างการปฏิบัติด้วยว่าได้ดำเนินไปในทิศทางที่ตั้งใจหรือไม่ เพื่อทำการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงให้เป็นไปตามแผนการที่ได้วางไว้ 3) C -

Check การตรวจสอบ คือการประเมินผลที่ได้รับจากการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเพื่อให้ทราบว่า ในขั้นตอนการปฏิบัติงานสามารถบรรลุเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ ที่ได้กำหนดไว้หรือไม่ แต่สิ่งสำคัญก็คือ ต้องรู้ว่า จะตรวจสอบอะไรบ้างและบ่อยครั้งแค่ไหน เพื่อให้ข้อมูลที่ได้จากการตรวจสอบเป็นประโยชน์สำหรับขั้นตอนถัดไป และ 4) A - Action การดำเนินงานให้เหมาะสมจะพิจารณาผลที่ได้จากการตรวจสอบ ซึ่งมีอยู่ 2 กรณี คือ ผลที่เกิดขึ้นเป็นไปตามแผนที่วางไว้ หรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ หากเป็นกรณีแรก ก็ให้นำแนวทางหรือกระบวนการปฏิบัตินั้นมาจัดทำให้เป็นมาตรฐาน พร้อมทั้งหาวิธีการที่จะปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้นไปอีกซึ่งอาจหมายถึงสามารถบรรลุเป้าหมายได้เร็วกว่าเดิม หรือเสียค่าใช้จ่ายน้อยกว่าเดิม หรือทำให้คุณภาพดียิ่งขึ้นก็ได้ แต่ถ้าหากเป็นกรณีที่สอง คือ ผลที่ได้ไม่บรรลุวัตถุประสงค์ตามแผนที่วางไว้ควรนำข้อมูลที่รวบรวมไว้มาวิเคราะห์และพิจารณาว่าควรจะดำเนินการอย่างไร เช่น มองหาทางเลือกใหม่ที่น่าจะเป็นไปได้ ใ้ความพยายามกว่าเดิม ขอความช่วยเหลือจากผู้รู้ หรือเปลี่ยนเป้าหมายใหม่ เป็นต้น จากแนวคิดและทฤษฎีด้านการบริหารจัดการ ผู้วิจัยสามารถสรุปโดยภาพรวม ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 สรุปเปรียบเทียบแนวคิดและทฤษฎีการบริหารจัดการ

Allen (1958)	Gulick and Lydall (1973)	Fayol (1994)	Stephen and Coulter (2004)	Deming, Orsini, and Cahill (2013)
P - Planning	Planning	P- Planning	Planning	Plan
O - Organizing	Organizing	O - Organizing	Organizing	Do
L - Leading	Staffing	C - Commanding	- Staffing	Check
C - Controlling	Directing	C - Coordination	- Directing	Action
	Coordinating	C - Controlling	Controlling	
	Reporting			
	Budgeting			

จากตารางสรุปเปรียบเทียบแนวคิดและทฤษฎีการบริหารจัดการ สามารถสรุปแนวคิดการบริหารจัดการ จากนักวิชาการด้านการบริหารจัดการหลายคน (Gulick and Urwick, 1973; Allen, 1958; Fayol, 1994; Stephen and Coulter, 2004; Demin et al, 2013) พบว่า มีหลักการและทฤษฎีด้านการบริหารจัดการที่สอดคล้องอยู่ด้วยกันหลายประการ ซึ่งผู้วิจัย สามารถ สรุปเป็น

แนวทางร่างรูปแบบการพัฒนาการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย เพื่อที่จะได้แนวทางการบริหารจัดการทำงานให้สำเร็จเป้าหมายต้องมีกระบวนการในการทำงานอย่างเป็นระบบ คือ เริ่มต้นด้วยการวางแผนซึ่งจะต้องมีการกำหนดเป้าหมายวัตถุประสงค์และพัฒนาแผนไปสู่การปฏิบัติ (Planning) ในการปฏิบัติต้องมีการจัดโครงสร้างองค์กร (Organizing) จัดบุคลากรทำงานให้ตรงตามความสามารถและเหมาะสมกับงาน (Staffing) มีการกำกับติดตาม คอยดูแลให้คำแนะนำ ประเมินผลการปฏิบัติงาน (Directing) มีการร่วมมือกันทำงานทั้งภายในและภายนอกองค์กร การประสานงาน (Coordinating) รายงานผลการดำเนินงาน (Reporting) การจัดการด้านงบประมาณ (Budgeting)

4.7 แนวคิดการบริหารความเสี่ยง

ความหมายและคำจำกัดความของการบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยง (Risk) หมายถึง โอกาสที่จะเกิดความผิดพลาด ความเสียหาย การรั่วไหลความสูญเสีย หรือเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ ซึ่งอาจเกิดขึ้นในอนาคตและมีผลกระทบหรือทำให้การดำเนินงานไม่ประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายขององค์กรทั้งในด้านยุทธศาสตร์การปฏิบัติงาน การเงิน และการบริหาร ซึ่งอาจเป็นผลทางบวกด้วยก็ได้ โดยวัดจากผลกระทบ (Impact) ที่ได้รับและโอกาสที่จะเกิด (Likelihood) ของเหตุการณ์ ความเสี่ยงมี 2 ลักษณะ คือ ความเสี่ยงภายใน (Internal Risk) และความเสี่ยงภายนอก (External Risk)

ความเสี่ยงจำแนกได้เป็น 4 ลักษณะ ดังนี้

1. Strategic Risk - ความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องในระดับยุทธศาสตร์
2. Operational Risk - ความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องในระดับปฏิบัติการ
3. Financial Risk - ความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับด้านการเงิน
4. Hazard Risk - ความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องในด้านความปลอดภัยจากอันตรายต่อชีวิตและทรัพย์สิน

ปัจจัยเสี่ยง (Risk Factor) หมายถึง ต้นเหตุ หรือสาเหตุที่มาของความเสี่ยง ที่จะทำให้ไม่บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยต้องระบุได้ด้วยว่าเหตุการณ์นั้นจะเกิดที่ไหน เมื่อใด และเกิดขึ้นได้อย่างไร และทำไม ทั้งนี้สาเหตุของความเสี่ยงที่ระบุควรเป็นสาเหตุที่แท้จริง เพื่อจะได้วิเคราะห์และกำหนดมาตรการลดความเสี่ยงในภายหลังได้อย่างถูกต้อง การประเมินความเสี่ยง (Risk Assessment) หมายถึง กระบวนการระบุความเสี่ยง การวิเคราะห์ความเสี่ยง และจัดลำดับความเสี่ยง โดยการประเมินจากโอกาสที่จะเกิด (Likelihood) และผลกระทบ (Impact)

1. โอกาสที่จะเกิด (Likelihood) หมายถึง ความถี่หรือโอกาสที่จะเกิดเหตุการณ์ความเสี่ยง
2. ผลกระทบ (Impact) หมายถึง ขนาดความรุนแรงของความเสียหายที่จะเกิดขึ้นหากเกิดเหตุการณ์ความเสี่ยง

3. ระดับของความเสี่ยง (Degree of Risk) หมายถึง สถานะของความเสี่ยงที่ได้จากการประเมินโอกาสและผลกระทบของแต่ละปัจจัยเสี่ยงแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ สูงมาก มาก ปานกลางน้อย และน้อยมาก

4. การบริหารความเสี่ยง (Risk Management) หมายถึง กระบวนการที่ใช้ในการบริหารจัดการให้โอกาสที่จะเกิดเหตุการณ์ความเสี่ยงลดลง หรือผลกระทบของความเสียหายจากเหตุการณ์ความเสี่ยงลดลงอยู่ในระดับที่องค์กรยอมรับได้ ซึ่งการจัดการความเสี่ยงมีหลายวิธี ดังนี้

4.1 การยอมรับความเสี่ยง (Risk Acceptance) เป็นการยอมรับความเสี่ยงที่เกิดขึ้นเนื่องจากไม่คุ้มค่าในการจัดการควบคุมหรือป้องกันความเสี่ยง

4.2 การลด / การควบคุมความเสี่ยง (Risk Reduction) เป็นการปรับปรุงระบบการทำงาน หรือการออกแบบวิธีการทำงานใหม่ เพื่อลดโอกาสที่จะเกิดหรือลดผลกระทบ ให้อยู่ในระดับที่องค์กรยอมรับได้

4.3 การกระจายความเสี่ยงหรือการโอนความเสี่ยง (Risk Sharing) เป็นการกระจายหรือถ่ายโอนความเสี่ยงให้ผู้อื่นช่วยแบ่งความรับผิดชอบไป

4.4 การหลีกเลี่ยงความเสี่ยง (Risk Avoidance) เป็นการจัดการกับความเสี่ยงที่อยู่ในระดับสูง และหน่วยงานไม่อาจยอมรับได้ จึงต้องตัดสินใจยกเลิกโครงการ/ กิจกรรมนั้นไป

จากการที่กับการใช้ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสาร ด้านการบริหารจัดการ จากแนวคิดและทฤษฎี โดยการสรุปแนวคิดการบริหารจัดการ จากนักวิชาการด้านการบริหารจัดการหลายคน (Gulick and Unwick, 1973; Allen 1958; Fayol, 1994; Stephen and Coulter, 2004; Deming, Orsini, and Cahill, 2013) ร่วมด้วยหลักการเสริมพลังอำนาจในองค์กร ของ Kanter (1983) ด้านอำนาจผู้บริหาร (Authorized Person) และการมีเครือข่ายพันธมิตร (Alliance) ร่วมด้วยกับแนวคิดและทฤษฎีด้านการจัดการความเสี่ยงในองค์กร (Risk Management ทำให้ได้ร่างการบริหารจัดการที่เกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโส คือ การวางแผน การจัดการองค์กร การจัดทรัพยากร บุคคลกรกำกับติดตาม การประสานงานความร่วมมือ การรายงานผลการปฏิบัติงาน งบประมาณ อำนาจของผู้บริหาร เครือข่ายพันธมิตร และการจัดการความเสี่ยง

5. นโยบายภาครัฐบาลและแผนพัฒนาการศึกษา

ผู้วิจัยได้ศึกษานโยบายภาครัฐและแผนพัฒนาการศึกษา ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายของประชาชนทุกเพศ วัย จากสถานการณ์และความเป็นมาต่าง ๆ โดยสรุปได้ดังนี้

5.1 แนวโน้มการพัฒนากีฬาสำหรับผู้สูงวัยทางการกีฬาของโลก

ประชาชนทั่วโลกมีความตระหนักรู้ในเรื่องสุขภาพและคุณภาพชีวิตอันเกิดมาจากการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา และการเข้าร่วมกิจกรรมในด้านการสร้างเสริมสุขภาพ พลานามัย และเพิ่มปฏิสัมพันธ์อันดีของคนในสังคมมากขึ้น นอกจากนี้การกีฬาและนันทนาการยังสามารถสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจของโลกในภาพรวมได้อย่างมีเสถียรภาพและมีแนวโน้มของการกีฬาได้แปรเปลี่ยนไปจนก่อให้เกิดค่านิยม วิถีชีวิตใหม่ การประกอบอาชีพ และการสร้างมูลค่าในเชิงสังคมและเศรษฐกิจ ในแต่ละประเทศมีความแตกต่างกันออกไป ซึ่งจากการศึกษาแนวโน้มทางการกีฬาทั่วโลก พบว่า แนวโน้มหรือปัจจัยสำคัญที่เป็นแรงผลักดันให้เกิดพัฒนาการทางการกีฬามี 5 ประการ คือ (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2559)

- 1) ความตื่นตัวและการเอาใจใส่สุขภาพและการออกกำลังกายที่เพิ่มมากขึ้น
- 2) การผลักดันและส่งเสริมการกีฬาเพื่อมวลชนโดยภาครัฐ
- 3) โลกาภิวัตน์กับเศรษฐกิจการกีฬาที่เปลี่ยนไป
- 4) การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของประชากร
- 5) ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีดิจิทัลและวิทยาศาสตร์การกีฬา

5.1.1 ปัจจัยสำคัญที่เป็นแรงผลักดันให้เกิดพัฒนาการกีฬาในประเทศไทย

ในขณะที่แนวโน้มของการกีฬาทั้งในภาพรวมของโลกและภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มีการเปลี่ยนแปลงไปในเชิงบวก ซึ่งเห็นได้จากมีพัฒนาการที่เป็นรูปธรรมอย่างต่อเนื่องอันเนื่องมาจากการผสมผสานค่านิยมใหม่ในเชิงความตระหนักถึงการมีสุขภาพที่ดีของประชาชน และสถานการณ์โลกที่เปลี่ยนแปลงไปจากวิถีชีวิตของประชาชนควบคู่ไปกับการมองเห็นโอกาสทางธุรกิจของผู้ประกอบการต่าง ๆ ในหลายภูมิภาค ซึ่งเป็นเสมือนปัจจัยเร่งการพัฒนาการกีฬาให้มีแนวโน้มเจริญเติบโตในอนาคต จึงเป็นสาเหตุที่ชัดเจนว่าการกีฬาของประเทศไทยจะมีการพัฒนาอย่างไม่หยุดนิ่งทั้งทางตรงและอ้อม โดยแนวโน้มและปัจจัยที่คาดว่าจะส่งผลกระทบต่อการพัฒนาการกีฬาในอนาคตของไทย คือ (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2559)

- 1) การตื่นตัวที่เพิ่มขึ้นในข้อดีของการรักษาสุขภาพ เป็นปัจจัยหลักที่คนจะหันมาเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพิ่มขึ้น
- 2) นานาประเทศจะมีการผลักดันการกีฬาให้กับมวลชนอย่างต่อเนื่องสำหรับประชากรทุกกลุ่ม

- 3) กีฬาชนิดที่ให้ความตื่นเต้น เร้าใจ กำลังมีความนิยมมากขึ้นในกลุ่มผู้ที่ต้องการความแปลกใหม่และท้าทาย
- 4) การแข่งขันทางการค้าที่เพิ่มขึ้นจะส่งผลให้มีการแข่งขันทางการตลาดอย่างเข้มข้น
- 5) การดำเนินชีวิตในสังคมเมือง ซึ่งมีวิถีชีวิตที่เร่งรีบและมีข้อจำกัดด้านเวลา ส่งผลให้ไม่สามารถวางแผนและออกแบบการออกกำลังกายและกีฬาให้เหมาะสมกับชีวิตประจำวันได้
- 6) ระบบอาสาสมัครกีฬาจะมีบทบาทมากขึ้นในการสร้างคุณค่าทางสังคม และส่งเสริมเศรษฐกิจให้กับวงการกีฬา
- 7) การพัฒนาของเทคโนโลยีสมัยใหม่ ซึ่งจะช่วยเพิ่มช่องทางในการเข้าถึงและการมีส่วนร่วมในการเล่นหรือการชมกีฬา

5.1.2 สถานการณ์การส่งเสริมการออกกำลังกายในประเทศไทย

จากสถิติประชากรศาสตร์และจำนวนประชากรในประเทศไทย พบได้ว่า มีจำนวนประชากรที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไปอย่างเข้าสู่วัยผู้สูงอายุมีจำนวนมากและค่อยๆมีอัตราเพิ่มสูงขึ้นเรื่อย ๆ โดยจากการปัจจุบันประเทศไทยได้เข้าสู่ “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” (Completed Aged Society) เป็นที่เรียบร้อยแล้ว โดยมีประชากรผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป คิดเป็นสัดส่วนมากกว่าร้อยละ 20 ของจำนวนประชากรทั้งประเทศ ซึ่งสอดคล้องกับสถานการณ์การส่งเสริมการออกกำลังกายในประเทศไทย ที่มีการเล็งเห็นถึงความสำคัญของทุกเพศ วัย โดยมีหลายหน่วยงานที่เห็นความสำคัญและร่วมกันกำหนด จัดทำนโยบายให้การส่งเสริมสุขภาพ ศักยภาพประชาชน ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อลดภาวะพฤติกรรมเนือยนิ่ง (Sedentary Behavior) รวมไปถึงการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ โดยได้กล่าวถึงในแผนแม่บทการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 - 2573 (กรมอนามัย, 2560) ตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ.2560 ระบุหน้าที่รัฐในการส่งเสริมสุขภาพประชาชน ในมาตรา 55 “รัฐต้องดำเนินการให้ประชาชนได้รับการให้บริการด้านสาธารณสุขที่มีประสิทธิภาพอย่างทั่วถึง เสริมสร้างให้ประชาชนมีความรู้พื้นฐานที่เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค” และมาตรา 71 วรรคแรก “รัฐพึงเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวอันเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของสังคม จัดให้ประชาชนมีที่อยู่อาศัยอย่างเหมาะสม ส่งเสริมและพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงและมีจิตใจเข้มแข็ง รวมตลอดทั้งส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาไปสู่ความเป็นเลิศและเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชน” ซึ่งการส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา รวมถึงกิจกรรมนันทนาการ การท่องเที่ยวต่าง ๆ มีความสอดคล้องกับร่างรัฐธรรมนูญไทยที่มีนโยบายในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากรจากหน่วยงานต่าง ๆ ดังนี้

5.2 นโยบายภาครัฐบาล

นโยบายจากภาครัฐบาลมีส่วนสำคัญและจำเป็นอย่างมากต่อการส่งเสริมกิจกรรมต่าง ๆ ในประเทศให้กิจกรรม หรือโครงการสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี และนโยบายในแต่ละหน่วยงานมีผลโดยตรงต่อการพัฒนาศักยภาพของบุคลากรในชาติได้อย่างดียิ่ง โดยเฉพาะนโยบายหลักของประเทศ และนโยบาย ของหน่วยงานหลักในกระทรวงหลักที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมหรือกีฬาต่าง ๆ เช่น

ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2560 – 2579) โดย (สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ, 2560) ได้กำหนดยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี โดยมีเป้าหมายการพัฒนาที่สำคัญเพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ โดยคนไทยมีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีพัฒนาการที่รอบด้าน และมีสุขภาวะที่ดีในทุกช่วงวัย มีจิตสาธารณะ รับผิดชอบต่อสังคมและผู้อื่น มัธยัสถ์ อดออม โอบอ้อมอารี มีวินัย รักษาศีลธรรม และเป็นพลเมืองดีของชาติ มีหลักคิดที่ถูกต้อง มีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 มีทักษะสื่อสารภาษาอังกฤษและภาษาที่ 3 และอนุรักษ์ภาษาท้องถิ่น มีนิสัยรักการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต สู่การเป็นคนไทยที่มีทักษะสูง เป็นนวัตกรรม นักคิด ผู้ประกอบการ เกษตรกรยุคใหม่ และอื่น ๆ โดยมีสัมมาชีพตามความถนัดของตนเอง การมี “สุขภาวะที่ดี” ทั้งกาย ใจ สติปัญญา และสังคม ให้ความรู้ ป้องกันและควบคุมปัจจัยเสี่ยง การสร้างสภาพแวดล้อมที่ดี มีระบบบริการสุขภาพที่ทันสมัย รวมถึงการส่งเสริมสุขภาวะชุมชนและพัฒนา สร้างศักยภาพ “กีฬา” เชิงคุณค่าสังคมและพัฒนาชาติ โดยปลูกฝังส่งเสริมให้ กีฬาคือวิถีชีวิต เพื่อพัฒนากีฬาสู่ระดับอาชีพและพัฒนากีฬาสู่ระดับอุตสาหกรรมทางการกีฬา โดยการกำหนดยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างพัฒนาศักยภาพคนซึ่งมุ่งเน้นในการพัฒนาเพื่อให้ประชาชนทุกช่วงวัยมีคุณภาพชีวิตที่ดีและได้รับการบริการทางสังคมที่มีคุณภาพซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งในขับเคลื่อนประเทศไปสู่วิสัยทัศน์ของยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี โดยได้กำหนดนโยบายไว้ 11 ด้าน เพื่อให้สอดคล้องกับรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย (ฉบับชั่วคราว) พุทธศักราช 2557 มาตรา 19 ที่ระบุให้รัฐบาลมีหน้าที่ในการบริหารราชการแผ่นดิน ดำเนินการให้มีการปฏิรูปด้านต่าง ๆ และส่งเสริมความสามัคคีและความสมานฉันท์ของประชาชนในชาติ ตามนโยบายที่ 5 : การยกระดับคุณภาพบริการด้านสาธารณสุข และสุขภาพของประชาชน พัฒนาระบบบริการสุขภาพ โดยเน้นการป้องกันโรคมามากกว่ารอให้ป่วย แล้วจึงมา รักษา สร้างกลไกการจัดการสุขภาพในระดับเขตแทนการกระจุกตัวอยู่ที่ส่วนกลาง ปรับระบบการจ้างงาน การกระจายบุคลากรและทรัพยากรสาธารณสุขให้เหมาะสมกับท้องถิ่น และให้ภาคเอกชนสามารถมีส่วนร่วมใน การจ้างบุคลากรเพื่อจัดบริการสาธารณสุขโดยรัฐเป็นผู้กำกับดูแล สนับสนุนความร่วมมือระหว่างรัฐและเอกชน ในการพัฒนาระบบบริการทางการแพทย์ และสาธารณสุข โดยส่งเสริมการร่วมลงทุนและการใช้ทรัพยากรและบุคลากรร่วมกันโดยมีข้อตกลงที่รัดกุมและเป็น

ประโยชน์ต่อทุกฝ่าย สอดคล้องกับยุทธศาสตร์การสร้างประเทศไทย ให้มั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน โดยเน้นการลดความเหลื่อมล้ำของสังคมและการสร้างโอกาสการเข้าถึงบริการของรัฐ การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ การศึกษาและเรียนรู้การยกระดับคุณภาพบริการด้านสาธารณสุขและสุขภาพของประชาชนและมีกลไกกองทุนท้องถิ่นในการสร้างเสริมสุขภาพ จากสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นรวมถึงการกำหนดนโยบาย ให้บุคลากรในหน่วยงานราชการออกกำลังกายทุกวันพุธ เพื่อให้มีการตื่นตัวในการทำงาน การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และเป็นแบบอย่างการดำเนินชีวิตประจำวันของประชาชน ซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกายมีความสอดคล้องกับ นโยบายนายกรัฐมนตรีและสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ได้กำหนดแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 13 (พ.ศ.2566 – 2570) เป็นแผนพัฒนาที่เชื่อมต่อกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 ที่กำหนดกรอบวิสัยทัศน์และมีเป้าหมาย มุ่งสู่การเปลี่ยนผ่านประเทศไทย จากประเทศที่มีรายได้ปานกลางไปสู่ประเทศที่มีรายได้สูง มีความมั่นคง และยั่งยืน สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข การพัฒนาศักยภาพคนให้สนับสนุนการเจริญเติบโตของประเทศ การสร้างสังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ การลดความเหลื่อมล้ำในสังคม การกระจายรายได้บริการทางสังคมมีคุณภาพ และมีการกระจายอย่างทั่วถึง และขับเคลื่อนประเทศสู่เศรษฐกิจและสังคม ที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกายมีความสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 13 แผนพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ทำหน้าที่เป็น แผนระบุทิศทางและเป้าหมายการพัฒนาที่ประเทศควรให้ความสำคัญและมุ่งดำเนินการของยุทธศาสตร์ชาติ โดยคำนึงถึงพลวัตและเงื่อนไขการพัฒนาที่ประเทศเผชิญอยู่ เพื่อเป็นแนวทางให้ภาคส่วนที่เกี่ยวข้องปรับจุดเน้นการดำเนินงานมุ่งสู่การเสริมสร้างความสามารถของประเทศ ให้สอดรับ ปรับตัวเข้ากับเงื่อนไขที่เปลี่ยนแปลงไป โดยระบุทิศทางการพัฒนาอย่างชัดเจน ส่งผลให้การพัฒนา ประเทศตั้งแต่ระดับทิศทาง โครงสร้าง นโยบาย ตลอดจนกลยุทธ์และกลไกในการขับเคลื่อนไปสู่การปฏิบัติ มีความเชื่อมโยงกันทุกระดับและจะเป็นพลังในการนำพาประเทศไปสู่การบรรลุเป้าหมายระยะยาว อย่างเป็นรูปธรรม

5.2.1 นโยบายของหน่วยงานหลัก

จากแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี หลาย ๆ กระทรวง ได้มุ่งเน้นพัฒนา ส่งเสริมสนับสนุนทางด้านการส่งเสริมสุขภาพ ของประชาชนทุกเพศ วัย จากหน่วยงานที่รับผิดชอบโดยตรง เช่น ทางด้านกระทรวงสาธารณสุขมุ่งเน้นการมีชีวิตที่ดี การมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพพลานามัยทางกายที่กระฉับกระเฉง (Active Living) มีความกระตือรือร้นในการใช้ชีวิต มีเป้าหมายในการดำรงชีวิต มีความตื่นตัวทั้งสภาพร่างกายและจิตใจ ของประชาชนทุกกลุ่มวัย ทุกสาขาอาชีพ และสถานที่ในการใช้ชีวิตที่ดี และแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560 - 2564) ภายใต้อาณัติแผนพัฒนา

เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 และการมีหน่วยงานหลักในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย ได้แก่ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ของกรมอนามัย เป็นแม่ข่ายหลักในการผลักดันให้เกิดกิจกรรมทางกายและให้เกิดการพัฒนาสุขภาพทางกายที่ดีขึ้น หรือ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ผ่านพระราชบัญญัติกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ พ.ศ. 2544 เน้นการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของประชาชนตามกลุ่มวัย รวมถึงพัฒนาองค์ความรู้กิจกรรมทางกายและการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับช่วงวัย การสร้างนวัตกรรม ความรู้ และต้นแบบการรณรงค์ส่งเสริม การมีกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกายเพื่อป้องกันภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วน ยิ่งโดยเฉพาะกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ผ่านยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวและกีฬา โดยกรมพลศึกษา ในการส่งเสริมและพัฒนาการพลศึกษา กีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬาเพื่อมวลชน นันทนาการ และวิทยาศาสตร์ การกีฬา เพื่อให้เยาวชนและประชาชนมีสุขภาพและพลานามัยที่แข็งแรง พระราชบัญญัติการกีฬาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2558 โดยการจัดตั้งคณะกรรมการการกีฬาแห่งประเทศไทย คณะกรรมการกีฬาจังหวัดในแต่ละจังหวัด แผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2560 – 2564) และแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2565 – 2570) อันมียุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนัก ด้านการออกกำลังกาย และการกีฬาขั้นพื้นฐาน และยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกายและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการกีฬา ซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกายมีความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2565) หรือจากสถาบันการศึกษาอย่างเช่น มหาวิทยาลัย สถาบันการพลศึกษา โดยผ่านพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษาและยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา พ.ศ.2556 - 2561 เพื่อผลิตและพัฒนาบุคลากรทางพลศึกษา ทางการกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ นันทนาการและบุคลากรในด้านที่เกี่ยวข้อง ซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกาย มีความสอดคล้องกับนโยบายสถาบันการพลศึกษาและสอดคล้องกับแผนพัฒนาการศึกษาของสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560 - 2564) ในการจัดทำแผนแม่บทด้านการศึกษา การศาสนา และการวัฒนธรรม การพัฒนาระบบรูปแบบ หลักสูตร และวิธีการจัดการศึกษาร่วมกับกรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยว และกีฬา ในการจัดหลักสูตรพลศึกษา และการเรียนนอกหลักสูตร เช่น ลูกเสือ เนตรนารี พัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ที่มีกรมส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียน ร่วมกับกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และนโยบายลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ ด้วยการลดเวลาการนั่งเรียนในห้อง ไปเรียนรู้นอกห้องเรียน และนอกหลักสูตรแทน ซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกายมีความสอดคล้องกับแผนพัฒนาการศึกษาของสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ รวมถึง กระทรวงมหาดไทย ผ่านยุทธศาสตร์การผังเมือง โดยกรมโยธาธิการและผังเมือง ในการวางผังเมืองระดับต่าง ๆ การโยธาธิการ การออกแบบการก่อสร้างและการควบคุมการก่อสร้างอาคาร ดำเนินการ และสนับสนุนองค์ประกอบรองส่วนท้องถิ่นในด้านการ

พัฒนาเมือง พื้นที่ และชนบท โดยการกำหนดและกำกับดูแลนโยบายการใช้ประโยชน์ที่ดิน และยุทธศาสตร์การส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่นผ่านกรมส่งเสริม การปกครองท้องถิ่น เพื่อให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นส่งเสริมสุขภาพประชาชน ซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกายมีความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์กระทรวงมหาดไทย หรือแม้กระทั่ง ผ่านยุทธศาสตร์การพัฒนาแรงงาน โดยกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงานในการกำหนดและพัฒนามาตรฐานแรงงาน รวมทั้งการส่งเสริม กำกับ ดูแล ให้การรับรองสถานประกอบการกิจการที่มีการบริหารจัดการตามมาตรฐานแรงงานที่สอดคล้องกับมาตรฐานแรงงานสากล คุ้มครองและดูแลแรงงานทั้งในและนอกระบบ ให้ได้รับสิทธิประโยชน์ตามที่กฎหมายกำหนดและมีคุณภาพชีวิตที่ดีดำเนินการส่งเสริมและพัฒนาระบบความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน และส่งเสริม และดำเนินการให้มีการจัดสวัสดิการแรงงาน ซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกาย มีความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ การพัฒนาแรงงาน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ผ่านพระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ.2550 พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 พระราชบัญญัติส่งเสริม การจัดสวัสดิการสังคม พ.ศ. 2546 ให้มีระบบการจัดบริการทางสังคม ซึ่งเกี่ยวกับการป้องกัน การแก้ไขปัญหา การพัฒนา และการส่งเสริมความมั่นคงทางสังคม เพื่อตอบสนองความจำเป็นขั้นพื้นฐานของประชาชนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและพึ่งตนเองได้อย่างทั่วถึง เหมาะสมเป็นธรรมและให้เป็นไปตามมาตรฐาน ทั้งด้านการศึกษา สุขภาพอนามัย ที่อยู่อาศัย การทำงาน และการมีรายได้ นันทนาการ กระบวนการยุติธรรมและบริการทางสังคมทั่วไป โดยคำนึงถึงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ สิทธิที่ประชาชนได้รับและการมีส่วนร่วม ซึ่งการส่งเสริมการออกกำลังกายมีความสอดคล้องกับพระราชบัญญัติดังกล่าว โดย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ได้รับเรื่อง ผ่านพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ.2542 โดยมีการกำหนดนโยบาย ดำเนินการ บริหารงบประมาณ เพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนในท้องถิ่น ในการส่งเสริมสุขภาพให้ประชาชนทุกกลุ่มวัย ผ่านการจัดหาสวนสาธารณะ พิตเนส สถานที่ออกกำลังกาย ชมรมออกกำลังกาย สถานที่ท่องเที่ยวและพักผ่อน หย่อนใจการผังเมือง ทางจักรยาน ทางเดินเท้า จัดทำหลักสูตรการเรียนการสอนในศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียน ดูแลกำกับสถานประกอบการ เป็นต้น (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2552)

เมื่อพิจารณาการดำเนินงานของแต่ละหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการออกกำลังกายของหน่วยงานในประเทศไทยตามแผนแม่บทการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561–2573 ข้างต้น สามารถสรุปได้ 5 ประเด็นสำคัญ ดังนี้

- 1) การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย วัยเรียนและวัยรุ่น ในสถานศึกษา
- 2) การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับวัยทำงาน ในสถานประกอบการ
- 3) การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับทุกกลุ่มวัย โดยเฉพาะผู้สูงวัยในชุมชน กีฬา

มวลชน การคมนาคมและการผังเมือง

- 4) การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระบบบริการสาธารณสุข
- 5) การพัฒนาระบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

5.2.2 แผนการพัฒนากีฬาของประเทศไทยในอนาคต

จากปัจจัยที่กล่าวมาแล้วในข้างต้น คาดว่าจะส่งผลกระทบต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบวงการกีฬาของไทยและการวางแผนการพัฒนากีฬาของประเทศไทยในอนาคต ดังนี้ (กระทรวงการท่องเที่ยว และกีฬา, 2559)

1) การพัฒนาการออกกำลังกายและกีฬาขั้นพื้นฐาน

เด็ก เยาวชน รวมถึงประชาชนทั่วไปจะต้องได้รับความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา พร้อมทั้งการผลักดันให้เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาจนกระทั่งล่วงเข้าสู่ผู้สูงอายุ

2) การพัฒนาการออกกำลังกายและกีฬาเพื่อมวลชน

ประชากรไทยอาจจะเริ่มสนใจในกีฬาเพิ่มขึ้นตามกระแสแนวโน้มกีฬาโลก โดยภาครัฐควรจะมีการจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐานในประเทศไทยเมื่อเปรียบเทียบกับความต้องการใช้บริการของประชาชนที่คาดว่าจะเพิ่มมากขึ้น รวมถึงการพัฒนากีฬาชนิดใหม่ ๆ อาจทำให้คนหันมาสนใจออกกำลังกายมากขึ้น และควรส่งเสริมให้มีระบบอาสาสมัครด้านการศึกษา นอกจากนี้ระบบเทคโนโลยีสารสนเทศที่ถูกพัฒนา ขึ้นอย่างต่อเนื่องจะมีบทบาทสำคัญในอุตสาหกรรมกีฬาเพื่อช่วยส่งเสริมให้ทุกคนได้มีส่วนร่วมอย่างทั่วถึง

3) การพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

การมีโอกาสที่จะได้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬามากขึ้น จะช่วยให้ประชาชนหันมาสนใจเล่นกีฬาอย่างจริงจัง และสามารถเพิ่มจำนวนนักกีฬาและความสามารถเพื่อการแข่งขันได้มากขึ้น นอกจากนี้ความก้าวหน้าของวิทยาศาสตร์การกีฬาในทุกแขนงจะเป็นส่วนสำคัญสำหรับการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

4) การพัฒนากีฬาเพื่อการอาชีพ

กีฬาอาชีพในประเทศมีทิศทางการพัฒนาที่ดีจากสภาพแวดล้อมหลาย ๆ อย่างที่ช่วยส่งเสริมและจะโน้มน้าวให้คนอีกจำนวนไม่น้อยสนใจกีฬาอาชีพมากขึ้นไม่ว่าจะเป็นคนเล่นหรือคนดู

5) การพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา

ประเทศไทยได้เปิดรับนวัตกรรมวิทยาศาสตร์การกีฬา หรือสื่อดิจิทัลใหม่ ๆ เพื่อนำมาใช้ส่งเสริมการกีฬาทั้งในเชิงอาชีพและนันทนาการ

6) การพัฒนาการบริหารจัดการการกีฬาและการออกกำลังกาย

แนวโน้มกีฬาโลกและบทเรียนประเทศกรณีศึกษาตัวอย่างที่ดี จะช่วยเป็นแนวทางในการวางแผนพัฒนาการบริหารจัดการการกีฬาและการออกกำลังกายให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

7) การพัฒนาอุตสาหกรรมการกีฬา

อุตสาหกรรมการกีฬาของประเทศไทยมีพัฒนาการที่ต่อเนื่อง โดยรายได้จากอุตสาหกรรมการกีฬาในประเทศได้เติบโตขึ้นด้วยอัตราที่เร็วกว่าค่าผลิตภัณฑ์มวลรวมภายในประเทศ และน่าจะเติบโตต่อเนื่องจากแนวโน้มการขยายตัวของอุตสาหกรรมการกีฬาโลก โดยผู้ประกอบการอุตสาหกรรมการกีฬาและธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการกีฬาจะเป็นกลไกหลักในการขับเคลื่อน การสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจของประเทศให้บังเกิดความยั่งยืน

8) การพิจารณาจัดตั้งเมืองกีฬา (Sport City)

การเติบโตของการกีฬาและอุตสาหกรรมการกีฬาสืบเนื่องจากปัจจัยแนวโน้มต่าง ๆ เกิดขึ้นตามเมืองกีฬาทั่วโลกทำให้ประเทศไทยได้มีการพิจารณาแนวคิดที่จะดำเนินการยกระดับจังหวัดที่มีศักยภาพในแต่ละภูมิภาคขึ้นเป็นเมืองกีฬา ซึ่งจะมีการพัฒนาในเรื่องความตื่นตัวทางการกีฬาการพัฒนาวิถีชีวิตของประชาชน การพัฒนาการท่องเที่ยว และการพัฒนาธุรกิจในพื้นที่เหล่านั้น

จากที่กล่าวมาในหัวข้อแนวโน้มการพัฒนากีฬาผู้สูงอายุในประเทศไทย ผู้วิจัยสรุปได้ว่าการดำเนินชีวิตในสังคมเมือง ซึ่งมีวิถีชีวิตที่เร่งรีบและมีข้อจำกัดด้านเวลา ส่งผลให้ประชาชนไม่สามารถวางแผนและออกแบบการออกกำลังกายและกีฬาให้เหมาะสมกับชีวิตประจำวันได้ ประกอบกับการผลักดันการกีฬาให้กับมวลชนอย่างต่อเนื่องสำหรับประชากรทุกกลุ่มวัยของหน่วยงานภาครัฐ เป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุไทยมีความตื่นตัวเพิ่มขึ้นในด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬานอกจากนี้หน่วยงานภาครัฐยังมีนโยบายส่งเสริมให้ผู้สูงอายุไทยมีสุขภาพที่ดีขึ้นจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬา สร้างโอกาสให้ผู้สูงอายุทุกพื้นที่เข้าถึงการออกกำลังกายและเล่นกีฬา พัฒนาผู้นำการออกกำลังกาย ส่งเสริมการกีฬาเพื่อการท่องเที่ยวและนันทนาการ และพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกีฬาในกลุ่มผู้สูงอายุ เป็นสาเหตุให้การดำเนินงานด้านกีฬาผู้สูงอายุในประเทศไทยมีการดำเนินงานและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

5.3 แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 กับการพัฒนากีฬาผู้สูงอายุในประเทศไทย

ประเทศไทยมีแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติเป็นแม่บทในการขับเคลื่อนวงการกีฬาของประเทศไทยโดยปัจจุบันประเทศไทยได้ใช้แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 พ.ศ. 2560-2564 ซึ่งประเด็นยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงอายุ มีดังนี้ (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2559)

1) ยุทธศาสตร์ที่ 2 : การส่งเสริมให้มวลชนมีการออกกำลังกาย และมีส่วนร่วมในกิจกรรมการกีฬา

เป็นยุทธศาสตร์ด้านการเสริมสร้างการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย ยุทธศาสตร์ นี้ถือว่ามีสำคัญสำหรับประชาชนทั่วไป ทั้งนี้เพราะการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา จะทำให้สุขภาพพลานามัยแข็งแรง ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ลดปัญหาสังคม สามารถใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหาเสพติดและอบายมุข โดยมีการสร้างโอกาสการเข้าถึงกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา และมีการจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐานและสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ประชาชนทุกกลุ่มอย่างทั่วถึง รวมไปถึงการส่งเสริมให้ประชาชนมีจิตสาธารณะ และพัฒนาระบบอาสาสมัครทางการกีฬา

2) ยุทธศาสตร์ที่ 5 : การพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา

เป็นยุทธศาสตร์ที่มุ่งเน้นด้านการสร้างและการพัฒนาสุขภาพของประชาชนทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ รวมไปถึงเทคนิค ทักษะกีฬาในช่วงการแข่งขันตลอดจนพัฒนาไปสู่ความสามารถสูงสุดแต่ละบุคคลอย่างเป็นระบบ โดยจัดให้มีโครงสร้างพื้นฐานที่มีมาตรฐานและเพียงพอต่อความต้องการพร้อมทั้งส่งเสริมการวิจัยและพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา และสร้างความตระหนักและการนำองค์ความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับประชาชนและนักกีฬาทุกกลุ่ม

ผู้วิจัย สรุปได้ว่า หน่วยงานหลักที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการส่งเสริม ดูแลสุขภาพและคุณภาพชีวิตของประชาชน ได้มีการเตรียมแผนการรับมือในสถานการณ์ที่ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ซึ่งแต่หน่วยงานจะมีส่วนในการรับผิดชอบดูแล มีขอบข่ายงานที่แตกต่างกันไป แต่ทุกหน่วยงานจะทำงานบูรณาการและประสานงานกันเพื่อให้เกิดแผนงาน เกิดผลงาน ที่เป็นประโยชน์ให้มากที่สุดและเกิดประโยชน์โดยตรงต่อประชาชนทุกเพศวัย โดยเฉพาะกับกลุ่มผู้สูงวัยที่ต้องหันมาช่วยกันวางแผนนโยบายและกำหนดกรอบการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างจริงจังเพิ่มมากขึ้นกว่าเดิม

6. บริบทของการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย

ฟุตบอลผู้สูงวัยหรือฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทยมีการจัดการแข่งขันกันมากมายหลายระดับ ทั้งในระดับการแข่งขันในส่วนของชุมชน หมู่บ้าน อำเภอ จังหวัด เขตภูมิภาค ระดับภาค จนถึง

ระดับประเทศ หรือมีการแข่งขันที่เป็นตัวแทนของประเทศเข้าร่วมการแข่งขันในระดับนานาชาติ และมีรูปแบบการจัดการแข่งขันที่แตกต่างกันออกไป ตามวัตถุประสงค์ของแต่ละหน่วยงาน องค์กรหรือชมรมสมาคมต่าง ๆ ที่จัดการแข่งขันได้วางเป้าหมายของการแข่งขันไว้ ซึ่งเมื่อขึ้นชื่อว่าเป็นการแข่งขันก็ย่อมจะมีความเข้มข้น และจำเป็นต้องมีกฎกติกา ระเบียบการแข่งขันมารองรับและเมื่อพิจารณาถึงการแข่งขันที่มีรูปแบบการแข่งขันที่ชัดเจนและมีการจัดการแข่งขันที่มีมาตรฐานและมีผู้เข้าร่วมการแข่งขันเป็นจำนวนมาก ครอบคลุมการแข่งขันทั่วทุกจังหวัดของประเทศไทย และมีการสนับสนุนจากภาครัฐบาลและเอกชนและเมื่อพิจารณารายการต่าง ๆ ที่จัดการแข่งขันและมีมาตรฐานในการแข่งขันในประเทศไทยแล้ว พบว่า มีรายการ ดังนี้ คือ การแข่งขันฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ ฟุตบอลอาวุโส มอลเทนซิงแชมป์ประเทศไทย และฟุตบอลอาวุโสอมสิน ซีเนียร์ซิงแชมป์ประเทศไทย และฟุตบอลผู้สูงอายุซิงแชมป์ประเทศไทยที่จัดขึ้นโดยวัดพระพุทธบาทน้ำพุ จังหวัดลพบุรี มีเพียง 4 รายการ โดยรายการทั้ง 4 รายการที่กล่าวมานี้ มีข้อแตกต่างกัน หลากหลายอย่าง เช่น ช่วงเวลาในการแข่งขัน ช่วงอายุในการแข่งขัน ระยะเวลาในการแข่งขัน รูปแบบการจัดการแข่งขัน สถานที่ในการแข่งขัน สนามในการจัดการแข่งขัน บรรยากาศของการแข่งขัน การถ่ายทอดสดการแข่งขันผ่านสื่อ ออนไลน์ ต่าง ๆ รวมถึงผู้ติดตามชมผ่านสื่อถ่ายทอดและผู้ติดตามชมในสนามแข่งขันและผู้สนับสนุนการแข่งขัน

6.1 การแข่งขันฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ

การแข่งขันฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ มีการร่วมมือกันระหว่างการกีฬาแห่งประเทศไทยกับสมาคมกีฬาฟุตบอลอาวุโสไทย จัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติขึ้นครั้งแรกที่จังหวัดน่าน ออกกฎข้อบังคับว่าด้วยการแข่งขันกีฬาอาวุโสแห่งชาติ พ.ศ. 2561 ที่มีข้อกำหนดต่าง ๆ เช่น ให้มีการจัดการแข่งขันในทุก ๆ ปีและมีการลงทะเบียนนักกีฬาก่อนการแข่งขันอย่างน้อย 6 เดือนถึงจะสามารถเข้าร่วมการแข่งขันในรอบคัดเลือกได้ โดยนักกีฬา เจ้าหน้าที่ จะต้องมีการลงทะเบียนในระบบของการกีฬาแห่งประเทศไทย และมีการจัดการแข่งขันกีฬาหลายๆประเภท และบางชนิดกีฬาได้กำหนดอายุผู้เข้าร่วมการแข่งขันตั้งแต่อายุ 35 ปี ขึ้นไป แต่สำหรับชนิดกีฬาฟุตบอล ได้กำหนดเป็นช่วงอายุ โดยมีการจัดการแข่งขันทั้งหมด 2 รุ่น คือ

1. รุ่น MASTER ที่กำหนดโซนอายุที่ 40 45 และ 50 ปี โดยกำหนดให้ อายุ 40-44 ปี ลงสนามได้ 3 คน 45-49 ปีลงสนามได้ 4 คน และอายุ 50 ปี ขึ้นไป อยู่ในสนามได้ 3 คน โดยผู้รักษาประตูมีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป โดยการแข่งขันจะทำการแข่งขันรอบคัดเลือกในแต่ละภูมิภาค 5 ภาค ประกอบด้วย ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลางและภาคตะวันออก ภาคกลางและภาคตะวันตก ภาคใต้ เพื่อหาตัวแทนภาคละ 2 ทีม รวมกับเจ้าภาพและแชมป์เก่า จะได้เข้าแข่งขันในรอบมหกรรม เป็นจำนวน 12 ทีมและมีการจัดการแข่งขันแบบแบ่งสายในรอบแรก เป็นสายละ 3 ทีม จำนวน 4 สาย เอาที่ 1 และ 2 ของแต่ละสายเข้ารอบต่อไป โดยในรอบที่ 2 จัดการแข่งขันแบบแพ้คัด

ออก เพื่อหาทีมเข้าสู่รอบรองชนะเลิศ และผู้แพ้ในรอบรองชนะเลิศได้ครองอันดับที่ 3 ร่วม ส่วนผู้ชนะก็จะเข้าสู่รอบชิงชนะเลิศต่อไป

2. รุ่น LEGENT ที่กำหนดโซนอายุที่ 55 60 และ 65 ปี โดยกำหนดให้ อายุ 55-59 ปี ลงสนามได้ 3 คน 60-64 ปีลงสนามได้ 4 คน และอายุ 65 ปี ขึ้นไป อยู่ในสนามได้ 3 คน โดยผู้รักษาประตูมีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป โดยการแข่งขันจะทำการแข่งขันรอบคัดเลือกในแต่ละภูมิภาค 5 ภาค ประกอบด้วย ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลางและภาคตะวันออก ภาคกลางและภาคตะวันตก ภาคใต้ เพื่อหาตัวแทนภาคละ 2 ทีม รวมกับเจ้าภาพและแชมป์เก่า จะได้เข้าแข่งขันในรอบมหกรรม เป็นจำนวน 12 ทีมและมีการจัดการแข่งขันแบ่งสายในรอบแรก เป็นสายละ 3 ทีม จำนวน 4 สาย เอาที่ 1 และ 2 ของแต่ละสายเข้ารอบต่อไป โดยในรอบที่ 2 จัดการแข่งขันแบบแพ้คัดออก เพื่อหาทีมเข้าสู่รอบรองชนะเลิศ และผู้แพ้ในรอบรองชนะเลิศได้ครองอันดับที่ 3 ร่วม ส่วนผู้ชนะก็จะเข้าสู่รอบชิงชนะเลิศต่อไป โดยหลักการจัดการแข่งขันจะกำหนดระยะเวลาในการแข่งขันไว้ ประมาณ 1 สัปดาห์ และมีการจัดการแข่งขันมาแล้ว 4 ครั้งที่ผ่านมาเริ่มมีนักกีฬาของแต่ละจังหวัดสนใจเข้าร่วมเพิ่มมากขึ้นและมีทีมเข้าร่วมเกือบทุกจังหวัดในประเทศไทย (สุเมธ อัครพงศ์, 2565) ผลการแข่งขันและสถิติการแข่งขันที่ผ่านมา มี ดังนี้

- ครั้งที่ 1 ปี พ.ศ.2561 ที่จังหวัดน่าน ทีมชนะเลิศ รุ่น MASTER คือจังหวัดพิษณุโลก
- ครั้งที่ 1 ปี พ.ศ.2561 ที่จังหวัดน่าน ทีมชนะเลิศ รุ่น LEGENT คือจังหวัดชลบุรี
- ครั้งที่ 2 ปี พ.ศ.2562 ที่จังหวัดบุรีรัมย์ ทีมชนะเลิศ รุ่น MASTER คือจังหวัดพิษณุโลก
- ครั้งที่ 2 ปี พ.ศ.2562 ที่จังหวัดบุรีรัมย์ ทีมชนะเลิศ รุ่น LEGENT คือจังหวัดชลบุรี
- ครั้งที่ 3 ปี พ.ศ.2563-2564 เลื่อนการแข่งขันเนื่องจากสถานการณ์โควิด-19
- ครั้งที่ 4 ปี พ.ศ.2565 ที่จังหวัด พัทลุง ทีมชนะเลิศรุ่น MASTER คือจังหวัด ราชบุรี
- ครั้งที่ 4 ปี พ.ศ.2565 ที่จังหวัด พัทลุง ทีมชนะเลิศรุ่น LEGENT คือจังหวัดชลบุรี



ภาพที่ 2 ภาพการแข่งขันกีฬาอาวุโสแห่งชาติรอบคัดเลือก จังหวัดแม่ฮ่องสอน

6.2 การแข่งขันฟุตบอลอาวุโสโมลเทนซิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย

การแข่งขันฟุตบอลอาวุโสโมลเทนเป็นรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในรูปแบบการจัดการแข่งขันที่มีการกีฬาแห่งประเทศไทยร่วมมือกับบริษัทเอกชนให้การสนับสนุน โดยในช่วงแรกมีบริษัทเจนิฟุต เป็นผู้สนับสนุนหลักมาอย่างยาวนานซึ่งเริ่มจัดการแข่งขันครั้งแรกในปี พ.ศ. 2556 โดยเริ่มจัดการแข่งขันภาคต่าง ๆ ก่อนและค่อย ๆ พัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขัน ซึ่งบริษัทเจนิฟุตได้ให้การสนับสนุนมาจนถึงครั้งที่ 8 และได้มีการปรับเปลี่ยนโซนอายุให้เหมาะสมขึ้น เป็น 3 รุ่นจนถึงครั้งที่ปัจจุบันและก่อนหน้า 2 ปีก็ต้องเกิดปัญหาในการจัดการแข่งขันเนื่องจากสถานการณ์โรคโควิด 19 ระบาดอย่างหนัก จนมาครั้งนี้ซึ่งเป็นครั้งที่ 9 ได้มีบริษัทอุปกรณ์กีฬามอลเทนได้มารับช่วงการสนับสนุนต่อ โดยรายการนี้มีการกำหนดคุณสมบัติผู้เข้าร่วมการแข่งขันต้องมีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดที่ตนเองสังกัดอย่างน้อย 2 ปีและมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการแข่งขันเพื่อให้สอดคล้องและให้เหมาะสมที่สุด โดยมีการจัดการแข่งขันในทุก ๆ ปี และเริ่มมีการแข่งขันในรอบคัดเลือกส่วนภูมิภาคโดยคัดเลือกตัวแทนแต่ละภูมิภาค ภาคละ 1 ทีมคือทีมชนะเลิศในแต่ละรุ่น ได้ไปแข่งในรอบสุดท้ายเพียงทีมเดียวเท่านั้น ซึ่งมีการแบ่งโซนทางภูมิศาสตร์ออกเป็น 8 โซนเอาทีมชนะเลิศในแต่ละโซนมาแข่งขันรอบสุดท้าย โดยทางฝ่ายจัดการแข่งขันเป็นผู้กำหนด มีการจัดการแข่งขันแบ่งออกเป็น 3 รุ่น (อำนาจ เกาไสยานนท์, 2565) ได้แก่

- 1.รุ่น MASTERS อายุ 40-49 ปี
- 2.รุ่น SENIORS อายุ 50-59 ปี
- 3.รุ่น LEGENDS อายุ 60 ขึ้นไป

โดยมีการแข่งขันใน 2 รุ่นแรกก่อนใช้เวลาในการจัดการแข่งขัน 3 วันและรุ่น อายุ 60 ปีขึ้นไปใช้เวลา 2 วัน โดยมีการย่นระยะเวลาในการแข่งขันแบ่งเป็นครั้งละ 25 นาที และย่นระยะเวลาในการจัดการแข่งขันได้อย่างรวดเร็วและกระชับในการจัดการแข่งขัน การแข่งขันในรอบแรกโดยมีการแบ่งกลุ่ม เป็นกลุ่มละ 4 ทีม พบกันหมดในสายแล้วเอาคะแนนที่ 1 และ 2 เข้าสู่รอบรองชนะเลิศ และผู้ชนะเลิศเข้าไปชิงชนะเลิศต่อไป ซึ่งรายการนี้จะพบว่าจังหวัดไหนที่ส่งครบทั้งสามรุ่นจะมีนักกีฬาที่เล่นฟุตบอลอาวุโสในแต่ละครั้งที่เข้าร่วมการแข่งขันครั้งละไม่ต่ำกว่า 100 คน ถือเป็นการสนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายสำหรับผู้อาวุโสอีกหนึ่งรายการ (อำนาจ เกาไสยานนท์, 2565)



ภาพที่ 3 ภาพการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสอมลีนชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย

6.3 ฟุตบอลอาวุโสอมลีน ซีเนียร์ชิงแชมป์ประเทศไทย

การแข่งขันฟุตบอลอาวุโสอมลีน ซีเนียร์ ไทยแลนด์ฟุตบอลคัพ ได้เริ่มจัดขึ้นเมื่อ ปี พ.ศ. 2560 โดยเป็นความร่วมมือกันระหว่างธนาคารอมลีนร่วมกับสมาคมกีฬาฟุตบอลทีมชาติไทย การกีฬาแห่งประเทศไทยและกรมการปกครอง จัดการแข่งขันกันในรุ่นอายุ 50 ปีขึ้นไป โดยจัดการแข่งขันมาสามปีติดต่อกัน โดยเป็นการจัดที่ได้มาตรฐานสากล และควบคู่ไปกับการอบรมเยาวชนทั่วประเทศ ในโครงการสานฝันปั้นเด็กไทย และห่วงใยสุขภาพ มุ่งเน้นเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ด้อยโอกาส เพื่อส่งเสริมความเท่าเทียมกันในสังคม การจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสที่มีการจัดการแข่งขันในนามตัวแทนจังหวัดและมีการคัดเลือกจากภูมิภาคต่าง ๆ จากภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคอีสาน และภาคใต้ ตัวแทนภาคละ 2 ทีม เพื่อเข้าแข่งขันในรอบสุดท้ายในกรุงเทพมหานคร โดยมีการถ่ายทอดสดการแข่งขันทางโทรทัศน์ช่อง 3SD (ธนายุทธ ศิระธรราร, 2565)



ภาพที่ 4 ภาพการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสอมลีน ซีเนียร์ชิงแชมป์ประเทศไทย

6.4 ฟุตบอลผู้สูงอายุชิงชนะเลิศประเทศไทย

ฟุตบอลผู้สูงอายุชิงแชมป์ประเทศไทยในรุ่นอายุ 50 ปีขึ้นไปเพิ่งจัดขึ้นครั้งแรกและเป็นการจัดชิงถ้วยพระราชทานสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 10 โดยมีพระคุณเจ้าพระราชวิสุทธิประชาณาด (หลวงพ่อลงกต) วัดพระพุทธรบาทน้ำพุเป็นประธานอำนวยการแข่งขัน คิตรีเริ่มโครงการในการจัดร่วมกับสมาคมกีฬาจังหวัดลพบุรี การกีฬาแห่งประเทศไทยและการร่วมมือกับอีกหลายภาคส่วน ซึ่งมีการจัดการแข่งขัน ระหว่างวันที่ 23 เมษายน- 11 กรกฎาคม 2564 ณ สนามฟุตบอลใจฟ้าอคคาเดมี (โดยมูลนิธิอาทรประชาณาด) ตำบลนิคมสร้างตนเอง อำเภอเมืองลพบุรี โดยมีทีมเข้าร่วมมากถึง 67 จังหวัด โดยมีการจัดการบริการที่พักรับรองให้นักกีฬาเข้าพักในโรงแรมในจังหวัดลพบุรีและมีรถรับส่งจากจังหวัดตนเองถึงสนามแข่งและมีการดูแลจัดการเรื่องอาหารและที่พักตลอดการแข่งขันบรรยากาศการแข่งขันทั้งเรื่องสภาพสนามและการแข่งขันประทับใจผู้ที่เข้าร่วมเป็นอย่างมาก และคิดว่าน่าจะมีการจัดการแข่งขันในครั้งต่อ ๆ ไป (สุชาติ สารผล, 2565)

จากบริบทการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย พบว่า รูปแบบการแข่งขันแต่ละรายการมีวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกันออกไป แต่ทุกรายการที่จัดการแข่งขันมีเป้าหมายหลักสำคัญคือส่งเสริม สร้างเสริมให้ผู้อาวุโสหรือผู้สูงอายุมีสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง อยู่ในทุก ๆ รายการเสมอ และพบว่ารายการที่นำมาเป็นแบบ มาเป็นแนวทางในการวิจัยครั้งนี้เป็นรายการที่จัดการแข่งขันมาแล้วและมีมาตรฐานที่สุดในการจัดการแข่งขันในประเทศไทย ครอบคลุมในเรื่องช่วงอายุ ที่มีตั้งแต่อายุ 40 – 65 ปีและเป็นที่ยอมรับร่วมการแข่งขันของผู้อาวุโสและผู้สูงอายุ ผู้สูงวัยในทุกจังหวัดทั่วประเทศ



ภาพที่ 5 ภาพการแข่งขันฟุตบอลฟุตบอลผู้สูงอายุชิงชนะเลิศประเทศไทย

7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

กิตติพงษ์ เอื้อพิพัฒนากุล และจุฑา ดิงศภักดิ์ (2555) ศึกษาเรื่อง การดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอลสπόνเซอร์ ไทยพรีเมียร์ลีก 2010 การวิจัยครั้งนี้มี วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอลสπόνเซอร์ ไทยพรีเมียร์ลีก 2010 วิธีดำเนินการวิจัย การศึกษาครั้งนี้ใช้แบบสอบถาม กับกลุ่มประชากรที่เป็นคณะกรรมการจัดการแข่งขัน จำนวน 35 คน ผู้จัดการทีม จำนวน 16 คน และ กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ชม จำนวน 480 คน ใช้การสัมภาษณ์คณะกรรมการจัดการแข่งขัน จำนวน 12 คน ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถาม .80 และนำแบบสอบถาม ทั้ง 3 ชุด โดยพิจารณาจากค่า สัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาช (Cronbach) แบบสอบถาม ชุดที่ 1 เท่ากับ .94 แบบสอบถาม ชุดที่ 2 เท่ากับ .74 แบบสอบถาม ชุดที่ 3 เท่ากับ .93 ทำการเก็บข้อมูลนำข้อมูลที่ได้ มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยแจกแจงความถี่ หาค่า ร้อยละ ค่า เบี่ยงเบนมาตรฐานและนำเสนอในรูปแบบ ตารางประกอบความเรียง ส่วนข้อมูลในการสัมภาษณ์ นำมาสรุปในรูปแบบความเรียง ผลการวิจัย การศึกษาการดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอล สπόνเซอร์ไทยพรีเมียร์ลีก 2010 ทรัพยากรในการจัดการ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านบุคลากร ด้านการเงิน และงบประมาณ ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านการประชาสัมพันธ์ และกระบวนการจัดการกีฬา 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการ วางแผน การจัดองค์กร การชี้แนะ และการ ประเมินผล ของคณะกรรมการจัดการแข่งขัน ระดับความคิดเห็น การดำเนินงาน โดยรวมอยู่ในระดับ ดี ในส่วนผลการดำเนินงานระดับความคิดเห็นของผู้จัดการทีม ได้แก่ ด้านการวางแผน การจัดองค์กร การชี้แนะ และการ ประเมินผล โดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ และความพึงพอใจของผู้ชม ด้านส่วน ประสมทางการตลาด ได้แก่ ด้านสินค้า ด้านราคา ด้านสถานที่ ด้านการส่งเสริม การตลาด ด้าน บุคลากร ด้านกระบวนการให้บริการ และด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ โดยรวม ความพึงพอใจต่อการจัดการแข่งขัน อยู่ใน ระดับดี สรุปผลการวิจัย จากผลการดำเนินการจัดการ แข่งขันฟุตบอลสπόνเซอร์ไทยพรีเมียร์ลีก 2010 ระดับ ความคิดเห็นการดำเนินงานของ คณะกรรมการจัดการ แข่งขัน โดยอาศัยทรัพยากรในการจัดการ และ กระบวนการจัดการกีฬา โดยรวมอยู่ในระดับดี ในส่วน ผลการดำเนินงานระดับความคิดเห็นของผู้จัดการทีม โดยรวมอยู่ใน ระดับพอใช้ และความพึงพอใจของผู้ชม ด้านส่วนประสมทางการตลาด โดยรวมความพึงพอใจ ต่อ การจัดการแข่งขัน อยู่ในระดับดี แสดงให้เห็นว่า คณะกรรมการจัดการแข่งขันสามารถดำเนินการ จัดการแข่งขันฟุตบอลสπόνเซอร์ไทยพรีเมียร์ลีกได้ อย่างมีประสิทธิภาพ

พิชัยณรงค์ กงแก้ว (2557) ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดกีฬาและการออกกำลังกาย โดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคเหนือตอนบน และมีวัตถุประสงค์เฉพาะ

ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาสภาพการจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคเหนือตอนบน 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคเหนือตอนบน และ 3) เพื่อประเมินผลรูปแบบการจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคเหนือตอนบน การวิจัยครั้งนี้มีวิธีการดำเนินการ 3 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาสภาพการจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคเหนือตอนบน โดยการศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์ และการสำรวจ ขั้นตอนที่ 2 พัฒนารูปแบบการจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคเหนือตอนบน โดยการพัฒนาและตรวจสอบรูปแบบโดยการสนทนากลุ่ม และขั้นตอนที่ 3 ประเมินผลรูปแบบการจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคเหนือตอนบน โดยการประเมินโดยองค์การบริหารส่วนตำบล ผลการวิจัยปรากฏผล ดังนี้ 1) ผลการศึกษาสภาพ พบว่า การจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุในเขตภาคเหนือตอนบน โดยรวมและรายด้านมีสภาพในระดับปานกลาง ซึ่งสภาพที่มีการจัดการสูงสุด คือ องค์การบริหารส่วนตำบล มีกิจกรรมหรือโครงการในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ รองลงมาในระดับมาก คือ องค์การบริหารส่วนตำบล ได้มีการตรวจสอบ ติดตามและประเมินผลการดำเนินงานตามแผนเป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนดไว้ 2) ผลการพัฒนา พบว่า มี 5 องค์ประกอบ คือ ปัจจัยนำเข้า (6 M-IT) การบวนการ (POLKACIR) ผลผลิต ผลลัพธ์ และข้อมูลย้อนกลับ และตรวจสอบรูปแบบ พบว่า รูปแบบมีความเหมาะสมและความถูกต้องครอบคลุม อยู่ในระดับมาก 3) ผลการประเมินความเป็นไปได้และความมีประโยชน์ของรูปแบบ อยู่ในระดับมาก

รัชพล เขียวพันธุ์ (2561) ศึกษาเรื่อง รูปแบบการจัดการมหกรรมกีฬาของสโมสรฟุตบอลไทย เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว มหกรรมการแข่งขันฟุตบอลที่มีการจัดการโดยสโมสรฟุตบอลไทยได้กลายเป็นสถานที่ท่องเที่ยว ที่สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยว แต่ก็ยังมีสโมสรบางแห่งที่ยังไม่ประสบความสำเร็จในเรื่องการจัดการมหกรรม กีฬาเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว ดังนั้น การวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาองค์ประกอบของการจัดการ มหกรรมกีฬาเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวและสร้างรูปแบบการจัดการมหกรรมกีฬาเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว ของสโมสรฟุตบอลไทยที่เหมาะสม ใช้วิธีการวิจัยแบบผสมทั้งเชิงคุณภาพและปริมาณ โดยมีสโมสร ฟุตบอลไทยที่ทำการแข่งขันอยู่ในระดับไทยพรีเมียร์ลีกเป็นกรณีศึกษา ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบ การจัดการมหกรรมกีฬาของสโมสรฟุตบอลไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว มีองค์ประกอบทั้งหมด 8 องค์ประกอบ ประกอบด้วยตัวแปรทั้งหมด 72 ตัวแปร สามารถจัดเรียงลำดับตามค่าน้ำหนักองค์ประกอบ ดังนี้ ลำดับที่ 1 การบริหาร ประกอบด้วยส่วนงานสำคัญ 3 ส่วน ได้แก่ การจัดการทั่วไป การจัดการแข่งขัน และการตลาดของแหล่งท่องเที่ยว ลำดับที่ 2 การดำเนินการ คือ งานที่ต้องกระทำระหว่างที่มีการจัดมหกรรม

ท่องเที่ยวเชิงกีฬาในช่วงเวลาที่มีการจัดมหกรรมการท่องเที่ยว ลำดับที่ 3 การจัดการความเสี่ยง คือ งานที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมรับมือกับเหตุการณ์ไม่ดีขึ้น ลำดับที่ 4 การบริการ คือ งานที่เกี่ยวข้องกับการบริการและการคุ้มครองสิทธินักท่องเที่ยว ลำดับที่ 5 ความปลอดภัย คือ งานที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันเหตุการณ์ร้าย ลำดับที่ 6 ด้านความสัมพันธ์ คือ งานที่มุ่งเน้นให้เกิดความยั่งยืน ลำดับที่ 7 ด้านสิ่งดึงดูดนักท่องเที่ยว คือ งานที่เกี่ยวข้องกับการสร้างประสบการณ์ ความประทับใจ และลำดับที่ 8 การออกแบบ คือ งานด้านการออกแบบกิจกรรมที่เกิดขึ้นระหว่างที่มีมหกรรมกีฬา ทั้งหมดนี้ เพื่อให้เกิดรูปแบบการจัดการในแต่ละองค์ประกอบอย่างเหมาะสม

กิตติวงศ์ สาสวด และประสาน นันทะเสน (2562) ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการฟุตบอลอาชีพเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในประเทศไทย การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพและปัญหาการบริหารสโมสรฟุตบอลอาชีพ 2) วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการจัดการฟุตบอลอาชีพ และ 3) พัฒนารูปแบบการจัดการฟุตบอลอาชีพเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว การศึกษานี้ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพโดยเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลเป็นสำคัญ คือ ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้บริหารสโมสร ผู้ฝึกสอน นักฟุตบอล และผู้เข้าชมในสนามกีฬาแข่งขันฟุตบอลออมสิน ลีก (ไทยลีก 3) ปี 2018 ด้วยวิธีเลือกแบบเจาะจง จำนวน 101 ราย ด้วยแบบสัมภาษณ์เชิงลึกที่วิเคราะห์ความแปรปรวน 2 ทาง โดยใช้สูตรของ Kendall ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา และการวิจัยเชิงปริมาณ ประชากรไม่ทราบจำนวนที่แน่นอน สุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง จำนวน 400 ราย ด้วยแบบสอบถามที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.85 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า สภาพและปัญหาด้านสนามแข่งขันคือไม่มีมาตรฐาน และไม่มีสนามเป็นของตนเองด้วยงบประมาณไม่เพียงพอ ด้านการจัดการ ด้านที่ยังทำผลงานไม่ดี และด้านแผนการดำเนินงานของสโมสรยังไม่เป็นระบบ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการจัดการฟุตบอลอาชีพที่สำคัญมากที่สุด คือ การนำเสนอลักษณะทางกายภาพ รองลงมาคือ ผลิตภัณฑ์ กระบวนการ ราคา ช่องทางการจัดจำหน่าย การส่งเสริมการตลาด และบุคลากร

ปัญญา อินทเจริญ (2562) ศึกษาเรื่อง รูปแบบการจัดการกีฬาโอลิมปิกเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของประเทศไทย และเพื่อศึกษาความเป็นไปได้และความเหมาะสมของการนำรูปแบบไปใช้โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยทั้งหมด 3 ระยะ ระยะที่ 1 เป็นการศึกษาแนวคิด เอกสาร และงานวิจัยที่ และศึกษาสภาพความต้องการในการจัดการกีฬาโอลิมปิกเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษา ของประเทศไทย โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 7 ท่าน ระยะที่ 2 เป็นการสร้างและพัฒนารูปแบบการจัดการโอลิมปิกเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของประเทศไทย โดยใช้เทคนิคเดลฟายประยุกต์ (Modified Delphi Technique) ด้วยผู้เชี่ยวชาญ 19 คน โดยการหาค่ามัธยฐานและค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ ระยะที่ 3 เป็นการประเมินความเป็นไปได้ใน

การนำรูปแบบการจัดการกีฬาโอลิมปิกบอลสถาบันอุดมศึกษาของประเทศไทยไปใช้จริง โดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดการกีฬาโอลิมปิกบอลเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาจำนวน 7 คน ผลการวิจัยพบว่า 1) สถาบันการศึกษา ระดับอุดมศึกษามีการดำเนินงานด้านกีฬาโอลิมปิกบอลเพื่อความเป็นเลิศแต่ไม่มีนโยบายที่ชัดเจน นักกีฬาประสบปัญหาด้านการเรียน การจัดการด้านสวัสดิการไม่เพียงพอ มีความต้องการให้มีระบบการบริหารจัดการที่ดี 2) รูปแบบการจัดการกีฬาโอลิมปิกบอลเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของประเทศไทยมีการจัดการตามหลักการบริหาร 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการวางแผน (มี 8 องค์ประกอบ) ด้านการจัดการองค์กร (มี 4 องค์ประกอบ) ด้านการนำไปปฏิบัติ (มี 8 องค์ประกอบ) ด้านการควบคุม (มี 4 องค์ประกอบ) 3) รูปแบบการจัดการกีฬาโอลิมปิกบอลเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของประเทศไทย เป็นที่ยอมรับว่ามีความเป็นไปได้ มีความเหมาะสมและเป็นประโยชน์ และมีความถูกต้องครอบคลุม สามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติได้จริง

กิตติศักดิ์ มีเจริญ (2563) ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการบริหารกีฬาฟุตบอลชายในสถาบันอุดมศึกษา การวิจัยพบว่า มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนารูปแบบการบริหารกีฬาฟุตบอลชายในสถาบันอุดมศึกษา โดยใช้วิธีการวิจัยแบบผสมผสานแบบตัวหลักและตัวรองตามลำดับ เก็บข้อมูลจากพหุกรณีศึกษาทีมกีฬาฟุตบอลชายใน สถาบันอุดมศึกษาในกำกับของรัฐและเอกชนที่ประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย 2 กรณี ด้วยการสัมภาษณ์ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง 20 คน จากนั้นสัมภาษณ์ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการบริหารกีฬาฟุตบอลชาย ภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ 18 คน ภายนอกมหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ 7 คน ร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ 5 คน รวม 50 คน เพื่อร่างรูปแบบการบริหารกีฬาฟุตบอลชายในสถาบันอุดมศึกษา แล้วพัฒนาต่อด้วยการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการใน กลุ่มผู้เชี่ยวชาญ 18 คน 2 รอบ ตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบโดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง แบบสังเกตการณ์ฝึก และแบบประเมินคุณภาพของรูปแบบ ซึ่งผ่านการ ตรวจสอบคุณภาพแล้ว วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา ร่วมกับการสรุปอุปนัย และค่าสถิติพื้นฐาน ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบการบริหารกีฬาฟุตบอลชายในสถาบันอุดมศึกษาประกอบด้วย 4 กลุ่ม 9 มิติ ได้แก่ กลุ่มที่ 1 โครงสร้างขององค์กรและกระบวนการพัฒนาบุคลากรเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานขององค์กร มี 2 มิติ คือ 1)การจัด โครงสร้างองค์กร 2)การจัดการบุคลากรเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานตามโครงสร้างองค์กร กลุ่มที่ 2 นักกีฬาและการ พัฒนา มี 3 มิติคือ 3)การคัดเลือกนักกีฬา 4)การวางแผนการฝึกซ้อม 5)การแข่งขัน กลุ่มที่ 3 กระบวนการบริหารจัดการ เพื่อสนับสนุนการฝึกซ้อมและเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน มี 3 มิติคือ 6)งบประมาณและสวัสดิการ 7)สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก 8)วิทยาศาสตร์การกีฬา กลุ่มที่ 4 กระบวนการสื่อสารองค์กรและสร้างภาคีเครือข่ายในการสนับสนุนการดำเนินงาน มี 1 มิติคือ 9)ภาคธุรกิจ ผู้สนับสนุนและแฟนคลับ ผลการ

ประเมินคุณภาพ ของรูปแบบพบว่ามีความเหมาะสม ความถูกต้อง ความมีประโยชน์และความเป็นไปได้ อยู่ในระดับมาก

ขจรเกียรติ ขุนชิต (2564) ศึกษาเรื่อง รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย ด้วยการวิจัยแบบบูรณาการ (Integrated Research) ระหว่างการวิจัยแบบบรรยาย (Descriptive Research) และการวิจัยอนาคต (Futures Research) โดยมีผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 17 ราย ให้การสัมภาษณ์ในรอบแรกนำผลการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์และสังเคราะห์กับข้อมูลพื้นฐานประกอบการพิจารณา ตามรูปแบบการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive Research) เพื่อให้ได้รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย จากนั้นผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามเพื่อศึกษารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย ไปเก็บข้อมูลกับผู้ที่มีประสบการณ์ในการทำงานเกี่ยวกับฟุตบอลจำนวน 40 ราย นำมาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ เพื่อคำนวณหาค่ามัธยฐาน ค่าฐานนิยม ค่าเฉลี่ย และค่าพิสัยระหว่าง ควอไทล์ และพิจารณาความสอดคล้องของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทยที่มีโอกาสเกิดขึ้นจริง และนำผลมาอภิปรายกลุ่มกับผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน พิจารณาความสอดคล้องของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทยที่มีโอกาสเกิดขึ้นจริง ผลการวิจัย พบว่า รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย ประกอบด้วย 1) นักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลแบ่งเป็นกลุ่มอายุ 12-14-16-18 ปี ตามแบบของกรมพลศึกษา 2) กรมพลศึกษาเป็นผู้รับผิดชอบในการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย 3) จัดการแข่งขันฟุตบอลโดยแบ่งเป็นประเภท ก ข ค ระบบลีก จัดการแข่งขันฟุตบอลโดยแบ่งเป็นระบบโซนตามภูมิภาค 4) ระยะเวลาในการดำเนินการแข่งขันฟุตบอล 6 เดือน โดยใช้ระบบลีก Tournament 5) ทีมที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทยแบ่งเป็นรุ่นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย 6) ควรจำกัดจำนวนทีมเพื่อไปเล่น small league 6 ทีม แต่ละภาค แล้วนำมาแข่งแบบ Tournament 7) ผู้ฝึกสอนฟุตบอลนักเรียนต้องผ่านวุฒิบัตร T License ของสมาคมกีฬาฟุตบอลแห่งประเทศไทย 8) อัตราส่วนของ ผู้ฝึกสอนต่อผู้เล่นเป็น 2:18 ผู้ช่วยผู้ฝึกสอน 3 - 5 คน 9) ผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลนักเรียนต้องมีวุฒิบัตร อย่างน้อยระดับ T License ของกรมพลศึกษา 10) กรมพลศึกษา สมาคมกีฬาฟุตบอลแห่งประเทศไทยและกระทรวงศึกษาธิการควรมีการวางแผนการทำงานร่วมกันและการประเมินคุณภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนแห่งประเทศไทยในแต่ละปีเพื่อนำมาปรับปรุงและพัฒนาได้ โรงเรียนมีการพัฒนานักกีฬาโดยใช้วิชาการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาการให้บริการสนามกีฬาการเชื่อมโยงพันธมิตรธุรกิจ และการสร้างกิจกรรมกีฬาที่ให้คนมีส่วนร่วมมาก ๆ เพื่อให้ธุรกิจที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมลงทุน

งานวิจัยต่างประเทศ

Neilson (1979) ศึกษาเรื่อง ผลการวิเคราะห์โปรแกรมการจัดการแข่งขันกีฬาภายในของมหาวิทยาลัยระดับสูงของรัฐ ในรัฐเทนเนสซี (An Analysis of Intramural Sports Program in The State Snorted Senior Universities in Tennessee) โดยใช้เครื่องมือสำรวจการวิเคราะห์ ซึ่งสร้างขึ้นโดย Christopher Alan Brown ข้อมูลทั้งหมดได้จากแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วยหัวข้อคำถาม 9 หัวข้อ ได้แก่ สาเหตุและจุดมุ่งหมายในการจัดการแข่งขัน ตาราง การแข่งขัน กำหนดการแข่งขัน สถานที่และอุปกรณ์ในการจัดการแข่งขัน ระบบการให้คะแนนและ การให้รางวัลแก่ผู้ชนะ การประชาสัมพันธ์ และคณะกรรมการในการจัดการแข่งขัน ผลการวิจัย พบว่า 1) โดยทั่วไปการดำเนินการในแต่ละด้านของทุกมหาวิทยาลัยกระทำได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากกระบวนการให้คะแนน การให้รางวัล และการประชาสัมพันธ์ 2) การจัดการแข่งขันกีฬา ภายในของทุกมหาวิทยาลัยล้วนแต่มีเหตุผลและจุดมุ่งหมายในการจัดทั้งสิ้น 3) ความคล้ายคลึงกันในการจัดการแข่งขันของแต่ละมหาวิทยาลัย คือ การให้ผู้บริหารที่มีความเชี่ยวชาญในการ ดำเนินการ 4) การบริหารงานด้านนี้ กำลังมีการเปลี่ยนแปลงจากเดิมที่นักศึกษาคือผู้ดำเนินการ มาเป็นการใช้ผู้เชี่ยวชาญในการดำเนินการ 5) ขาดการจัดปฐมพยาบาลฉุกเฉิน 6) การสนับสนุน ทางการเงินในการจัดการแข่งขันกีฬาภายในของมหาวิทยาลัยต่าง ๆ นั้นมีเพียงพออยู่แล้ว 7) กฎ ระเบียบ การแข่งขันมีความเที่ยงตรงและเหมาะสมดีแล้ว 8) ระบบการให้คะแนนยังไม่เน้นหนักถึงระดับสูง 9) ธรรมเนียมการจัดงานเลี้ยงฉลองรางวัลจากการแข่งขันไม่นิยมกระทำ

Cheng (1993) ศึกษาเรื่อง การประเมินสมรรถนะในการจัดการองค์กรการกีฬาให้ได้ผลดี และถ่ายทอดลักษณะความรู้ที่จำเป็นของผู้นำและการจัดการกีฬาสำหรับประเทศสาธารณรัฐจีน (ไต้หวัน) มีวัตถุประสงค์เพื่อกำหนดสมรรถนะต่าง ๆ ที่จำเป็นสำหรับ การจัดการกีฬาสู่ประเทศไต้หวัน กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเป็นผู้จัดการกีฬาในไต้หวันรวม 334 คน เครื่องมือที่ใช้ในการสำรวจ ผู้ปฏิบัติงานของการจัดการกีฬาผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้ 1) สมรรถนะทางวิชาชีพสำหรับผู้จัดการกีฬาในไต้หวันเรียงลำดับจากสูงมาหาลด มีดังนี้ ความรู้เกี่ยวกับกีฬา มนุษย์สัมพันธ์ การพูดต่อสาธารณชน การจัดการด้านบุคคล การจัดการด้านการเงิน สมรรถภาพส่วนบุคคล และการจัดการด้านเวลา 2) การศึกษาสำหรับผู้จัดการกีฬาในไต้หวันที่เป็นด้านสำคัญ 10 อันดับแรกคือ การบริหาร การกีฬา การวางแผนและการจัดการด้านอำนวยความสะดวก การใช้ประโยชน์จากคอมพิวเตอร์ การบาดเจ็บการกีฬา การจัดการด้านบุคคล การจัดการ การจัดโปรแกรมสำหรับ นันทนาการและ กีฬาเยาวชน การสื่อสารระหว่างบุคคล การตัดสินกีฬา และการสอนกิจกรรมกีฬา 3) มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างผู้อำนวยกาการกีฬา ตัวแทนกีฬา องค์กรควบคุม ระดับชาติและการกีฬาอาชีพ ในแง่ของการจัดการกีฬาในด้านต่อไปนี้ด้านการศึกษามาแล้วองค์ การที่ทำหน้าที่เป็นสถานที่ฝึกงาน

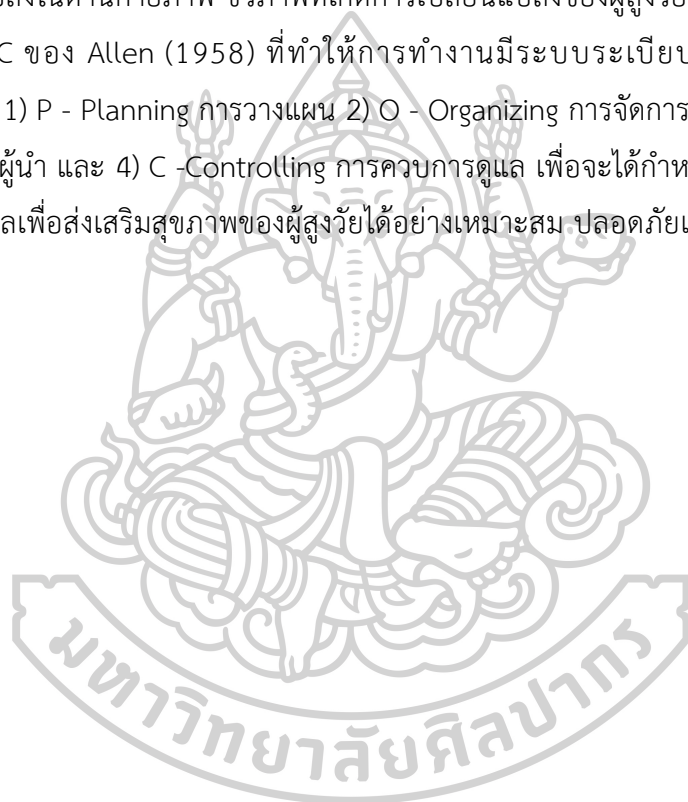
สำหรับนักศึกษาปริญญาโท จำนวนชั่วโมงรวมสำหรับการฝึกงาน หน้าที่หลักของผู้จัดการกีฬา และการรับรองวุฒิสำหรับผู้จัดการกีฬา

Nikolai & Robinson (2009) ศึกษาเรื่อง การเปรียบเทียบระบบพัฒนากีฬาเป็นเลิศโดยหาแนวปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Benchmarking) เป็นวิธีการที่ศึกษาแนวทางการปฏิบัติที่เป็นเลิศเป็นแบบอย่าง ค้นหาแนวทางที่ต้องปรับปรุงเมื่อทำการวิเคราะห์แนวปฏิบัติที่ประสบความสำเร็จนำไปใช้เพื่อพัฒนาความก้าวหน้าต่อไป เพื่อความสำเร็จให้สูงขึ้นไปจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องเข้าใจว่า “เรา” และ “คนอื่น” มีการดำเนินการอย่างไร โดยมีชั้น ตอนที่สำคัญดังนี้ 1) วิเคราะห์โครงสร้างภายใน (Internal) เป็นการเปรียบเทียบการดำเนินงานที่มีความคล้ายคลึงกัน ภายในองค์กรตัวเอง 2) ภาวะการแข่งขัน (Competitive) เป็นการเปรียบเทียบกับคนหรือองค์กรที่ดีที่สุดที่เป็นคู่แข่งกัน โดยตรง 3) หน้าที่การทำงาน (Functional) เป็นการเปรียบเทียบวิธีการกับหน่วยงานอื่นที่มี กระบวนการในบทบาทหน้าที่ที่เหมือนกัน และ 4) กระบวนการทำงานทั่วไป (Generic Process) เป็น การเปรียบเทียบกระบวนการทำงานกับคนอื่น ๆ ที่มีนวัตกรรมสร้างสรรค์ เช่น กระบวนการทำงาน ซึ่งรูปแบบนี้เป็นรูปแบบที่ใช้ในระบบกีฬาเป็นเลิศ ซึ่งจากผลการศึกษาพบว่าทำ Benchmarking มีอุปสรรคในการนำไปใช้ ถ้าปฏิบัติคิดว่าจะเป็นการลอกเลียนแบบ ดังนั้นควรใช้เทคนิคการบริหาร จัดการ และนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาและปฏิบัติขั้นตอนของการศึกษาเปรียบเทียบ และแก้ไข เพื่อให้เกิดแนวทางในการบริหารจัดการอันเป็นรูปแบบที่ตนเองสามารถปฏิบัติได้มากที่สุด

Shergold, Lyons, and Hubers (2014) ศึกษาเรื่อง อนาคตภาพของการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ในประเทศอังกฤษ ในการรักษาความเป็นอยู่ที่ดีและคุณภาพชีวิตของสังคมผู้สูงอายุ ด้วยสถานการณ์จำลองถึงการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอีก 20 ปีข้างหน้า เพื่อหาความต้องการผ่านการจำลองสถานการณ์และการสัมภาษณ์เชิงลึก นำไปสู่การจัดหาความต้องการจากภาครัฐ พบว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการอยู่บนพื้นฐานของการสามารถดูแลตนเองได้อย่างอิสระ ด้วยการสื่อสารผ่านเทคโนโลยี การรับความช่วยเหลือจากผู้อื่นเป็นเทคโนโลยีการดูแลสุขภาพแบบใหม่ รวมทั้งการคมนาคมที่เหมาะสมโดยผู้สูงอายุสามารถร้องขอได้ทันเวลาและสะดวก รวดเร็ว ตามความต้องการของผู้สูงอายุ

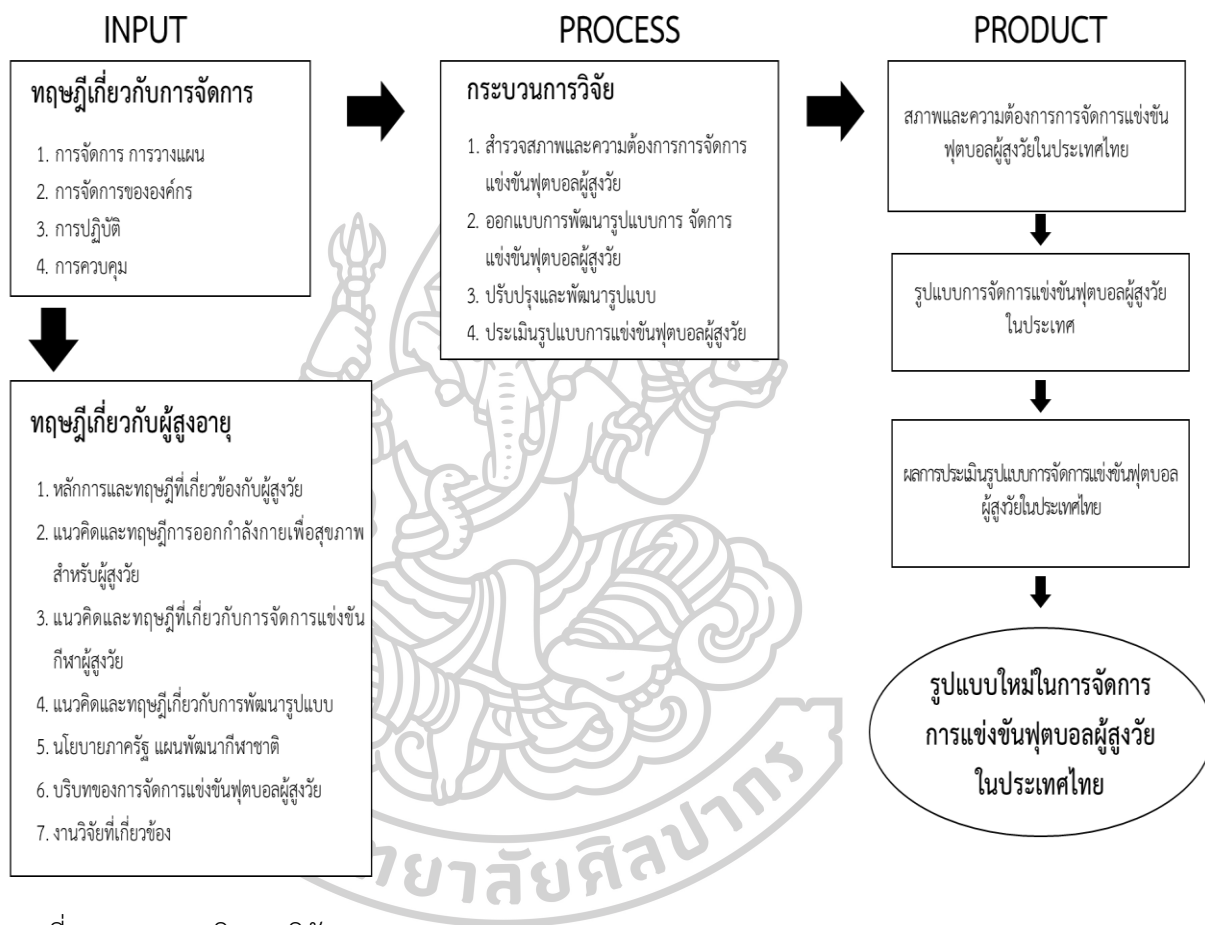
Nilsson (2019) ศึกษาเรื่อง รูปแบบการทำงานของผู้สูงอายุในประเทศสวีเดน จากการศึกษาวิเคราะห์เอกสารและการศึกษาเชิงลึก ด้วยการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่มและการสังเกตการณ์กับผู้สูงอายุ 55-57 ปี พบว่าการพัฒนารูปแบบนั้น ต้องมีการกำหนดขนาดชุมชนเพื่อให้รูปแบบที่ได้เหมาะสม ครอบคลุม สามารถแบ่งได้ 3 ระดับ คือระดับปัจเจก ระดับชุมชน และระดับสังคม เนื่องจากขนาดชุมชนมีผลต่อความต้องการ รูปแบบและโครงสร้างที่แตกต่างกัน การพัฒนารูปแบบภายใต้ผู้สูงอายุนั้น ต้องมีคณวิทำงาน องค์กร และชุมชนมีส่วนร่วมส่งเสริม สนับสนุนในการพัฒนารูปแบบต่าง ๆ พร้อมกันไปด้วย

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องพอจะสรุปได้ว่า จากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในประเทศไทยและทั่วโลกจากโรคระบาดโควิด-19 และสถานการณ์ด้านอื่น ๆ ส่งผลให้เกิดการผลักดันนโยบายจากภาครัฐบาลที่ส่งเสริม สนับสนุน ให้ประชากรทุกเพศ ทุกวัย ให้ออกกำลังกาย เล่นกีฬา เพื่อพัฒนาสุขภาพ ผลามัยให้เกิดสุขภาพที่ดีที่สุดในช่วงวัยของแต่ละบุคคล ตามแผนนโยบายในการพัฒนากีฬาของชาติ ส่งผลต่อผู้สูงวัยในกิจกรรมต่าง ๆ ด้วย โดยเฉพาะในกีฬาฟุตบอล ประกอบกับการเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงวัยที่สนใจในการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัยในชาติ จึงมีความจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้และศึกษาทฤษฎีต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย เพื่อได้ทราบถึงข้อมูลการเปลี่ยนแปลงในด้านกายภาพ ชีวภาพที่เกิดการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงวัย ตามแนวคิดทฤษฎีการจัดการ POLC ของ Allen (1958) ที่ทำให้การทำงานมีระบบระเบียบ และมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย 1) P - Planning การวางแผน 2) O - Organizing การจัดการองค์กร 3) L - Leading ภาวะการเป็นผู้นำ และ 4) C -Controlling การควบคุมดูแล เพื่อจะได้กำหนดรูปแบบกิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยได้อย่างเหมาะสม ปลอดภัยและมีประสิทธิภาพมากที่สุด



กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับ การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อนำแนวคิดทฤษฎี สำคัญมาใช้ในการกำหนดกรอบแนวคิดในการศึกษา ซึ่งวางกรอบไว้ดังนี้



ภาพที่ 6 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบ การเก็บรวบรวมข้อมูลรูปแบบ การวิจัย และพัฒนา (Research and Development) นี้ โดยมีวัตถุประสงค์ในการวิจัย คือ 1) เพื่อศึกษา สภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย และ 3) เพื่อประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย โดยมี ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาสภาพและความต้องการของการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

วัตถุประสงค์ของขั้นตอนที่ 1 เพื่อศึกษาสภาพและความต้องการ การจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ซึ่งประกอบด้วย ฝ่ายจัดการแข่งขัน ผู้จัดการทีมกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีม และนักกีฬาฟุตบอลและผู้ติดตามนักกีฬาของผู้สูงวัย แบ่งเป็น 4 ภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลางและภาคใต้ ภายในจังหวัด อำเภอหรือท้องถิ่นที่มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย รวมจำนวน 78 จังหวัด จากประชากรไม่เกิน 100,000 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ซึ่งประกอบด้วย ฝ่ายจัดการแข่งขัน ผู้จัดการทีมกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีม และนักกีฬาฟุตบอลและผู้ติดตามนักกีฬาของผู้สูงวัย ภายในภูมิภาคแบ่งเป็น 4 ภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลางและภาคใต้ ภายในจังหวัด อำเภอหรือท้องถิ่นที่มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย รวมจำนวน 78 จังหวัด จากประชากรจำนวนไม่เกิน 100,000 คน การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีเปิดตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie and Morgan (1970) ที่ระดับความเชื่อมั่นในการสุ่ม 95% จากประชากรจำนวนไม่เกิน 100,000 คน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 383 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ กลุ่มผู้ดำเนินการจัดการแข่งขัน ใช้การเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) จำนวน 8 คน ประกอบด้วย ผู้จัดการแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขันกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย จากทั่วประเทศที่เคยมีประสบการณ์ในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ในรายการต่าง ๆ เช่นรายการกีฬาฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ รายการฟุตบอลอาวุโสชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย รายการฟุตบอลอาวุโสภายในภูมิภาค จังหวัดและอำเภอ ทั้งภาครัฐ เอกชนและรัฐวิสาหกิจ จำนวน 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถามสภาพและความต้องการ การจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยและแบบสัมภาษณ์เชิงลึก

วิธีการสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. แบบสอบถามสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย มีวิธีการสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

1.1 ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎี จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอล

1.2 กำหนดกรอบแนวคิด ประเด็นคำถาม ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมของผู้สูงวัย

1.3 สร้างแบบสอบถาม เรื่องสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

1.4 นำแบบสอบถามสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ประกอบไปด้วย อาจารย์ที่มีประสบการณ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ด้านกีฬาฟุตบอล ด้านวิจัยและประเมินนักวิชาการด้านกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบสอบถามที่สร้างขึ้น ผลการตรวจสอบมีค่า IOC อยู่ระหว่าง .80 – 1.00 ซึ่งมีค่ามากกว่า 0.5 สามารถนำไปใช้ได้

1.5 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่ผ่านการประเมินจากผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ (Pilot Study) กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน เพื่อความเป็นไปได้ของแบบสอบถาม และความเข้าใจในข้อความถาม

2. แบบสัมภาษณ์เชิงลึก มีวิธีการสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

2.1 ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎี จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอล

2.2 กำหนดกรอบแนวคิด ประเด็นคำถาม ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมของผู้สูงวัย

2.3 สร้างแบบสัมภาษณ์ เรื่อง สภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

2.4 นำแบบสัมภาษณ์สภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ประกอบไปด้วย อาจารย์ที่มีประสบการณ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ด้านกีฬาฟุตบอล ด้านวิจัยและประเมินนักวิชาการด้านกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบสอบถามที่สร้างขึ้น ผลการตรวจสอบมีค่า IOC 1.00 ซึ่งมีค่ามากกว่า 0.5 สามารถนำไปใช้ได้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากบัณฑิตวิทยาลัยและคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ เพื่อขอความร่วมมือในการสัมภาษณ์ ผู้เชี่ยวชาญ และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

2. นำส่งบันทึกข้อความเชิญให้ข้อมูลในการวิจัยถึงผู้ให้ข้อมูลสำคัญด้วยตัวผู้วิจัยเอง ในกรณีที่ไม่สามารถนำเอกสารไปส่งผู้เชี่ยวชาญด้วยตนเอง จะใช้วิธีการส่งเอกสารออนไลน์ผ่านระบบจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (e-mail) หรือการส่งเอกสารด่วน (EMS)

3. ทำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยและคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ เพื่อขออนุญาตดำเนินการวิจัยเก็บข้อมูลกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

4. ผู้วิจัยติดต่อประสานงานไปยังกลุ่มผู้ให้ข้อมูลเพื่อการวิจัยขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลและดำเนินการ สัมภาษณ์ด้วยตนเองทั้งในสถานที่ทำงานของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง หากไม่สามารถเดินทางไปสัมภาษณ์ได้ ใช้วิธีการสัมภาษณ์ออนไลน์ผ่านโปรแกรม Zoom Team หรือ Line

5. ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสัมภาษณ์เชิงลึกที่ได้รับ

การวิเคราะห์ข้อมูล

สำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลของการสัมภาษณ์แบบเชิงลึกที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล (Content Analysis) นำเสนอเป็นความเรียง ส่วนข้อมูลเชิงปริมาณจากแบบสอบถาม มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

โดยนำข้อมูลที่ได้จาก การศึกษาในขั้นตอนที่ 1 มากำหนดรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ

วัตถุประสงค์ของขั้นตอนที่ 2 เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ดำเนินการเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) โดยเป็นผู้เชี่ยวชาญ ด้านการดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอลจากภาครัฐ เอกชน และ รัฐวิสาหกิจ จำนวน 5 คน เก็บข้อมูลโดยใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ ประเด็นสนทนาก่อนการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ เพื่อขอความร่วมมือในการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ของผู้เชี่ยวชาญ
2. นำส่งเอกสารการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ด้วยตนเอง ในกรณีที่ไม่สามารถนำเอกสารไปส่งผู้เชี่ยวชาญด้วยตนเอง จะใช้วิธีการส่งเอกสารออนไลน์ผ่านระบบจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (e-mail) หรือการส่งเอกสารด่วน (EMS)
3. จัดสนทนากลุ่ม เพื่อประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย โดยใช้วิธีการประชุมทั้งรูปแบบ Online Onsite
4. นำผลที่ได้จากการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ของผู้เชี่ยวชาญ มาสรุปเพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงเพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลจากการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ของผู้เชี่ยวชาญ มาวิเคราะห์ข้อมูล (Content Analysis)

ขั้นตอนที่ 3 การรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย โดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับฟุตบอลของผู้สูงวัย

วัตถุประสงค์ของขั้นตอนที่ 3 เพื่อรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) โดยเป็นผู้เชี่ยวชาญ มีประสบการณ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ด้านกีฬาฟุตบอล ด้านวิจัยและประเมิน หรือนักวิชาการด้านกิจกรรมที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับฟุตบอลของผู้สูงวัยในประเทศไทย จำนวน 15 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย ประเด็นสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ แบบประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

วิธีการสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแบบประเมินรูปแบบ

1. ได้รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย
2. สร้างแบบประเมิน เรื่อง รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย
3. นำแบบประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ประกอบไปด้วย อาจารย์ที่มีประสบการณ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ด้านกีฬาฟุตบอล ด้านวิจัยและประเมิน นักวิชาการด้านกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบประเมินที่สร้างขึ้น ผลการตรวจสอบมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.80 – 1.00 ซึ่งมีค่ามากกว่า 0.5 สามารถนำไปใช้ได้
4. ผู้วิจัยนำแบบประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่ผ่านการประเมินจากผู้เชี่ยวชาญด้านวิชาการ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย รับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ เพื่อรับรองรูปแบบจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง คือ ผู้ดำเนินการจัดการแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขัน จากทั่วประเทศที่จัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย และ ผู้จัดการทีมฟุตบอลของผู้สูงวัย ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีมและนักกีฬาฟุตบอลผู้สูงวัย

2. นำส่งหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในประเทศไทยด้วยตนเอง ในกรณีที่ไม่สามารถนำเอกสารไปส่งผู้เชี่ยวชาญด้วยตนเอง จะใช้วิธีการส่งเอกสารออนไลน์ผ่านระบบจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (e-mail) หรือการส่งเอกสารด่วน (EMS)

3. จัดสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship) เพื่อประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย โดยใช้วิธีการประชุมทั้งรูปแบบ Online และ Onsite

4. นำผลที่ได้จากการสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship) รับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยจากผู้ดำเนินการจัดการแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขัน จากทั่วประเทศที่จัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย และ ผู้จัดการทีมกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีมและนักกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย มาใช้เป็นรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ต่อไป

5. ได้รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยใหม่

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลจากการสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship) ที่ได้จากการรับรองรูปแบบของผู้จัดการแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขัน จากทั่วประเทศที่จัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย และผู้จัดการทีมกีฬาฟุตบอลอาวุโส ผู้ฝึกสอน เจ้าหน้าที่ทีมและนักกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย จากแบบประเมินรับรองรูปแบบ มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า Rating Scale มี 5 ระดับด้วยวิธีแบบลิเคิร์ต (Likert) บุญชม ศรีสะอาด (2560) โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนของระดับความคิดเห็นแต่ละระดับ ดังนี้

ข้อความนั้นเป็นไปได้มากที่สุด	มีค่าเท่ากับ 5 คะแนน
ข้อความนั้นเป็นไปได้มาก	มีค่าเท่ากับ 4 คะแนน
ข้อความนั้นเป็นไปได้ปานกลาง	มีค่าเท่ากับ 3 คะแนน
ข้อความนั้นเป็นไปได้น้อย	มีค่าเท่ากับ 2 คะแนน
ข้อความนั้นเป็นไปได้น้อยที่สุด	มีค่าเท่ากับ 1 คะแนน

โดยเกณฑ์การแปลค่า มีดังนี้	ค่าเฉลี่ย	ระดับความคิดเห็น
	4.51-5.00	ส่งผลมากที่สุด
	3.51-4.50	ส่งผลมาก
	2.51-3.50	ส่งผลปานกลาง
	1.51-2.50	ส่งผลน้อย
	1.00-1.50	ส่งผลน้อยที่สุด

นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Content Analysis) โดยนำมาใช้เป็นรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

ตารางที่ 2 แสดงขั้นตอนการวิจัย

ขั้นตอนการวิจัย	ขั้นตอนที่ 1	ขั้นตอนที่ 2	ขั้นตอนที่ 3
1.ขั้นตอนการวิจัย	1. การสัมภาษณ์ 2. การสำรวจด้วยแบบสอบถาม	1. เทคนิคสนทนากลุ่ม โดยผู้เชี่ยวชาญ	1. เทคนิคการสัมภาษณ์ ผู้เชี่ยวชาญ
2.การเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	1. วิธีเลือกแบบเฉพาะเจาะจง 2. สุ่มอย่างง่าย	1. วิธีเลือกแบบเฉพาะเจาะจง	1. วิธีเลือกแบบเฉพาะเจาะจง 1. จำนวน 15 คน
3.จำนวนกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	1. แบบสอบถาม 400 คน 2. แบบสัมภาษณ์ 8 คน	1. จำนวน 5 คน	1. จำนวน 15 คน
4.เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	1. แบบสัมภาษณ์และแบบสอบถาม	1. ประเด็นสนทนากลุ่ม	1. แบบประเมินรับรองรูปแบบ
5.วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	1. การสัมภาษณ์เชิงลึกและการสำรวจโดยใช้แบบสอบถาม	1. การสนทนากลุ่ม	1. การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ
6. การวิเคราะห์	1. สัมเคราะห์ข้อมูล	1. สัมเคราะห์ข้อมูล	1. สัมเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอนการวิจัย	ขั้นตอนที่ 1	ขั้นตอนที่ 2	ขั้นตอนที่ 3
ข้อมูล	เรียบเรียงเป็นความเรียงเชิงเนื้อหา(Content Analysis) ส่วนข้อมูลเชิงปริมาณ จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ โดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	เรียบเรียงเป็นความเรียงเชิงเนื้อหา (Content Analysis)	เรียบเรียงเป็นความเรียงเชิงเนื้อหา(Content Analysis)



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบ การเก็บรวบรวมข้อมูลรูปแบบ การวิจัย และพัฒนา (Research and Development) นี้ โดยมีวัตถุประสงค์ในการวิจัย คือ 1) เพื่อศึกษา สภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย และ 3) เพื่อประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ซึ่งผู้วิจัย ได้กำหนดการนำเสนอผลการวิจัยดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ของผู้สูงวัยในประเทศไทย

ตอนที่ 2 ผลการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยใน ประเทศไทย

ตอนที่ 3 ผลการประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยใน ประเทศไทย

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของ ผู้สูงวัยในประเทศไทย

ผลการลงพื้นที่ศึกษา

ผลการศึกษาสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูง วัยในประเทศไทยจากการลงพื้นที่ศึกษาสภาพการจัดการแข่งขัน พบว่า ผู้สูงวัยเป็นกลุ่มที่มีจำนวน ประชากรที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและมีความสนใจในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา โดยเฉพาะ ฟุตบอลเป็นกีฬาที่มีคนสนใจ มีการจัดการแข่งขันกันทั่วไปในกลุ่มของผู้สูงวัยในทั่วทุกพื้นที่ ทั่วทุกภาค ของประเทศไทย มีการจัดการแข่งขันหลากหลายรูปแบบ เช่น ฟุตบอล 7 คน ฟุตบอล 9 คน และ ฟุตบอล 11 คน มีความแตกต่างกันออกไปตามวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขัน เช่น มีการจัดการ แข่งขันเพื่อการกุศล การจัดการแข่งขันเพื่อหารายได้ช่วยเหลือเพื่อนประสพภัยในด้านต่าง ๆ การ แข่งขันฟุตบอลในหน่วยงาน ในองค์กร สถาบัน ศิษย์เก่าและชมรมต่าง ๆ รวมถึงการจัดการแข่งขัน เพื่อชิงเงินรางวัลและการจัดการแข่งขันเพื่อความเป็นเลิศ ซึ่งการจัดการแข่งขันกีฬาฟุตบอลของผู้สูง วัยที่จัดขึ้น ล้วนส่งผลต่อการมีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่ดี โดยนักกีฬาผู้สูงวัยจำเป็นต้องมีสุขภาพ ร่างกาย สมรรถภาพทางกายหลายด้าน ๆ ที่ดีด้วยเช่นกัน เช่น ต้องใช้ความอดทนของระบบไหลเวียน เลือด ระบบความอดทนของกล้ามเนื้อ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความคล่องแคล่วว่องไวและ

ความเร็ว รวมถึงปฏิบัติการตัดสินใจในสถานการณ์ของการแข่งขันฟุตบอล ซึ่งสมรรถภาพโดยภาพรวมเหล่านี้จะส่งผลให้ผู้สูงอายุ จะยังคงรักษาสภาพร่างกายให้แข็งแรงต่อไปอีกด้วย ซึ่งสภาพการจัดการแข่งขันที่ดี มีมาตรฐาน จะมีผลต่อการช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุให้เพิ่มขึ้นอีกด้วย



ภาพที่ 7 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 11 คน การกุศลหาเงินสมทบทุนช่วยเหลือเพื่อนนักฟุตบอลที่ป่วยจากปัญหาสุขภาพ จัดโดยการกีฬาแห่งประเทศไทย ณ สนามราชวังมัจฉากีฬาสถาน



ภาพที่ 8 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 11 คน การแข่งขันฟุตบอลอาวุโส ระดับภาค MOLTEN THAILAND CUP 2022 ณ สนามเฉลิมพระเกียรติ บางบอน กรุงเทพมหานคร



ภาพที่ 9 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 11 คน การแข่งขันฟุตบอลบุคลากร มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ณ สนามมหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี



ภาพที่ 10 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 11 คน การแข่งขันฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ ประจำปี 2566 ณ สนามกีฬาเทศบาลเมืองจังหวัดแม่ฮ่องสอน



ภาพที่ 11 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 7 คน ทำเรืออาวุโส ชูเปอร์ คัพ ณ สนามกีฬาเทศบาลเมืองท่าเรือพระแท่น อำเภอท่าเรือ จังหวัดกาญจนบุรี



ภาพที่ 12 ภาพการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุ 7 คน ชิงเงินรางวัล ณ สนามหญ้าเทียม อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี

1. ผลการศึกษาสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกและข้อคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ จำนวน 8 คน แบ่งเป็นประเด็นได้เป็น 7 ด้าน ดังต่อไปนี้

1.1 ด้านการจัดการแข่งขัน

โดยทั่วไปสภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่มีการจัดการแข่งขัน โดยส่วนใหญ่นิยมจัดการแข่งขันฟุตบอล 7 คนมากที่สุด มีการแข่งขันกันทั่วทุกภูมิภาค จัดการแข่งขันเป็นรายการทัวร์นาเมนต์แบบเร่ร่อน มีการจัดการแข่งขันวันเดียวหรือสองวันก็เสร็จสิ้น การจัดการแข่งขันและมีการจัดการแข่งขันแบบลีกที่มีการแข่งขันแบบพบกันหมดทุกทีม โดยที่จัดการแข่งขันสัปดาห์ละครั้ง จัดการแข่งขันทุกสัปดาห์ โดยส่วนใหญ่จะจัดแข่งขันในช่วงเย็นและค้างจนถึงดึก หลังเลิกงานของวัน จัดการแข่งขันในช่วงวันจันทร์-ศุกร์ โดยในวันเสาร์อาทิตย์ส่วนใหญ่ที่จัดการแข่งขันจะเป็นการแข่งขันรายการแบบทัวร์นาเมนต์ โดยภาพรวมส่วนใหญ่ที่มีการจัดการแข่งขันมักจะมีการวางแผนงานด้านการจัดการแข่งขันของผู้จัดการแข่งขันแบบเรียบง่าย ไม่เป็นทางการมากนัก มีการจัดการโดยกลุ่มคนจำนวนไม่เกิน 5-7 คน

โดยมีการแจ้งวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันให้ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอนและนักกีฬาได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขัน โดยแจ้งผ่านเพจ เฟสบุ๊ค รายละเอียดแบบรวบรัด ไม่ได้ร่างเป็นระเบียบการแข่งขันที่ครอบคลุมชัดเจนมากนัก เป็นเพียงแบบที่ให้ผู้เข้าร่วมการแข่งขันทราบ รายละเอียดโดยภาพรวมว่ามีการจัดการแข่งขัน มีความยืดหยุ่นตามสถานการณ์ของการจัดการแข่งขัน เพื่อให้การแข่งขันดำเนินไปได้ โดยการจัดการแข่งขันเกิดจากการประชุมวางแผนงานแบบเร่งด่วน ขาดการวางแผนอย่างรอบคอบ หรือการจัดการแข่งขันที่ฝ่ายจัดการแข่งขันอยากทดลองจัดการแข่งขันเพื่อหาประสบการณ์และความท้าทายใหม่ในการจัดการแข่งขัน โดยส่วนใหญ่เคยมี

ประสบการณ์ในการจัดการแข่งขันในรุ่นเยาวชน ประชาชน มาก่อนและมีความคุ้นเคยกับนักกีฬาฟุตบอลที่เคยเข้าร่วมการแข่งขันในรุ่นต่าง ๆ มาแล้วและยังคงอยากให้นักกีฬาฟุตบอลผู้สูงวัย มีเวทีในการแสดงความสามารถตามช่วงวัยของตนหรือจัดการแข่งขันเพื่อหาเงินงบประมาณเข้าชมรม สมาคม เพื่อนำไปใช้เป็นประโยชน์ต่อชุมชน ช่วยเหลือสังคมในด้านต่าง ๆ ต่อไป โดยการจัดการแข่งขันในลักษณะนี้จะมีการจัดแบบชั่วคราวชั่วคราว ตามวาระความจำเป็นในการจัดการแข่งขัน ส่วนหนึ่งสาเหตุเพราะนักกีฬาฟุตบอลผู้สูงวัยมีความสามารถทางด้านเศรษฐกิจและมีความมั่นคงในอาชีพการงานมากกว่านักกีฬาฟุตบอลในรุ่นอื่น ๆ จึงมีความสามารถเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันได้ด้วยความยินยอมและสมัครใจ

การจัดการแข่งขันที่จัดขึ้นในเชิงธุรกิจเพื่อจะต่อยอดธุรกิจทางการกีฬาของผู้จัดการแข่งขัน การจัดการแข่งขันในบางรายการเพื่อประชาสัมพันธ์ธุรกิจเกี่ยวกับสนามกีฬา เปิดสนามฟุตบอลหญ้าเทียมหรือเปิดสนามฟุตบอลหญ้าจริงให้เขาจัดกิจกรรม หรือจัดการแข่งขันฟุตบอลในรายการต่าง ๆ ซึ่งการจัดการแข่งขันจะเป็นการแข่งขันฟุตบอลเหมือนรุ่นเยาวชนหรือประชาชนทั่วไป โดยไม่ได้คำนึงถึงกลุ่มที่เข้าร่วมการแข่งขันว่าเป็นกลุ่มผู้สูงวัย ซึ่งบางครั้งอาจส่งผลให้ต้องปรับแก้ปัญหาในขณะที่แข่งขัน ตามสถานการณ์ของปัญหาที่เกิดขึ้นจริง ส่งผลให้การจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัยที่จัดการในลักษณะนี้จัดได้แค่ครั้งสองครั้งก็ต้องยุติการแข่งขันไปโดยปริยาย

รายการแข่งขันฟุตบอล 11 คน ในรุ่นของผู้สูงวัยที่นิยมจัดการแข่งขัน ส่วนมากจะเป็นการแข่งขันของหน่วยงาน องค์กรต่าง ๆ เช่น องค์กรรัฐวิสาหกิจ ทบวงมหาวิทยาลัย ศิษย์เก่าในแต่ละสถาบันการศึกษา หรือการจัดการแข่งขันในรูปแบบตัวแทนจังหวัด จัดการแข่งขันในภูมิภาคหรือหาตัวแทนมาแข่งในรอบประเทศ เช่นรายการกีฬาฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ ฟุตบอลอาวุโสไทยแลนด์คัพ ฟุตบอลชิงชนะเลิศประเทศไทย ฟุตบอลจุฬาลงกรณ์ลีก ฟุตบอลทัวร์นาเมนต์กีฬาบุคลากรแห่งประเทศไทย ฟุตบอลอาวุโสของสมาคมอาวุโสแห่งประเทศไทย รายการเหล่านี้ โดยส่วนใหญ่มีวัตถุประสงค์การแข่งขันที่เชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างองค์กรหรือหน่วยงานแต่แฝงไปด้วยความจริงจังและความเป็นเลิศไปด้วยกัน การจัดการแข่งขันก็จะมีมาตรฐานในการจัดการแข่งขันในด้านต่าง ๆ มากกว่าฟุตบอล 7-9 คน ที่จัดการแข่งขันกันโดยทั่วไป เช่น ในด้านสถานที่ รถพยาบาล การรักษาความปลอดภัย และมีฝ่ายจัดการแข่งขันที่มีหน้าที่ในการรับผิดชอบในแต่ละฝ่ายชัดเจนยิ่งขึ้นและมีระเบียบการแข่งขันที่รัดกุมมากขึ้น โดยส่วนใหญ่ที่จัดการแข่งขันจะสามารถควบคุมการแข่งขันให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการแข่งขัน เนื่องจากส่วนหนึ่งเป็นกลุ่มที่เข้าร่วมและเป็นเครือข่ายที่รู้จักกันและเข้าใจในวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่แท้จริง ซึ่งในบางครั้งอาจมีปัญหาบ้างกับนักกีฬาบางกลุ่มที่แข่งขันโดยเน้นผลการแข่งขันหรือเพื่อต้องการชัยชนะหรือความเป็นเลิศ ดังนั้นการแจ้งวัตถุประสงค์ในการแข่งขันให้ทุกคนได้ทราบ โดยมีการร่างระเบียบการแข่งขันจะช่วยส่งผลให้การแข่งขันลุล่วงไปตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ โดยในบางครั้งฝ่ายจัดการแข่งขันอาจสอดแทรกวัตถุประสงค์

ในการจัดการแข่งขันไปในขณะมีการบรรยายเกมการแข่งขันเพื่อให้นักกีฬา ผู้ชม ผู้ติดตาม ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้รับทราบร่วมกันไปด้วย ยิ่งเป็นการย้ำเตือนให้ทราบถึงวัตถุประสงค์หลักและวัตถุประสงค์รองในการแข่งขันเพิ่มมากยิ่งขึ้น

สำหรับความต้องการของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน มีความต้องการทราบถึงวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ชัดเจนแน่นอน ไม่ว่าจะเป็นวัตถุประสงค์หลักในการจัดการแข่งขัน และวัตถุประสงค์รองที่เกิดจากผลพลอยได้จากวัตถุประสงค์หลัก เช่น การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย การพบประสังสรรค์ การเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างองค์กร หน่วยงาน สถาบัน ซึ่งบางรายการก็มีการกำหนดให้มี กรอบ วัตถุประสงค์ของการจัดการแข่งขันที่มีความชัดเจน มีความเป็นมาตรฐาน เน้นความปลอดภัยในทุก ๆ ด้าน เพื่อให้เกิดความผิดพลาดในการจัดการแข่งขันให้น้อยที่สุด

ซึ่งถ้าฝ่ายจัดการแข่งขันมีการจัดการวางแผนงานที่ดีก็สามารถควบคุมการแข่งขันให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้ และในกรณีการจัดการแข่งขันสำหรับบางรายการมีการจัดการแข่งขันที่รวบรัดและจัดให้จบการแข่งขันในกรอบเวลาที่สั้นและกระชับให้มากที่สุด โดยจะต้องไม่ลืมที่จะคำนึงถึงว่า กลุ่มที่เข้าร่วมการแข่งขันเป็นกลุ่มผู้สูงวัย ที่เป็นกลุ่มเปราะบางและจำเป็นต้องมีความระมัดระวังในการจัดการแข่งขันเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งผลสภาพที่เกิดขึ้น สะท้อนให้ฝ่ายจัดการแข่งขันได้รับทราบได้จากการจัดการแข่งขัน เช่น ผู้ที่เข้าร่วมการแข่งขันเกิดการบาดเจ็บ ผู้เข้าร่วมการแข่งขันไม่มีความสนุกกับการแข่งขัน มีความขัดแย้งกันในด้านกฎกติกา ไม่เข้าใจวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันจนเกิดมีข้อครหาต่าง ๆ ตามมาภายหลังจากการจัดการแข่งขันอีกมากมาย ซึ่งล้วนเกิดมาจากการจัดการแข่งขันทั้งสิ้น ข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญ ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“ในด้านการจัดการแข่งขัน ต้องมีการพิจารณาด้านปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันในรอบ ๆ ด้าน และมีการศึกษาข้อมูลจากจากการจัดการแข่งขันในหลากหลายสถานที่ เพื่อเป็นประโยชน์ในการบริหารจัดการและวางรูปแบบการแข่งขัน ให้เป็นที่พึงพอใจและประทับใจผู้เข้าร่วมการแข่งขันที่เป็นผู้สูงวัยให้มากที่สุดเพื่อให้สนุกและมีความสุขในการร่วมกิจกรรมการแข่งขันในทุก ๆ รายการแข่งขันที่มีการจัดการแข่งขัน” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 1)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญให้ความเห็นเพิ่มเติมว่า

“ประเด็นด้านการเงินและงบประมาณของการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยถือเป็นอีกปัจจัยหลักที่สำคัญในการจัดการแข่งขันและเป็นการกำหนดวัตถุประสงค์และรูปแบบการแข่งขันไปในตัว ซึ่งโดยส่วนมากที่มีการจัดการแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขันมักจะเน้นงบประมาณส่วนใหญ่ที่ได้มาจากเงินค่าสมัคร การรับสมัครทีมเข้าร่วมการแข่งขันจำนวนหลาย ๆ ทีม เพื่อจะวางแผนการจัดและวาง

รูปแบบการจัดการแข่งขันได้เหมาะสมและผู้สนับสนุนการแข่งขันจากภาครัฐบาล และเอกชนที่เห็นความสำคัญในการสนับสนุนส่งเสริมการแข่งขันของผู้สูงวัย แต่แท้ที่จริงแล้วผู้จัดการแข่งขันควรมีการวางแผนการจัดการแข่งขัน มีการวางระบบการจัดการแข่งขันไว้ก่อนล่วงหน้า มีการเขียนโครงการ มีการวางแผนรายละเอียดในการใช้งบประมาณในการจัดการแข่งขันเพื่อของงบประมาณล่วงหน้า ทางงบประมาณสนับสนุนล่วงหน้า จากองค์กรจากภาครัฐและเอกชนที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ การกีฬาแห่งประเทศไทย การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย กรมการปกครอง องค์กรบริหารส่วนจังหวัด องค์กรบริหารส่วนตำบล เทศบาล จัดการแข่งขันในรูปแบบการมีส่วนร่วมแบบมีเครือข่ายในการจัดการแข่งขัน ถ้ามีการวางแผนงานล่วงหน้าและมีการเตรียมงาน ปัญหาที่เกิดจากการจัดการแข่งขันที่หลาย ๆ ฝ่ายมีความวิตกกังวลก็อาจจะไม่เกิดขึ้น เช่น งบประมาณไม่เพียงพอต่อการจัดการแข่งขัน จากบางครั้งจำเป็นต้องกำหนดรูปแบบการแข่งขันลงตามงบประมาณที่มี ลดจำนวนครั้ง ในการแข่งขันและลดเงินรางวัลในกรณีที่มีสมัครไม่ครบตามจำนวนที่ตั้งเป้าหมายไว้ ลดความเสี่ยงต่อสถานะขาดทุนในการจัดการแข่งขันและเป็นการสร้างความผิดหวังให้กับทีมที่สมัครเข้าร่วมการแข่งขันและกรณีทีมไม่ครบตามจำนวนก็ยกเลิกการจัดการแข่งขัน การเกิดปัญหาด้านการจัดการแข่งขันในกรณีเช่นนี้ จะไม่มีทางเกิดขึ้นได้เลย” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 2)



ภาพที่ 13 ภาพการประชุมแบ่งงาน ด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย การจัดการแข่งขันฟุตบอลในรูปแบบทัวร์นาเมนต์ ฟุตบอล 11 คน ของผู้สูงวัย ฟุตบอลอาวุโสจังหวัดสตูล ประจำปี พ.ศ. 2567

1.2 ด้านรูปแบบการแข่งขัน

โดยทั่วไปสภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย นิยมจัดการจัดการแข่งขันกันมาก โดยส่วนใหญ่จะมีรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลเป็นแบบทัวร์นาเมนต์ ที่มีรูปแบบการแข่งขันแบบผสมผสาน มีการจับฉลากแบ่งสายและการแข่งขันแบบพบกันหมดในสาย หากทีมเข้ารอบสายละสองทีม และแข่งขันแบบแพ้คัดออกในรอบที่สอง เป็นต้นไป จนถึงรอบชิงชนะเลิศ โดยในรอบที่สอง อาจจัดทีมที่เข้ารอบเป็นที่หนึ่งของสายเป็นทีมวางและทีมที่เข้าที่สองของแต่ละสาย จับฉลากประกบเข้าคู่แข่งขัน และบางสนามก็จัดรูปแบบการจับฉลากแบบเสี่ยงดวง เอาทีมที่เข้ารอบมาในแต่ละสาย มาจับฉลากประกบคู่ได้ทุก ๆ ทีม โดยไม่มีทีมวางหรือทีมที่เป็นที่หนึ่งของแต่ละสายเป็นทีมเยือนในการจับฉลากและมีการจับฉลากในทุก ๆ รอบ เพื่อประกบคู่ในการแข่งขันหรือในบางสนามก็มีรูปแบบการจัดการแข่งขันที่วางโปรแกรมการแข่งขันในแต่ละรอบไว้ล่วงหน้าและมีการแจ้งให้ทุกทีมทราบในวันจับฉลากแบ่งสายหรือวันประชุมผู้จัดการทีม และมีรูปแบบการแข่งขันอีกแบบหนึ่งคือการแข่งขันแบบลีก ซึ่งเป็นรูปแบบการแข่งขันที่จัดการแข่งขันแบบพบกันหมดทุกทีม อาจจะเป็นแบบครั้งเดียวหรือพบกันหมดแบบมีทีมเหย้าและทีมเยือน มีการแข่งขันในทุกสัปดาห์แบบพบกันหมดทุกทีม แต่โดยส่วนใหญ่ที่จัดการแข่งขันนิยมใช้สนามกลางในการจัดการแข่งขันหรือสนามที่ฝ่ายจัดกำหนดไว้ และในการแข่งขันจะมีรูปแบบการแข่งขันแบบเอฟเอคัพ (FA Cup) ที่มีการแข่งขันแบบแพ้คัดออก ตั้งแต่การแข่งขันในรอบแรก โดยส่วนใหญ่รูปแบบการแข่งขันที่จัดการแข่งขัน มีทั้งเป็นประเภทฟุตบอล 7 คน ฟุตบอล 9 คนและฟุตบอล 11 คน แต่โดยส่วนมากจะจัดการแข่งขันในวันหยุด เสาร์-อาทิตย์ในรูปแบบรวบรัด ไม่ยืดเยื้อมาก มักจัดการแข่งขันให้เสร็จสิ้นการแข่งขันภายในสองวัน หรือช่วงเทศกาลหยุดยาว จนเป็นประเพณีและนิยมจัดการแข่งขันในรูปแบบนี้เป็นส่วนใหญ่

ในด้านรูปแบบการแข่งขันขึ้นอยู่กับฝ่ายจัดการแข่งขันจะดำเนินการแข่งขันในรูปแบบใด โดยการมีรูปแบบการแข่งขันที่ชัดเจนมีตารางการแข่งขันและดำเนินการแข่งขันได้ตามโปรแกรมตารางการแข่งขัน ซึ่งในการจัดวางโปรแกรมการแข่งขันทั่วไปในแต่ละสถานที่จะมีการจัดโปรแกรมที่แตกต่างกันออกไป บางสถานที่จัดโปรแกรมการแข่งขันให้จบและรู้ผลการแข่งขัน หากผู้เข้ารอบต่อไปเป็นช่วง ๆ เช่น ในช่วงเช้าก็จะเป็นสายบนก่อน ในกรณีที่มีการแบ่งสายการแข่งขัน เป็น 8 สาย ก็จะทำการแข่งขันในสาย A B C D ให้เสร็จสิ้นการแข่งขันก่อน จนจบครบทุกทีม และมีการแข่งขันในสายล่าง เป็นสาย E F G H ต่อเป็นช่วง ๆ และมีการแข่งขันในรอบแพ้คัดออกต่อไป บางสถานที่ก็ใช้การจับฉลากในรอบแพ้คัดออก โดยให้ทีมที่เข้า เป็นที่ 1 ในแต่ละสายเป็นทีมวาง จับทีมที่เข้ารอบเป็นที่ 2 ของสายมาจับเจอกัน โดยอาจจะมีการกำหนดวางโปรแกรมไว้ก่อนล่วงหน้า ให้ที่ 1 ของสาย A จะแข่งขันเป็นคู่แรกของการแข่งขัน ในรอบแพ้คัดออก เรียงลำดับไปจนถึงสายสุดท้ายและมีการจับฉลากใหม่อีกครั้งในรอบ 8 ทีม จนถึงรอบรองชนะเลิศ ซึ่งโดยส่วนใหญ่ในการจัดการแข่งขันที่เป็นทัวร์นาเมนต์ (Tournament) จะนิยมจัดโปรแกรมการแข่งขันในรูปแบบนี้กันมาก ซึ่งการจัดวางรูปแบบ

โปรแกรมการแข่งขันมีความจำเป็นจะต้องคำนึงถึงการจัดวางโปรแกรมแข่งขันที่ช่วยยืดหยุ่นด้านเวลา การพักเพื่อแข่งขันในแมทช์ต่อ ๆ ไป ถ้าฝ่ายจัดการแข่งขันเข้าใจรูปแบบการวางโปรแกรมที่เอื้อต่อทุก ๆ ทีม และสามารถวางแผนและบริหารจัดการแข่งขันได้ดีจะส่งผลต่อการจัดการแข่งขันในครั้งต่อ ๆ ไป และเป็นที่ยอมรับ แต่บางสถานที่ที่มีโปรแกรมการแข่งขันชัดเจนแต่ขาดความเด็ดขาดในการบริหารจัดการหรือขาดความชำนาญหรือประสบการณ์ในการจัดการแข่งขันส่งผลให้เกิดความล่าช้าและพบอุปสรรคปัญหาตามมาอีกมากมาย เป็นผลให้การจัดในครั้งต่อ ๆ ไปจะขาดความน่าเชื่อถือ เชื้อมั่นในการจัดและส่งผลให้เลิกจัดไปโดยปริยาย ต่างจากฝ่ายจัดที่มีการเตรียมการวางรูปแบบการจัดและมีทีมงานจัดที่มีความรับผิดชอบต่อน้ำที่ในการจัดก็จะสามารถจัดการแข่งขันในครั้งต่อ ๆ ไปและเมื่อมีการปรับปรุงแก้ไขและจัดรูปแบบให้มีมาตรฐานก็จะสามารถช่วยยกระดับการแข่งขันและพัฒนา รูปแบบการแข่งขันให้เหมาะสมกับผู้สูงวัยจะทำให้วงการฟุตบอลผู้สูงวัยมีความน่าสนใจและมีรูปแบบการแข่งขันที่จะช่วยพัฒนาส่งเสริมให้ผู้สูงวัยหันมาออกกำลังกายและเล่นกีฬาฟุตบอลเพิ่มมากขึ้นไปอีกด้วยและการจัดการแข่งขันโดยส่วนใหญ่ในรุ่นผู้สูงวัยที่มีการแข่งขันแบบมีการชิงเงินรางวัลแต่โดยเงินรางวัลจะไม่สูงมากและจะสังเกตได้ว่าการชิงเงินรางวัลที่สูงมากจะได้รับความสนใจจากทีมที่ส่งเข้าแข่งขันและจำนวนทีมสมัครจะเต็มก่อนวันปิดรับสมัคร เนื่องจากค่าสมัครจะไม่สูงมาก คุ่มค่ากับการเข้าร่วมแข่งขัน ส่วนในกรณีที่มีการชิงเงินรางวัลที่สูง ค่าสมัครก็สูงขึ้นด้วย ทำให้หลาย ๆ ทีมไม่กล้าสมัครเข้าร่วมการแข่งขัน เนื่องจากรูปแบบการแข่งขันไม่ได้แตกต่างกันกับการจัดการแข่งขันในแบบเดียวกันกับการชิงเงินรางวัลจำนวนน้อย และทีมที่มีเงินว่าจ้างนักเตะที่มีความสามารถมาก ๆ มารวมอยู่ในทีมเดียวกัน ทำให้การแข่งขันขาดอรรถรสในการรับชม ขาดความสนุกและรูปแบบการแข่งขันที่ตื่นเต้นน้อยลง

สำหรับความต้องการของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน มีความต้องการทราบถึงรูปแบบในการจัดการแข่งขันที่ชัดเจนแน่นอน เช่น มีการกำหนดตารางการแข่งขัน ความชัดเจนในการออกกฎกติกาของการแข่งขัน ระเบียบของการแข่งขัน เพื่อที่ทุกคนจะได้ทราบถึงเป้าหมายและรูปแบบการจัดที่ชัดเจน ต้องมีความชัดเจนในการวางโปรแกรมการจัดการแข่งขันให้ทุก ๆ ฝ่าย ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้รับทราบ มีการสอบถามทีมต่าง ๆ ก่อนแล้วนำมาสรุปเพื่อจะได้กำหนดรูปแบบการแข่งขันให้เหมาะสม มีความยืดหยุ่นกับนักกีฬาผู้สูงวัย โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและสุขภาพของผู้สูงวัยมาเป็นอันดับแรก เพื่อให้ได้รูปแบบการแข่งขันที่ยั่งยืนและมีการจัดการแข่งขันที่ต่อเนื่องต่อไป เมื่อกำหนดรูปแบบที่ชัดเจนและเข้าใจในบริบทของผู้สูงวัย นำกระบวนการจัดการการแข่งขันมาปรับให้เข้ากับบริบทของผู้สูงวัย เพื่อให้ได้รูปแบบการแข่งขันที่แตกต่างไปจากการจัดการแข่งขันทั่ว ๆ ไป พร้อมทั้งช่วยส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนา รูปแบบการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น โดยสอดคล้องกับข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญ ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“สำหรับรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ฝ่ายจัดการแข่งขันควรคำนึง ความปลอดภัยของผู้เข้าร่วมการแข่งขัน เป็นสำคัญและมีรูปแบบการจัดการแข่งขันที่แตกต่างและเหมาะสมกับวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขัน เน้นการส่งเสริมสุขภาพ มิตรภาพ ความสนุกสนาน สามัคคีและร่วมกันจรรโลงสังคมในทุก ๆ ด้านและเป็นตัวอย่างที่ดีในการแข่งขันให้เยาวชนหรือคนดู ได้เข้าใจในวิธีการเล่น ทักษะการเล่น รูปแบบการเล่น มากกว่ามุ่งเน้น ชัยชนะหรือความเป็นเลิศทางการแข่งขัน เพราะโดยส่วนใหญ่ นักกีฬาที่สูงวัย จะมีการตกผลึกทางความคิดและมีความรอบคอบ ระมัดระวังในการใช้ชีวิตมากกว่าวัยอื่น ๆ” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 2)

นอกจากนี้ การจัดรูปแบบการแข่งขันที่เหมาะสม จะมีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างสมรรถภาพของผู้สูงวัย สร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมให้เพิ่มมากขึ้นด้วยและเป็นการเพิ่มสีสัน รสชาติ ประสบการณ์ใหม่ของการใช้ชีวิตของผู้สูงวัยได้อีกทางหนึ่งด้วยและอีกประเด็นหนึ่งที่สำคัญ สอดคล้องกับรูปแบบการจัดการแข่งขัน คือ

“การมีงบประมาณที่จำกัดในการแข่งขันนั้นเป็นปัญหาที่สำคัญในด้านการจัดการแข่งขัน บางครั้งทำให้ฝ่ายจัดมีความจำเป็นต้องจำกัดรูปแบบการแข่งขัน เพื่อให้งบการจัดสมดุลกับรูปแบบการแข่งขัน เช่น ลดวันแข่งขัน ลดโปรแกรมการแข่งขัน ปรับเปลี่ยนรูปแบบและวิธีการแข่งขัน เพื่อให้การแข่งขันสำเร็จและเสร็จสิ้นลงได้หรือใช้การแก้ปัญหาโดยการชี้แจงให้ทีมเข้าร่วมการแข่งขันทราบถึงรูปแบบการแข่งขันที่ปรับเปลี่ยนไป” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 1)

แต่อย่างไรก็ตามการแก้ไขปัญหาดังกล่าวอาจไม่ใช่หนทางที่ดีที่สุด เพราะมีฝ่ายจัดบางส่วน เห็นว่าการจัดการแข่งขันฟุตบอลและการกำหนดรูปแบบการแข่งขันมีผลสำคัญสอดคล้องต่อการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในการแข่งขันอีกด้วย

20 เมษายน 67			
ฟุตบอลอาวุโสแห่งชาติ ครั้งที่ 6 รอบสุดท้าย "เมืองโอ่งเกมส์" รุ่น THE MASTERS ณ สนามกีฬาเทศบาลตำบลปากท่อ			
ภูเก็ต	08.00 น.	ราชบุรี	
สตูล	09.45 น.	สุรินทร์	
นครสวรรค์	14.30 น.	ชลบุรี	
จันทบุรี	16.00 น.	พิษณุโลก	
รุ่น THE LEGENDS ณ สนามกีฬาเทศบาลตำบลจอมบึง			
อ่างทอง	08.00 น.	ราชบุรี	
ชลบุรี	09.45 น.	จันทบุรี	
เชียงราย	14.30 น.	ตราด	
แพร่	16.00 น.	พิจิตร	

ภาพที่ 14 รูปแบบการจัดการแข่งขัน ฟุตบอลแบบทัวร์นาเมนต์ ฟุตบอล 11 คนของผู้สูงอายุ ฟุตบอลอาวุโสแห่งชาติ ครั้งที่ 6 รอบสุดท้าย “เมืองโอ่งเกมส์” รุ่น The Masters ประจำปี พ.ศ. 2567

โปรแกรมการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสแห่งชาติ ครั้งที่ 6 พ.ศ. 2567						
"เมืองโอ่งเกมส์" ณ จังหวัดราชบุรี						
รุ่น The Masters						
ระหว่างวันที่ 19 - 25 เมษายน 2567 ณ สนามกีฬาเทศบาลตำบลปากท่อ ๘.ปากท่อ ๐.ปากท่อ จ. ราชบุรี						
สาย A		สาย B		สาย C		สาย D
1. สุพรรณบุรี	4. ภูเก็ต	7. จันทบุรี	10. เพชรบุรี			
2. สตูล	5. ศรีสะเกษ	8. อ่างทอง	11. นครสวรรค์			
3. สุรินทร์	6. ราชบุรี	9. พิษณุโลก	12. ชลบุรี			
วันแข่งขัน	คู่ที่	เวลา	รอบ	ผู้แข่งขัน	ผล	สนามแข่งขัน
19 เม.ย.67	1	08.00 น.	แรก	สุพรรณบุรี 1-2	สตูล	ท.ปากท่อ
	2	10.00 น.		ภูเก็ต 4-5	ศรีสะเกษ	ท.ปากท่อ
	3	14.00 น.		จันทบุรี 7-8	อ่างทอง	ท.ปากท่อ
	4	16.00 น.		เพชรบุรี 10-11	นครสวรรค์	ท.ปากท่อ
20 เม.ย.67	5	08.00 น.	แรก	พว 6	ราชบุรี	ท.ปากท่อ
	6	10.00 น.		พ 1-3	สุรินทร์	ท.ปากท่อ
	7	14.00 น.		พ 4-12	ชลบุรี	ท.ปากท่อ
	8	16.00 น.		พ 3-9	พิษณุโลก	ท.ปากท่อ
21 เม.ย.67	9	08.00 น.	แรก	ล 1-3	สุรินทร์	ท.ปากท่อ
	10	10.00 น.		ล 2-6	ราชบุรี	ท.ปากท่อ
	11	14.00 น.		ล 3-9	พิษณุโลก	ท.ปากท่อ
	12	16.00 น.		ล 4-12	จันทบุรี	ท.ปากท่อ
22 เม.ย.67	13	08.00 น.	สอง	ที่ 1 สาย A	ที่ 2 สาย B	ท.ปากท่อ
	14	10.00 น.		ที่ 1 สาย B	ที่ 2 สาย A	ท.ปากท่อ
	15	14.00 น.		ที่ 1 สาย C	ที่ 2 สาย D	ท.ปากท่อ
	16	16.00 น.		ที่ 1 สาย D	ที่ 2 สาย C	ท.ปากท่อ
23 เม.ย.67	พักการแข่งขัน 1 วัน					
24 เม.ย.67	17	14.00 น.	จบ	ผู้ชนะเลิศ 13	ผู้ชนะเลิศ 15	ท.ปากท่อ
	18	16.00 น.		ผู้ชนะเลิศ 14	ผู้ชนะเลิศ 16	ท.ปากท่อ
25 เม.ย.67	วันเล่นที่ 3 ของการแข่งขัน					
	19	14.00 น.	จบ	ผู้ชนะเลิศ 17	ผู้ชนะเลิศ 18	จ.ราชบุรี

ภาพที่ 15 ตารางการจัดการแข่งขัน ฟุตบอลแบบทัวร์นาเมนต์ ฟุตบอล 11 คนของผู้สูงอายุ ฟุตบอลอาวุโสแห่งชาติ ครั้งที่ 6 รอบสุดท้าย “เมืองโอ่งเกมส์” รุ่น The Masters ประจำปี พ.ศ. 2567

1.3 ด้านกฎกติกาการแข่งขัน

โดยทั่วไปสภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่นิยมจัดการจัดการแข่งขันกัน มักกำหนดกฎกติกาการแข่งขันจากฝ่ายจัดการแข่งขัน กติกาคล้ายคลึงกันกับกติกาฟุตบอลสากลที่กำหนดโดยสมาพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ แต่มีข้อปลีกย่อยที่ฝ่ายจัดการแข่งขันกำหนดพูดคุยกับผู้ตัดสินและนำมาอธิบายให้ผู้เข้าแข่งขันได้รับทราบ ซึ่งในแต่ละสนามกฎกติกาไม่ตรงและสอดคล้องกัน ตามสภาพพื้นที่ในแต่ละแห่ง สำหรับการจัดการด้านกฎกติกาการแข่งขัน มี 2 ลักษณะ คือ การจัดการแข่งขันในรูปแบบของความเป็นเลิศ ที่มีขนาดสนามที่ได้มาตรฐานสากล ใช้จำนวนผู้เล่นในสนามทีมละ 11 คน กติกาการแข่งขันของทีมกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ โดยส่วนใหญ่กฎกติกาการแข่งขันจะถูกกำหนดมาจากส่วนกลางที่มีความเป็นมาตรฐานสากล เช่น สมาพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ สมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชีย สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย การกีฬาแห่งประเทศไทย หรือสมาคมฟุตบอลอาวุโสแห่งประเทศไทย โดยฝ่ายจัดการแข่งขันที่มีการตกลงกันในช่วงของการประชุมผู้จัดการทีม เพียงแค่ฝ่ายจัดการแข่งขันมาปรับเปลี่ยนกติกาการแข่งขันในบางข้อ เช่นการเปลี่ยนตัวผู้เล่น การพักระหว่างช่วงการแข่งขันในแต่ละครึ่ง เป็นต้น ส่วนกติกาการแข่งขันจะยึดกติกาการแข่งขันตามรูปแบบมาตรฐานสากล และอีกรูปแบบหนึ่ง คือการแข่งขันในรูปแบบการจัดการแข่งขันที่ส่งเสริมการออกกำลังกายทั่วไป จัดการแข่งขันในรูปแบบของกิจกรรมของชุมชนที่อาจจะมีความยาวของสนามในการแข่งขันที่ไม่ได้ตรงตามมาตรฐานสากล จำนวนของผู้เล่นที่น้อยกว่าการแข่งขันในรูปแบบมาตรฐานจริงคือ 11 คน ซึ่งโดยส่วนใหญ่ที่นิยมจัดการแข่งขันกันมากจะเน้นไปที่ฟุตบอล 7 คน หรือ ฟุตบอล 9 คน มีการจัดการแข่งขันภายใต้แรงกดดันที่ไม่มากนัก คือไม่มีกฎกติกาลูกล้ำหน้าและใช้กรรมการในการตัดสินน้อยลงเพื่อเป็นการประหยดงบประมาณในการแข่งขันจึงมีการจัดการแข่งขันกันมากทั่วทุกภาคในประเทศไทย กติกาการแข่งขันก็สามารถยืดหยุ่นได้อย่างเหมาะสมและตามข้อตกลงกันของทีมที่เข้าร่วมการแข่งขัน

สำหรับความต้องการของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน มีความต้องการทราบถึงกฎกติกาในการจัดการแข่งขันที่ชัดเจนแน่นอนและมีรูปแบบที่เหมือนกันในทุกสนามการแข่งขัน เพื่อถ่ายทอดความเข้าใจในกฎกติกาการแข่งขันและป้องกันความสับสนในการแข่งขันเพื่อให้มีความสุข น่าสนใจในกรรมการแข่งขัน โดยสอดคล้องกับข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญ ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“สำหรับการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุที่เป็นการแข่งขันฟุตบอลรายการ 7 คนหรือ 9 คน ควรมีกฎกติกาที่แตกต่างกันไป เช่น ยกเว้นการเล่นเร็วในทุกกรณีที่ได้ลูกตั้งเตะในแดนคู่ต่อสู้ เพื่อให้เกมการแข่งขันลดความเร็วลงบ้าง โดยภาพรวมพบว่า ในการแข่งขันทุกคนจะทราบกฎกติกาการแข่งขันและยอมรับคำตัดสินของกรรมการ อาจมีความเห็นที่แตกต่างเห็นแย้งกันบ้างแต่ละทีมก็ยอมรับคำตัดสิน

และหากมีข้อสงสัยก็จะทำหนังสือถึงฝ่ายจัดการแข่งขันในกรณีประท้วงทีมทำผิดกติกาหรือทำผิดระเบียบการแข่งขัน แต่เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้น ฝ่ายจัดการแข่งขันก็จะมีการประชุมร่วมกันระหว่างผู้ตัดสินรวมถึงผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน เพื่อทำความเข้าใจกันและชี้แจงกฎกติกา ก่อนลงสนามหรือในขณะแข่งขันผู้ตัดสินจะแนะนำและบอกกล่าวให้ผู้เล่นได้ทราบถึงกฎกติกาปลีกย่อยเหล่านี้ลงไปด้วย และเป็นการรับทราบข้อตกลงร่วมกัน การที่ฝ่ายจัดการแข่งขันและผู้ตัดสินเข้มงวดในเรื่องหลักฐานในการแข่งขัน จะมีส่วนทำให้สามารถควบคุมการแข่งขันให้สำเร็จไปได้ตามวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขัน จะเห็นได้ว่าการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย จะมีปัญหาในเรื่องกฎกติกาและมีปัญหาในสนามน้อยที่สุด เนื่องจากการมีวุฒิภาวะของผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีสูงกว่าและผ่านประสบการณ์การแข่งขันมากกว่าหรือการมีกฎกติกาที่เข้มงวดชัดเจน มีบทลงโทษที่เหมาะสม เช่น การห้ามเข้าร่วมการแข่งขันในรายการอื่น ๆ ที่มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ในกรณีที่เจตนาทำร้ายร่างกายคู่แข่งหรือเหตุการณ์ทะเลาะวิวาท ชกต่อยในสนาม” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 3)

“การจัดสรรผู้ตัดสินหรือบุคลากรฝ่ายควบคุมกฎกติกาการแข่งขันโดยปกติจะเป็นผู้ตัดสินที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญด้านกีฬา มีประสบการณ์ ในด้านนี้มาอย่างยาวนาน สามารถให้คำแนะนำและแก้ไขปัญหาได้ตรงประเด็นในการจัดการและควบคุมการแข่งขันได้ดี และในบางครั้งมีการมอบหมายให้ผู้ตัดสินใหม่ ๆ ที่มาช่วยงานได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติงานไปด้วยกันเพราะส่วนหนึ่งผู้ตัดสินที่มาตัดสินจะได้รับเกียรติจากผู้เข้าแข่งขัน” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 4)

“ ควรมีการปรับเปลี่ยนกฎกติกาการแข่งขันให้สอดคล้องกับผู้เข้าแข่งขันที่เป็นผู้สูงวัย เช่น การเปลี่ยนตัวผู้เล่นที่สามารถเปลี่ยนตัวเข้าออกได้ ตามรุ่นอายุของตนในแต่ละรุ่น เช่น เปลี่ยนเข้าออกได้ครั้งละไม่เกินสามครั้งในแต่ละรุ่นอายุเพื่อป้องกันการถ่วงเวลาในกรณีที่การแข่งขันนั้นต้องแจ้งเปลี่ยนตัวกับผู้ตัดสิน หรือกรณีที่มีการเปลี่ยนเข้าออกได้ตามรุ่นไม่จำกัดจำนวนครั้งเหมือนกีฬาฟุตบอลโดยมีเขตการเปลี่ยนตัวที่ชัดเจนเพื่อป้องกันปัญหาการได้เปรียบเสียเปรียบในเรื่องของการถ่วงเวลาแต่ต้องเปลี่ยนตัวในขณะที่ลูกฟุตบอลอยู่นอกเหนือการเล่น คือ ในกรณีที่เกิดการทำผิดกติกา ตั้งแต่ ลูกทุ่ม ลูกเตะมุม หรือลูกออกนอกสนามเท่านั้น ส่วนกติกาข้ออื่น ๆ นักกีฬาที่เข้าร่วมแข่งขันโดยส่วนมากจะเรียนรู้และเข้าใจกติกาการ

เล่น หรือมีการชี้แจงกติกาพิเศษที่แตกต่างจากกติกาสากลทั่วไปของการเล่นให้ทุก
ทีมทราบก่อนการลงแข่งขัน” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 5)

**กติกาการแข่งขันฟุตบอล 7 คน
(อาวุโสรวมค่าแหง 2024)**

1. ใช้กติกาแบบฟุตบอล 7 คน กวไปไม่มีลำหน้า
2. แต่ละทีมส่งผู้เล่นได้ไม่เกิน 18 คน
3. ผู้เล่นจะต้องตามเรกอายุที่กำหนดไว้ **อายุ 39 ปี 40 ลงได้ 2 คน , อายุ 44 ปี 45 ลงได้ 2 คน , อายุ 49 ปี 50 ลงได้ 2 คน , ผู้รักษาประตู เลก 39 ปี 40**
4. **กติกาการแข่งขันรอบแรก** ครั้งเดียว 20 นาที (หากเสมอในเวลายิงจุดโทษ 1 : 1 จนกว่าหาผู้ชนะ ตั้งแต่นั้นรอบแรกจบถึงรอบ 8 ทีม)
 - 4.1.1 **รอบรองชนะเลิศ (4 ทีม) ถึงรอบชิงชนะเลิศ** แข่งขันในระบบครึ่งละ 15 นาที 2 ครั้ง หากเสมอกันในเวลาการแข่งขันให้ยิงลูกโทษตัดสินหาผู้ชนะ (ให้ทีมละ 3 คน ยิงลูกโทษ) หากครบกำหนด 3 คน ยังหาผู้ชนะไม่ได้ให้ผู้เล่น คนที่ 4 ยิงลูกโทษแบบ 1 : 1 จนกว่ามีผู้ชนะต่อไป
 - 4.1.2 **การชิงอันดับ 3** ให้แข่งขันแบบครึ่งเดียว 20 นาที หากเสมอในเวลาให้ยิงลูกโทษเพื่อหาผู้ชนะแบบ 1 : 1 จนกว่าจะได้ผู้ชนะ
5. สายการแข่งขันแบ่งเป็นสายละ 3 ทีม เอาทีมที่ 1 กับที่ 2 ของแต่ละสายเข้ารอบต่อไป หากทีม 3 ทีม ในสายคะแนนเท่ากัน ให้ใช้วิธีการจับฉลากหาผู้เข้ารอบต่อไป
6. รอบ 16 ทีมจะเอาทีมอันดับ 1 ของแต่ละสายเป็นทีมวางและเอาที่ 2 ของแต่ละสายมาจับฉลากประกบคู่กับทีมอันดับ 1 ของแต่ละสาย รอบ 8 ทีม ถึงรอบรองชนะเลิศทุกทีมที่ได้เข้ารอบต้องจับฉลากประกบคู่ในทีมในรอบ
7. กรณีทะเลาะวิวาทในสนามเฉพาะบุคคลผู้เล่นทะเลาะวิวาทและโดนใบแดงจะต้องโดนแบนตลอดการแข่งขัน หากเป็นการทะเลาะวิวาทกันในลักษณะขุ่นเคืองต่อผู้จะต้องโดนตัดสิทธิ์ออกจากการแข่งขันทั้ง 2 ทีม โดยไม่มีข้อโต้แย้งใดๆ ทั้งสิ้นและจะไม่คืนเงินประกัน ยังฝ่ายจัดการแข่งขันจะดำเนินการตามกฎหมายต่อไป

- 2 -

8. ทุกทีมที่เข้ารอบ 16 ทีมถึงรอบชิงชนะเลิศสามารถขอลด VAR ได้ทีละ 1 ครั้งต่อทีม (ครึ่งแรกขอ 1 ครั้งแล้วครึ่งหลังไม่มีสิทธิ์ขออีก) และให้เฉพาะผู้จัดการทีมเท่านั้นที่จะใช้สิทธิ์ขอลด VAR โดยการขอลด VAR ได้จะต้องเข้าเงื่อนไขดังต่อไปนี้
 - 8.1 ต้องเป็นกรณีขงเหตุสำคัญเท่านั้น
 - ใบแดงโดยตรง
 - กรณีเป็นตัดสินชี้ขาดว่าจะเป็จุดโทษหรือไม่เป็นจุดโทษ
 - กรณีขอลดว่าลูกฟุตบอลได้ข้ามเส้นเข้าประตูไปแล้วหรือไม่
 9. กรณีใบเหลืองปรับ 200 บาท + ใบแดงปรับ 500 บาท โดยจะหักจากค่าประกันทีม
 10. กรณีลูกเล่นเร็วสามารถเล่นเร็วได้ในแดนตัวเองเท่านั้นในแดนคู่ต่อสู้ต้องรอสัญญาณนกหวีดจากผู้ตัดสินทุกครั้ง
 11. ทุกทีมที่เข้าร่วมการแข่งขันจะต้องจ่ายค่าสมัคร 10,000 บาท + และประกันทีม 1,000 บาท ก่อนการแข่งขันฉากในวันที่ **1 มีนาคม 2567**

**ฝ่ายจัดการแข่งขันมีระบบรักษาความปลอดภัยให้แก่ทีมงาน
ผู้ตัดสิน นักแะ โค้ช 100 %**

● LIVE <<<เริ่มไลฟ์สดตั้งแต่นั้นแรก เป็นต้นไป>>> ● LIVE

ภาพที่ 16 กฎกติกากการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย ฟุตบอล 7 คน (อาวุโสรวมค่าแหง, 2024)

1.4 ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน

โดยทั่วไปสภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ที่นิยมจัดการจัดการแข่งขันกัน สำหรับด้านผู้เข้าร่วมในการแข่งขัน ประกอบไปด้วย นักกีฬาที่เข้าร่วมทำการแข่งขันอาจมีหลายช่วงอายุ วัย โดยส่วนใหญ่ที่เข้าร่วมการแข่งขัน จะอยู่ในช่วงอายุที่ ย่างเข้าอายุ 40 ปีขึ้นไปจนถึงอายุประมาณ 65-70 กว่าปี อาจจะเป็นนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันหรืออาจจะเป็นคนที่สนใจเพื่อออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ แต่เป้าหมายของการเข้าร่วมในการแข่งขัน ส่วนหนึ่ง เกิดจากความต้องการค้นหาความท้าทายใหม่ ๆ ทำลายความสามารถและการรักษาสุขภาพในการใช้กีฬาเป็นสื่อและโดยความรักความชอบ ซึ่งส่วนใหญ่จะเข้าใจวัตถุประสงค์ในตัวเอง มีการประเมินตนเอง ในการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขัน การมีส่วนร่วมส่งผลถึงการเข้าใจในวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันมากยิ่งขึ้น ส่งผลต่อการมีน้ำใจในการเข้าร่วมการแข่งขันเป็นอย่างดี จะเห็นได้จากหลาย ๆ รายการที่มีการจัดการแข่งขัน ผู้เข้าร่วมจะช่วยเหลือและบริจาคกำลังทรัพย์ กำลังกาย ให้กิจกรรมการแข่งขันลุล่วงไปด้วยดีตลอด การอำนวยความสะดวกการแข่งขันในทีมกีฬาด้วยความยุติธรรมไม่เอินเอียงช่วยเหลือทีมหนึ่งทีมใดและมีความเป็นกลางในการจัดการแข่งขัน จะทำให้

ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน มีความรู้สึกที่ดี ต่อฝ่ายจัดการแข่งขันและมีการสื่อสารที่ดีให้กับผู้เข้าร่วมที่ไม่มีโอกาสเข้าร่วมและพิจารณาเข้าร่วมในครั้งต่อ ๆ ไปอีกด้วย

สำหรับความต้องการของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน มีความต้องการให้ฝ่ายจัดการแข่งขันกำหนดคุณสมบัติของนักกีฬาที่ชัดเจน เช่น รุ่นอายุที่มีการแข่งขันบางรุ่นอายุมีความห่างกันระหว่างรุ่นอายุต่ำสุดกับสูงสุดที่แตกต่างกันมากเกินไป จะทำให้การแข่งขันขาดความสนุก เร้าใจและเกิดการบาดเจ็บในการแข่งขันได้ง่าย โดยสอดคล้องกับข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญ ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“จากการเข้าร่วมการแข่งขันและส่งทีมผู้สูงวัยเข้าร่วมในการแข่งขันมาตลอด นักกีฬาในวัยนี้ มีความท้อถอยทางสมรรถภาพทางกายยิ่งลดลงเมื่ออายุ 50 ปี การจัดช่วงอายุควรเป็นข้อคำนึงเป็นอันดับแรก เช่น การจัดแข่งขันในแต่ละรุ่นควรมีระยะห่างไม่เกิน 10 ปี เพื่อลดแรงปะทะ และเพื่อความปลอดภัยของนักกีฬาผู้สูงวัย เช่น รุ่นอายุ 40-48 ปี รุ่นอายุ 49-58 ปี รุ่นอายุ 59-68 ปี และรุ่น 65 ปีขึ้นไป จะทำให้มีความปลอดภัยของนักกีฬาฟุตบอลผู้สูงวัยเพิ่มมากขึ้นด้วย และเกมการแข่งขันก็จะมีความสนุกเพิ่มมากขึ้นด้วย” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 5)

“จากการกำกับติดตามในทีมกีฬามาตลอด นักกีฬาในวัยนี้ โดยส่วนใหญ่ มีวุฒิภาวะ มีหน้าที่การงาน มีความรับผิดชอบ และมีความรักและเต็มใจในการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาด้วยความสมัครใจ ไม่ว่าจะเป็นการแข่งขันในรูปแบบใด ก็จะไม่แยกแยะและเข้าร่วมด้วยความเต็มใจและเข้าใจในการเข้าร่วมการแข่งขัน ปัญหาต่าง ๆ จึงมักไม่เกิดขึ้น เช่น การทะเลาะวิวาท การมีปัญหาประท้วงฝ่ายจัดการแข่งขัน การทำตามกฎกติกาและมักดูแลรักษาร่างกายตนเองและไม่ฝืนแข่งในสภาพร่างกายที่เหนื่อยล้าและมีความสุขสนานเมื่อได้มาพบเจอเพื่อนจากกิจกรรมที่เข้าร่วม การแข่งขันในรุ่นของผู้สูงวัยจึงเป็นที่นิยมจัดการแข่งขันกันทั่วทุกภูมิภาคของประเทศ” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 6)

โดยภาพรวมจากการสัมภาษณ์จากฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัย ฝ่ายจัดการแข่งขันและทีมงานมีการวางแผนในด้านการจัดการความเสี่ยงร่วมกัน ทั้งปัจจัยความเสี่ยงภายใน ภายนอก และร่วมพิจารณาความเสี่ยงหากมีความจำเป็นที่มีการจัดการแข่งขันในครั้งต่อไป เช่น ในปีที่ผ่านมา ประเทศไทยประสบกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 กระทบบ้างกับบางรายการที่จัดการแข่งขันเป็นประจำทุกปี แต่ละสถานที่ที่มีการจัดการแข่งขันก็มีรูปแบบการจัดการความเสี่ยงที่แตกต่างกันไป เช่น รอดูสถานการณ์ มีการเลื่อนการจัดการแข่งขัน หรือ

จัดการแข่งขันในรูปแบบพิเศษที่มีการจัดการตามมาตรการคำสั่งของภาครัฐและมีการกำหนดผู้เข้าร่วมต้องปฏิบัติตามเงื่อนไข ดังผู้ให้ข้อมูลสำคัญให้สัมภาษณ์ไว้ว่า

“การพิจารณาความเสี่ยงในขณะที่มีการจัดการแข่งขัน ตอนที่เกิดสถานการณ์โควิด 19 นั้น ทางฝ่ายจัดการแข่งขันพิจารณาระดับของความรุนแรงของแต่ละสถานที่ หากเป็นสถานที่ที่ไม่ได้อยู่ในพื้นที่เสี่ยงก็ให้นักกีฬาจัดการแข่งขันต่อแต่ให้ระมัดระวังหรือมีการตรวจโรคและมีหลักฐานยืนยัน ก่อนลงทำการแข่งขัน แต่หากมีความรุนแรงมากขึ้นจึงจะมีการปรับเปลี่ยนแผนต่อไปเพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความปลอดภัยจากการเข้าร่วมการแข่งขันให้มากที่สุด” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 2)



ภาพที่ 17 ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

1.5 ด้านระยะเวลาการแข่งขัน

โดยทั่วไปสภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ที่นิยมจัดการจัดการแข่งขันกัน สำหรับด้านข้อมูลระยะเวลาของการจัดการแข่งขันในแต่ละรายการแข่งขันก็มีความแตกต่างกันออกไป เพราะการแข่งขันมีหลายรูปแบบ มีหลากหลายองค์การในการจัดการแข่งขัน รายการแข่งขันที่มีงบประมาณในการจัดและมีการจัดการที่ดี มีมาตรฐานในการจัดการแข่งขัน จะได้รับความสนใจจากนักกีฬาผู้สูงวัยมาก การจัดการแข่งขันที่เป็นการแข่งขันภายในจังหวัดที่ได้รับงบประมาณจัดสรรมาจากภาครัฐบาล อบจ. เทศบาล หรือส่วนท้องถิ่น ที่จัดการแข่งขันจะมีส่วนช่วย

ส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยได้อย่างแท้จริง ส่วนหนึ่งเพราะมีระยะเวลาในการจัดการแข่งขันที่ไม่รวบรัดมากจนเกินไป ทำให้นักกีฬามีเวลาในการเตรียมการ เตรียมสมรรถภาพตนเอง เตรียมความพร้อมในการแข่งขัน เวลาในการแข่งขันก็เป็นในช่วงเย็นหรือค่ำที่เหมาะสมกับการออกกำลังกายของผู้สูงวัยมากกว่าและมีช่วงเว้นระหว่างเกมการแข่งขันมากขึ้น ส่วนเวลาพิเศษที่ฝ่ายจัดกำหนดจะเป็นไปตามข้อตกลงของรุ่นและประเภทการแข่งขัน ตามสถานการณ์ของช่วงเวลาในการแข่งขัน ส่วนการแข่งขันที่เกิดจากชมรมต่าง ๆ จัดการแข่งขัน หรือทางภาคเอกชน โดยส่วนใหญ่จะจัดการแข่งขันแบบรวบรัดใช้เวลาในการแข่งขันแค่สองหรือสามวันจบแต่มักพบปัญหาต่าง ๆ ในเรื่องของจัดการแข่งขันที่บางครั้งล่าช้าแม้จะมีการจัดโปรแกรมให้เป็นไปตามระยะเวลาในการแข่งขัน สภาพปัญหาที่พบเจอบ่อย เช่น คู่ชิงชนะเลิศที่อาจล่าช้าไปจากการแข่งขันตามระยะเวลาที่วางไว้ บางทีคู่ชิงชนะเลิศแข่งขันกันหลังเที่ยงคืน ในกรณีที่จัดการแข่งขันประเภทวันเดียวจบ จนคู่ชิงชนะเลิศขาดความน่าสนใจและไม่มีผู้ชมหรือผู้ติดตามชม

สำหรับความต้องการของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน มีความต้องการให้คำนึงถึงสมรรถภาพร่างกายและความปลอดภัยของผู้เข้าร่วมการแข่งขันเป็นสำคัญเพราะ การส่งเสริมสุขภาพของผู้เข้าร่วมการแข่งขันก็ต้องคำนึงถึง ความเหมาะสมในสภาพร่างกายของผู้สูงวัย ต้องคำนึงถึงการลดระยะเวลาของการแข่งขัน เวลาพักในระหว่างเกมการแข่งขัน หรือเวลาพักในการแข่งขันในแต่ละรอบ มีผลสำคัญยิ่ง การเพิ่มจำนวนผู้เล่นให้มีจำนวนมากขึ้นเพราะเกมการแข่งขันมีจำนวนเกมมากขึ้นก็ penting สำคัญ ที่จะช่วยให้การจัดการแข่งขันส่งผลต่อสุขภาพผู้สูงวัย ปลอดภัยและมีความสุขจากการเข้าร่วมการแข่งขันมากยิ่งขึ้น โดยสอดคล้องกับข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญ ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“นอกเหนือจากนี้ การวางแผนด้านการจัดการแข่งขัน ช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้งความถี่ในการจัดการแข่งขันควรก่อให้เกิดประโยชน์กับนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน มากกว่าการจัดการแข่งขันแบบเร่งรีบ ให้ทุกทีมมีการฝึกซ้อมและเตรียมตัวในการเข้าร่วมการแข่งขันให้มากกว่าเดิมและมีโอกาสได้ปรับปรุง แก้ไขข้อบกพร่องของทีมเพื่อเป็นการกระตุ้นการพัฒนาการในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัย ทำให้นักกีฬามีความมั่นใจในการแข่งขัน และเกมการแข่งขันก็มีความเข้มข้นและสนุกสนานมากยิ่งขึ้น”(ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 7)

“จากประสบการณ์ในทีมกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ หลาย ๆ ครั้งที่มีการจัดการแข่งขันที่เร่งการจัดให้จบการแข่งขันภายในเวลาสั้น กระชับ รวดรัด ไม่ได้ส่งผลที่ดีต่อผู้เข้าร่วมการแข่งขันเลย เพราะในขณะที่แข่งขันผู้เข้าร่วมการแข่งขันจะต้องเร่งรีบและต้องใช้พลัง กำลังกายมากกว่าปกติ เพื่อให้ได้ผลการแข่งขันที่ต้องการ

ส่งผลเสียต่อสุขภาพของผู้สูงวัยมากกว่าการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ดังนั้นฝ่ายจัดดำเนินการแข่งขันควรคำนึงถึง ระยะเวลาในการแข่งขัน จัดรูปแบบการแข่งขันให้เหมาะสมกับช่วงอายุ มีเวลาพักร่างกายให้เหมาะสมกับผู้สูงวัย จัดโปรแกรมให้สอดคล้องในเรื่องการพักระหว่างเกมการแข่งขัน หรือเพิ่มเวลาพักในขณะแข่งขัน หรือลดเวลาแข่งให้เหมาะสมกับผู้สูงวัยในแต่ละรุ่นอายุ เช่น การจัดเวลาพักพิเศษในกรณีที่อากาศร้อนมาก ๆ ลดเวลาการแข่งขันลงในรุ่นอายุที่สูงขึ้นลง เช่นรุ่น 40 แข่งครึ่งละ 20 นาที รุ่น 50 ปี ครึ่งละ 15 นาที และควรเลือกจัดรุ่น 50 ปี แข่งในช่วงที่อากาศไม่ร้อนมากหรือแข่งขันในช่วงเย็นหรือช่วงเช้าที่ไม่เกินเวลา 10.00 น.” (ผู้ให้ข้อมูลวิจัย 8)



ภาพที่ 18 ด้านระยะเวลาในการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

1.6 ด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน

โดยทั่วไปสภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ที่นิยมจัดการจัดการแข่งขันกัน สำหรับข้อมูลด้านสถานที่ที่ใช้ในการจัดการแข่งขันในแต่ละรายการแข่งขันก็มีความ

แตกต่างกันออกไป ตามสถานที่ที่จัดการแข่งขัน มีสนามแข่งขันที่เป็นมาตรฐานและไม่ได้มาตรฐาน การแข่งขันปะปนกันไป เพราะการแข่งขันมีหลายรูปแบบ มีหลากหลายสถานที่ มีหลากหลายองค์กร ในการจัดการแข่งขัน โดยรายการแข่งขันที่มีสนามแข่งขันสวยงาม พื้นสนามนุ่ม เรียบและในการจัด และมีการจัดการที่ดี มีมาตรฐานในการจัดการแข่งขัน จะได้รับความสนใจจากนักกีฬาผู้สูงวัยมากในการเข้าร่วมแข่งขันหรือสมัครเข้าร่วมการแข่งขัน ซึ่งนักกีฬาสูงวัยจะคำนึงถึงและพิจารณาถึงสนาม และสถานที่เป็นส่วนประกอบสำคัญในการตัดสินใจส่งทีมและเข้าร่วมการแข่งขัน เพราะสนามเป็นส่วนสำคัญในด้านความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขัน ไม่ได้ยิ่งหย่อนไปกว่าด้านอื่น ๆ และการจัดการแข่งขันในหลาย ๆ สถานที่ที่มีการจัดการแข่งขันแบบเปิดรับสมัครแบบคนนอกพื้นที่ที่สามารถเข้าร่วมการแข่งขันได้ ก็จะได้รับ ความสนใจจากทีมต่าง ๆ มากยิ่งขึ้น การจัดการแข่งขันที่เป็นการแข่งขันภายในจังหวัดที่ได้รับงบประมาณจัดสรรมาจากภาครัฐบาล อบจ. เทศบาล หรือส่วนท้องถิ่น โดยส่วนใหญ่จะขอใช้พื้นที่ของหน่วยงานที่จัดการแข่งขันก็จะได้รับความสะดวกเพิ่มมากขึ้น ในเรื่องสภาพสนาม สภาพแวดล้อมโดยรวม ที่นั่งชม พักผ่อนและห้องสุขาสะอาด และปลอดภัย รวมถึงการมีสถานที่จอดรถก็เป็นส่วนสำคัญในการจัดการแข่งขันในด้านสถานที่ เพราะส่วนหนึ่งมีผู้ดูแลรับผิดชอบเรื่องสถานที่โดยตรง ซึ่งถ้าสภาพแวดล้อมโดยรวมดีแล้ว ก็มี ส่วนช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยได้อีกทางหนึ่งด้วย ส่วนสภาพสนามอีกแบบหนึ่งคือสวนของเอกชน ส่วนมากแล้วจะเป็นสนามหญ้าเทียม และมีการจัดการแข่งขันกันมาก บางสถานที่เป็นรูปแบบกลางแจ้งที่ต้องมีความระมัดระวังในการแข่งขันเนื่องด้วยสภาพอากาศที่ร้อนและอุณหภูมิของหญ้าเทียมที่ส่งผลต่อการแข่งขัน

สำหรับความต้องการของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน มีความต้องการให้คำนึงถึงพื้นที่สนามที่ใช้ในการแข่งขันควรมีความเรียบและมีพื้นสนามแข่งขันที่นุ่ม เพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพ โดยเฉพาะ ข้อเท้า ข้อเข่าและหลัง หรือถ้าจัดแข่งในช่วงค่ำ ก็ควรมีแสงสว่างที่เพียงพอต่อการมองเห็น ส่วนสนามหญ้าเทียมที่เป็นพื้นที่ในร่ม โดยส่วนใหญ่ มีการจัดการแข่งขันแบบใช้เวลาแข่งขันวันเดียวหรือสองวัน ที่โดยส่วนมากจะส่งผลต่อความเมื่อยล้าเพราะการรับแรงกระแทกมากกว่าพื้นหญ้าธรรมชาติ ดังนั้นฝ่ายจัดควรคำนึงถึงผลกระทบต่อผู้เข้าแข่งขันในเรื่องเหล่านี้ด้วยเช่นเดียวกัน โดยสอดคล้องกับข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญ ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“จากประสบการณ์ที่ผ่านการแข่งขันมาหลากหลายสนาม สนามการแข่งขันเป็นส่วนหนึ่งและเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน จะทำให้นักกีฬาเคลื่อนไหวได้มากขึ้นกว่าเดิม ส่งผลต่อความสนุกสนานและเป็นการพัฒนาสุขภาพของผู้เข้าแข่งขันอีกทางหนึ่งด้วย ถ้าสภาพสนามแข่งขันและบรรยากาศโดยรอบพื้นที่การแข่งขัน มีแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ มีแหล่งท่องเที่ยวจุดสำคัญ แลนด์มาร์ค ร้านค้า ร้านอาหาร เป็นที่ดึงดูดใจ ย่อมมีผลต่อความสนใจของนักกีฬาผู้สูงวัยที่โดย

ส่วนใหญ่มีความพร้อมทางด้านเศรษฐกิจ มักส่งทีมเข้าร่วมการแข่งขันจำนวนมาก มีผลที่เอื้อต่อจิตใจที่อยากเข้าร่วมการแข่งขันมากขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูล 8)



ภาพที่ 19 สถานที่ในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในจังหวัดอยุธยา

1.7 ด้านการประชาสัมพันธ์

โดยทั่วไปสภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ที่นิยมจัดการจัดการแข่งขันกัน สำหรับข้อมูลด้านการประชาสัมพันธ์ในการจัดการแข่งขันของการจัดการแข่งขันในแต่ละรายการแข่งขันก็มีความแตกต่างกันออกไป เพราะการแข่งขันมีหลายรูปแบบ มีหลากหลายสถานที่ มีหลากหลายองค์กรในการจัดการแข่งขัน โดยส่วนใหญ่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบผ่านทางสื่อออนไลน์ ผ่านเพจ เฟสบุ๊ก ผ่านสื่อโซเชียล รับสมัครทีมเข้าร่วมการแข่งขัน หรือส่งผ่านไลน์กลุ่มทีมฟุตบอลต่าง ๆ ที่เป็นกลุ่มเพื่อน ๆ ที่นิยมชมชอบในกีฬาฟุตบอล โดยระบุรายละเอียดการรับสมัครจำนวนทีมที่รับสมัคร รุ่นอายุในการแข่งขัน วันแข่งขัน เงินรางวัลในการแข่งขัน ในกรณีที่เป็นการแข่งขันแข่งขันเพื่อความเป็นเลิศ ส่วนลักษณะของฟุตบอลที่เป็นการกุศลก็อาจจะระบุวัตถุประสงค์การ จัดลงไปในการประชาสัมพันธ์รายการแข่งขัน ส่วนการประชุมผู้จัดการทีมแจ้งระเบียบการแข่งขันหลาย ๆ รายการมีการจับฉลากแบ่งสายไปด้วยในเวลาเดียวกัน นิยมการถ่ายทอดสดผ่านเฟสบุ๊ก และในรายการแข่งขันที่มีการประชาสัมพันธ์ที่ดี มีการออกแบบกราฟฟิคดีไซด์ที่ดี รวมถึงสภาพสถานที่ สนาม บรรยากาศสนามโดยรอบที่มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ โดยรอบ ในการแข่งขันมีการ

ถ่ายทอดสดมีการไลฟ์สด มีภาพถ่ายบรรยากาศในการจัดการแข่งขันที่ดี มีสื่อหลัก มีเพจ และมีการจัดการที่ดี มีมาตรฐานในการจัดการแข่งขัน มีการจัดการบริหารด้านการประชาสัมพันธ์ที่ดี จะทำให้เป็นที่น่าสนใจและเป็นที่ยอมรับเพิ่มมากขึ้นหรือการจัดการแข่งขันที่มีการชิงเงินรางวัลที่สูงก็จะได้รับความสนใจจากนักกีฬาผู้สูงวัยเพิ่มมากขึ้นด้วยในการเข้าร่วมแข่งขันหรือสมัครเข้าร่วมการแข่งขัน การจัดการแข่งขันในหลาย ๆ สถานที่ที่มีการประชาสัมพันธ์จัดการแข่งขันแบบเปิดรับสมัครคนนอกพื้นที่สามารถเข้าร่วมการแข่งขันได้ ก็จะได้รับ ความสนใจจากทีมต่าง ๆ มากยิ่งขึ้นกว่าเดิม การประชาสัมพันธ์ที่มีระยะเวลาในการประชาสัมพันธ์และจากหลากหลายช่องทางก็จะส่งผลให้มีผู้ติดตามเพิ่มมากขึ้นด้วย

“จากประสบการณ์ที่ผ่านการแข่งขันมาหลากหลายสนาม การบรรยายเกมในสนามการแข่งขันเป็นส่วนหนึ่งและเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความสุขและสนุกกับการเข้าร่วมกิจกรรมและเป็นอีกด้านหนึ่งในการที่จะช่วยลดความรุนแรงของการแข่งขัน ลดการปะทะและเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างฝ่ายจัดและผู้เข้าร่วมกิจกรรม ถ้าสนามแข่งขันและบรรยากาศโดยรวมดี มีผลที่เอื้อต่อจิตใจที่อยากเข้าร่วมจะทำให้ นักกีฬามีความสนุกสนานและมีประสบการณ์ที่แปลกใหม่เพิ่มขึ้นอีกด้วยและการประชาสัมพันธ์ด้านการแข่งขันในด้านเงินรางวัลรางวัลพิเศษ เช่น นักกีฬายอดเยี่ยมในแต่ละรุ่น ผู้ทำประตูสูงสุด นักกีฬายอดเยี่ยมในแต่ละตำแหน่ง นักกีฬายอดเยี่ยมในแต่ละเกม นักกีฬามารยาทยอดเยี่ยม ทีมมารยาทยอดเยี่ยม ถ้วยรางวัล เหรียญรางวัล ที่จัดทำพิเศษ ช่วยกระตุ้นการประชาสัมพันธ์รายการแข่งขันอีกช่องทางหนึ่งด้วยและจะช่วยให้มีนักกีฬาสนใจเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มมากขึ้น ส่งผลช่วยพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพของผู้เข้าแข่งขันทางอ้อมอีกทางหนึ่งด้วย” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 8)

สำหรับประเด็นความร่วมมือด้านเครือข่ายพันธมิตรของฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัย จากการสัมภาษณ์พบว่า มีบทบาทสำคัญมาก เนื่องด้วยความร่วมมือของทีมที่เข้าร่วมการแข่งขัน มีผลทำให้ฝ่ายจัดการแข่งขัน ทั้งทีมที่ส่งเข้าแข่งขันหรือทีมกีฬาเพื่อส่งเข้าร่วมเพื่อเน้นความเป็นเลิศ ตัดสินใจได้ง่ายมากขึ้นว่าส่งทีมเข้าแข่งขันในรายการดังกล่าวหรือไม่ เพราะเนื่องด้วยการเข้าใจพื้นฐานการส่งทีมเข้าร่วมและเคยร่วมเข้าแข่งขันกัน เหมือนมีความเชื่อมั่นทางในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับฝ่ายจัดการแข่งขัน และนักกีฬา ทีมงานในทีมกีฬา ดังนั้นทั้งทีมที่เข้าร่วมและฝ่ายจัดการแข่งขันควรจะมีเครือข่ายพันธมิตรกัน อันจะเป็นการส่งผลเปิดโอกาสให้นักกีฬาผู้สูงวัยศึกษาได้มีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขัน ดังผู้ให้ข้อมูลวิจัยท่านหนึ่งกล่าวว่า

“ฝ่ายจัดการแข่งขันในแต่ละที่และทีมกีฬาฟุตบอลผู้สูงวัย ควรมีเครือข่าย พันธมิตรกันในการแข่งขันกีฬาเพื่อให้นักกีฬาได้ร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นในแต่ละครั้งและ มีการติดต่อประสานงานหาพันธมิตรเครือข่ายอันจะก่อให้เกิดประโยชน์กับการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยและเป็นการพัฒนากีฬาผู้สูงวัยในทุก ๆ มิติ” (ทีมกีฬาเพื่อความ เป็นเลิศ: ผู้ให้ข้อมูล 4)



ภาพที่ 20 ด้านการประชาสัมพันธ์ การแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม

ผลจากการศึกษาและเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยนั้น ทำให้ทราบถึงสภาพของการจัดการการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย และทราบถึงความต้องการของผู้เข้าร่วม ผู้จัดการแข่งขัน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย จากจำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม 400 คน ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

(n=400)

ข้อมูลส่วนบุคคล	ความถี่ (f)	ร้อยละ (%)
1. เพศ		
ชาย	326	81.50
หญิง	74	18.50
รวม	400	100.00
2. อายุ		
น้อยกว่า 40 ปี	60	15.00
40-50 ปี	174	43.50
51-60 ปี	133	33.25
60 ปีขึ้นไป	33	8.25
รวม	400	100.00
3. ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	2	0.50
มัธยมศึกษาตอนต้น	10	2.50
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	43	10.75
อนุปริญญา/ปวส.	27	6.75
ปริญญาตรี	225	56.25
สูงกว่าปริญญาตรี	91	22.75
อื่น ๆ (โปรดระบุ)	2	0.50
รวม	400	100.00
4. รายได้ต่อเดือน		
น้อยกว่า 10,000 บาท	28	7.00
10,000 - 20,000 บาท	74	18.50
20,001 - 30,000 บาท	87	21.75
30,001 - 50,000 บาท	133	33.25
50,001 บาทขึ้นไป	78	19.50
รวม	400	100.00

ข้อมูลส่วนบุคคล	ความถี่ (f)	ร้อยละ (%)
5. อาชีพ		
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	79	19.75
พนักงานบริษัทเอกชน	81	20.25
รับจ้าง	43	10.75
ข้าราชการ/พนักงานในภาคราชการ	144	36.00
งานในภาคเกษตร	4	1.00
อื่น ๆ (โปรดระบุ)	49	12.25
รวม	400	100.00
6. ภูมิลำเนาของผู้สู่งวัย		
อยู่ในพื้นที่ที่จัดการแข่งขัน	292	73.00
อยู่นอกพื้นที่ที่จัดการแข่งขัน	108	27.00
รวม	400	100.00
7. บทบาทการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันกีฬาฟุตบอล ผู้สู่งวัย		
นักกีฬาผู้เข้าร่วมการแข่งขัน	287	71.75
ผู้ฝึกสอนและเจ้าหน้าที่ของทีมที่เข้าร่วมแข่งขัน	35	8.75
กรรมการผู้ตัดสิน	30	8.00
ผู้ปกครอง/สมาชิกในครอบครัวของนักกีฬา	32	8.00
กองเชียร์ของทีมที่เข้าร่วมแข่งขัน	16	4.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 3 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 326 คน คิดเป็น (ร้อยละ 81.50) เพศหญิง จำนวน 74 คน คิดเป็น (ร้อยละ 18.50) โดยเป็นผู้มีอายุระหว่าง 40-50 ปี มากที่สุด จำนวน 174 คน (ร้อยละ 43.50) รองลงมาอยู่ในช่วงอายุ 51-60 ปี จำนวน 133 คน (ร้อยละ 33.25) ช่วงอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 33 คน (ร้อยละ 8.25) และช่วงอายุน้อยกว่า 40 ปี จำนวน 60 คน (ร้อยละ 15.00) ตามลำดับ โดยส่วนใหญ่มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 225 คน (ร้อยละ 56.25) รองลงมา เป็นผู้ที่มีวุฒิการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 91 คน (ร้อยละ 22.75) และโดยส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 30,001-50,000 บาท จำนวน 133 คน (ร้อยละ 33.25) รองลงมา มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 20,001 - 30,000 บาท จำนวน 81 คน (ร้อยละ 21.75) ประกอบอาชีพเป็นข้าราชการ พนักงานในส่วนภาคราชการมากที่สุด จำนวน 114 คน (ร้อยละ 36.00)

รองลงมามีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชน จำนวน 81 คน (ร้อยละ 20.25) และมีอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว โกล้เคียงกันที่ จำนวน 79 คน ร้อยละ 19.75 ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ในพื้นที่ที่มีการจัดการแข่งขัน จำนวน 292 คน (ร้อยละ 73.00) และไม่ได้อาศัยอยู่ในภูมิลำเนาในพื้นที่ที่มีการแข่งขัน จำนวน 108 คน (ร้อยละ 27) โดยส่วนใหญ่มีบทบาทเป็นนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน จำนวน 287 คน (ร้อยละ 71.75) เป็นผู้ฝึกสอนและเจ้าหน้าที่ของทีมที่เข้าร่วมแข่งขัน จำนวน 35 คน ร้อยละ 8.75

ตารางที่ 4 แสดงค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

(n=400)

สภาพด้านการจัดการแข่งขัน	\bar{X}	S.D.	แปลค่า
1. มีวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัยอย่างชัดเจน	3.43	0.69	ปานกลาง
2. มีการจัดการแข่งขันที่มีความเป็นมาตรฐานในการแข่งขันของผู้สูงวัย เช่น สถานที่ รถพยาบาล การรักษาความปลอดภัย หน่วยกู้ภัย เป็นต้น	2.98	1.19	ปานกลาง
3. คณะกรรมการฝ่ายดำเนินการจัดการแข่งขันมีผู้รับผิดชอบในแต่ละฝ่ายแบ่งหน้าที่กันอย่างชัดเจน	2.60	0.73	ปานกลาง
4. สามารถควบคุมการแข่งขันให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการแข่งขัน	3.49	0.67	ปานกลาง
รวม	3.13	0.81	ปานกลาง

จากตารางที่ 4 พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในภาพรวมด้านการจัดการแข่งขัน พบว่า อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยรวม 3.13 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.81) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า ด้านสามารถในการควบคุมการแข่งขันให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการแข่งขัน อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.49 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.67) มีวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัยอย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.69) รองลงมาได้แก่ ด้านการจัดการแข่งขันที่มีความเป็นมาตรฐานในการแข่งขันของผู้สูงวัย เช่น สถานที่ รถพยาบาล การรักษาความปลอดภัย หน่วยกู้ภัย อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.98 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.19) และด้านคณะกรรมการฝ่ายดำเนินการจัดการแข่งขันมีผู้รับผิดชอบในแต่ละฝ่ายแบ่งหน้าที่กันอย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.60 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.73) ตามลำดับ

ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

(n=400)

สภาพด้านรูปแบบการแข่งขัน	\bar{X}	S.D.	แปลค่า
1. มีรูปแบบการแข่งขันที่แจ้งให้ทราบอย่างชัดเจนตามตารางการแข่งขัน	2.51	0.49	ปานกลาง
2. มีรูปแบบการแข่งขันมีความเหมาะสมกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย	2.62	0.61	ปานกลาง
3. มีรูปแบบการแข่งขันที่มีการยืดหยุ่น มีระยะเวลาพักให้เหมาะสมกับผู้สูงวัย	2.69	0.55	ปานกลาง
4. มีรูปแบบการแข่งขันที่ส่งเสริมให้ผู้สูงวัยออกกำลังกายได้อย่างต่อเนื่องและมีการจัดการแข่งขันในทุก ๆ ปี	4.38	0.75	มาก
รวม	3.05	0.60	ปานกลาง

จากตารางที่ 5 พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในภาพรวมด้านรูปแบบการแข่งขัน พบว่า รวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยรวม 3.05 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.60) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า มีรูปแบบการแข่งขันที่ส่งเสริมให้ผู้สูงวัยออกกำลังกายได้อย่างต่อเนื่องและมีการจัดการแข่งขันในทุก ๆ ปี อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.75) รองลงมา มีรูปแบบการแข่งขันที่มีการยืดหยุ่น มีระยะเวลาพักให้เหมาะสมกับผู้สูงวัย อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.55) มีรูปแบบการแข่งขันมีความเหมาะสมกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.61) และมีรูปแบบการแข่งขันที่แจ้งให้ทราบอย่างชัดเจนตามตารางการแข่งขัน อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.51 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.49) ตามลำดับ

ตารางที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านกฎกติกาการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

(n=400)

สภาพด้านกฎกติกาการแข่งขัน	\bar{X}	S.D.	แปลค่า
1. มีกฎกติกาที่เหมาะสมต่อผู้สูงวัยในการแข่งขัน เช่น ขนาดสนามต่อจำนวนผู้เล่น เวลาที่ใช้ในแข่งขัน	2.71	0.64	ปานกลาง
2. มีกฎกติกาที่แตกต่างกับการแข่งขันกีฬาทั่วไป เช่น การเปลี่ยนตัว เวลาการแข่งขัน การส่งรายชื่อนักกีฬาที่เข้าร่วม ช่วงชั้นของอายุ	2.85	0.36	ปานกลาง
3. มีกฎกติกาที่เข้มงวด กวดขันและสร้างความปลอดภัย ภายใต้ข้อตกลงให้กับผู้เข้าร่วมแข่งขัน	4.41	0.68	มาก
4. มีการลงโทษผู้ทำผิดกติการ้ายแรง เช่น การทะเลาะวิวาท การไม่ยอมรับคำตัดสิน การประท้วง ได้อย่างเหมาะสมและสมเหตุสมผล	4.41	0.74	มาก
รวม	3.59	0.61	มาก

จากตารางที่ 6 พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในภาพรวมด้านกฎกติกาการแข่งขัน พบว่า อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยรวม 3.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.61) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า การมีกฎกติกาที่เข้มงวด กวดขันและสร้างความปลอดภัย ภายใต้ข้อตกลงให้กับผู้เข้าร่วมแข่งขัน เท่ากันกับ การมีการลงโทษผู้ทำผิดกติการ้ายแรง เช่น การทะเลาะวิวาท การไม่ยอมรับคำตัดสิน การประท้วง ได้อย่างเหมาะสมและสมเหตุสมผล อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.68 และ 0.74) ตามลำดับ รองลงมา มีกฎกติกาที่แตกต่างกับการแข่งขันกีฬาทั่วไป เช่น การเปลี่ยนตัว เวลาการแข่งขัน การส่งรายชื่อนักกีฬาที่เข้าร่วม ช่วงชั้นของอายุ อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.36) และมีกฎกติกาที่เหมาะสมต่อผู้สูงวัยในการแข่งขัน เช่น ขนาดสนามต่อจำนวนผู้เล่น เวลาที่ใช้ในแข่งขัน อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.71 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.64) ตามลำดับ

ตารางที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลของ
ผู้สูงวัย

(n=400)

สภาพด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน	\bar{X}	S.D.	แปลค่า
1. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความเข้าใจและเต็มใจในการเข้าร่วมการแข่งขันด้วยความสมัครใจ	4.57	0.61	มากที่สุด
2. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีการประเมินตนเองและเตรียมความพร้อมในด้านสมรรถภาพทางกาย ในการเข้าร่วมการแข่งขันเพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพของตนเอง	4.42	0.70	มาก
3. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการจัด อย่างชัดเจน	3.40	1.29	ปานกลาง
4. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความภาคภูมิใจในการเข้าร่วมการแข่งขัน	4.57	0.62	มากที่สุด
รวม	4.24	0.81	มาก

จากตารางที่ 7 พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในภาพรวมด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน พบว่า อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยรวม 4.24 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.81) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความเข้าใจและเต็มใจในการเข้าร่วมการแข่งขันด้วยความสมัครใจ และผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความภาคภูมิใจในการเข้าร่วมการแข่งขัน อยู่ในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.61 และ 0.62) ตามลำดับรองลงมาคือ ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีการประเมินตนเองและเตรียมความพร้อมในด้านสมรรถภาพทางกาย ในการเข้าร่วมการแข่งขันเพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพของตนเอง อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.42 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.70) และด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขันเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการจัดอย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.40 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.29) ตามลำดับ

ตารางที่ 8 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านระยะเวลาในการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

(n=400)

สภาพด้านระยะเวลาในการแข่งขัน	\bar{X}	S.D.	แปลค่า
1. มีระยะเวลาในการจัดการแข่งขันที่เหมาะสมกับช่วงอายุวัย	2.81	0.73	ปานกลาง
2. มีระยะเวลาของการพักในแต่ละครั้ง ในการแข่งขันเหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงอายุ	2.71	0.98	ปานกลาง
3. มีการชดเชยเวลาในการแข่งขันที่เหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงอายุ	2.78	0.69	ปานกลาง
4. มีเวลาพิเศษในการขอเวลานอก	2.03	0.93	น้อย
รวม	2.57	0.83	ปานกลาง

จากตารางที่ 8 พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในภาพรวมด้านระยะเวลาในการแข่งขัน พบว่า อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยรวม 2.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.83) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า ด้านมีระยะเวลาในการจัดการแข่งขันที่เหมาะสมกับช่วงอายุ วัย อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.81 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.73) มีการชดเชยเวลาในการแข่งขันที่เหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงอายุ อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.69) มีระยะเวลาของการพักในแต่ละครั้ง ในการแข่งขันเหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงอายุ อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.71 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.98) และมีเวลาพิเศษในการขอเวลานอก อยู่ในระดับน้อย (ค่าเฉลี่ย 2.03 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.93) ตามลำดับ

ตารางที่ 9 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

(n=400)

สภาพด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน	\bar{X}	S.D.	แปลค่า
1. มีพื้นที่สนามที่นุ่ม เรียบ เหมาะกับการแข่งขันของผู้สูงวัย	2.86	0.74	ปานกลาง
2. มีสถานที่นั่งชม พักผ่อน เหมาะสมและเพียงพอ	2.80	1.04	ปานกลาง
3. มีห้องสุขาที่สะอาด สถานที่ชำระล้าง ถูกสุขลักษณะและเหมาะสม	3.10	1.01	ปานกลาง
4. สถานที่มีมาตรฐาน และความปลอดภัย	2.94	0.99	ปานกลาง
รวม	2.93	0.95	ปานกลาง

จากตารางที่ 9 พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในภาพรวมด้านสถานที่ในการแข่งขัน พบว่า อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยรวม 2.93 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.95) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า การมีห้องสุขาที่สะอาด สถานที่ชำระล้าง ถูกสุขลักษณะและเหมาะสม อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.10 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.01) ด้านสถานที่มีมาตรฐานและความปลอดภัย มีค่าเฉลี่ยปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.94 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.99) รองลงมามีพื้นที่สนามที่นุ่ม เรียบ เหมาะกับการแข่งขันของผู้สูงวัยอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.86 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.74) และมีสถานที่นั่งชม พักผ่อนเหมาะสมและเพียงพอ อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.80 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.04) ตามลำดับ

ตารางที่ 10 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของด้านการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ การแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

(n=400)

สภาพด้านการประชาสัมพันธ์	\bar{X}	S.D.	แปลค่า
1. มีการประชาสัมพันธ์การแข่งขันผ่านสื่อต่าง ๆ ให้ทราบอย่างทั่วถึง	4.20	0.82	มาก
2. มีการถ่ายทอดสดระหว่างการแข่งขันผ่านสื่อต่าง ๆ	3.90	1.05	มาก
3. มีการบรรยายเกมการแข่งขันที่สนุกสนาน รั้าใจต่อผู้ติดตาม	4.11	0.90	มาก
4. มีการประชาสัมพันธ์ บรรยากาศในการแข่งขัน เช่น การไลฟ์สด ถ่ายทอดสดทางเพจ	3.93	1.05	มาก
รวม	4.04	0.96	มาก

จากตารางที่ 10 พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในภาพรวมด้านการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ ในการแข่งขัน พบว่า อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยรวม 4.04 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.96) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า ด้านมีการประชาสัมพันธ์การแข่งขันผ่านสื่อต่าง ๆ ให้ทราบอย่างทั่วถึง อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.82) และรองลงมาด้านมีการบรรยายเกมการแข่งขันที่สนุกสนาน รั้าใจต่อผู้ติดตาม อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.11 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.90) มีการประชาสัมพันธ์บรรยากาศในการแข่งขัน เช่น การไลฟ์สด ถ่ายทอดสดทางเพจ อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.93 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.05) และมีการถ่ายทอดสดระหว่างการแข่งขันผ่านสื่อต่าง ๆ อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.91 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.05) ตามลำดับ

ตารางที่ 11 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสภาพความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย

(n=400)

สภาพความต้องการการจัดการแข่งขัน	\bar{X}	S.D.	แปลค่า
1. ด้านการจัดการแข่งขัน เช่น การกำหนดวัตถุประสงค์ มาตรฐาน ความปลอดภัย การควบคุมการแข่งขัน	4.42	0.71	มาก
2. ด้านรูปแบบการแข่งขัน เช่น ความชัดเจนของโปรแกรม มีความเหมาะสม ยืดหยุ่น กับผู้สูงวัย มีการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง	4.41	0.73	มาก
3. ด้านกฎกติกาการแข่งขัน เช่น กติกาเหมาะสมกับช่วงวัย มีบทลงโทษชัดเจน เหมาะสม	4.44	0.72	มาก
4. ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน เช่น มีความเต็มใจ เข้าใจถึงวัตถุประสงค์การจัด การมีน้ำใจนักกีฬา	4.46	0.70	มาก
5. ด้านระยะเวลาการจัด เช่น มีเวลาที่เหมาะสมกับสภาพของผู้สูงวัย เวลาในการแข่งขัน เวลาพัก เวลาพิเศษ	4.38	0.80	มาก
6. ด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน เช่น สภาพสนาม สภาพแวดล้อมโดยรวม ที่นั่งชม พักผ่อนและห้องสุขาสะอาด และปลอดภัย	4.31	0.85	มาก
7. ด้านการประชาสัมพันธ์ เช่น มีการถ่ายทอดสด ไลฟ์สด มีภาพถ่ายบรรยากาศการแข่งขัน การบรรยายเกมที่สนุกตื่นเต้น รั้าใจ	4.03	1.01	มาก
รวม	4.35	0.79	มาก

จากตารางที่ 11 พบว่า สภาพความต้องการ การจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในภาพรวมด้านสภาพความต้องการในการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย พบว่า อยู่ในระดับมาก ในทุก ๆ ด้าน (ค่าเฉลี่ยรวม 4.35 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.79) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน โดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน เช่น มีความเต็มใจ เข้าใจถึง วัตถุประสงค์ การจัดการ มีน้ำใจนักกีฬา อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.46 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.70) ด้านกฎ กติกาการแข่งขัน เช่น กติกาเหมาะสมกับช่วงวัย มีบทลงโทษชัดเจน เหมาะสม อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.44 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.72) ด้านการจัดการแข่งขัน เช่น การกำหนดวัตถุประสงค์ มาตรฐาน ความปลอดภัย การควบคุมการแข่งขัน อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.42 ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน 0.71) ด้านรูปแบบการแข่งขัน เช่น ความชัดเจนของโปรแกรม มีความเหมาะสม ยืดหยุ่น กับผู้สูงวัย มีการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.73) ด้านระยะเวลาการจัด เช่น มีเวลาที่เหมาะสมกับสภาพของผู้สูงวัย เวลาในการแข่งขัน เวลาพัก เวลา พิเศษ อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.80) ด้านสถานที่ในการจัดการ แข่งขัน เช่น สภาพสนาม สภาพแวดล้อมโดยรวม ที่นั่งชม พักผ่อนและห้องสุขาสะอาด และปลอดภัย อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.85) และด้านการประชาสัมพันธ์ เช่น มีการ ถ่ายทอดสด ไลฟ์สด มีภาพถ่ายบรรยากาศการแข่งขัน การบรรยายเกมที่สนุกตื่นเต้น เร้าใจ อยู่ใน ระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.03 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.01) ตามลำดับ

ผลจากการศึกษาจากแนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ และจากการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม 400 ฉบับ และการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 8 คน พบว่า ผลที่ได้จากการเก็บข้อมูล จากแบบสอบถามในแต่ละด้าน จากจำนวนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูง วัย ในประเทศไทย การดำเนินการจัดการแข่งขัน ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน ไม่ว่าจะเป็นผู้จัดการทีม เจ้าหน้าที่ทีม นักกีฬาหรือผู้ติดตาม พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันที่มีความแตกต่างกันไปในแต่ละ พื้นที่และความพร้อมของการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในแต่ละด้าน ดังนี้

1. ด้านการจัดการแข่งขัน

มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ส่วนหนึ่งมาจากการวางแผน การดำเนินการจัดการ แข่งขันที่ผู้เข้าร่วมการแข่งขันที่มองเห็นภาพรวมของฝ่ายจัดในแต่ละพื้นที่ไม่มีความชัดเจนในการ จัดการแข่งขันมากนัก เช่น หน้าที่ความรับผิดชอบของแต่ละฝ่ายในการจัดการแข่งขัน แต่ก็มีความพึง พอใจในการควบคุมการแข่งขันให้สำเร็จลุล่วงไปได้จนจบการแข่งขันแม้จะมีปัญหาและอุปสรรคใน การแข่งขันบ้าง

2. ด้านรูปแบบการแข่งขัน

มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ทุกพื้นที่มีรูปแบบการจัดการแข่งขันที่เป็นแบบเอกเทศ และตามมาตรฐานของตน มีทิศทางการจัดที่เป็นความเป็นแบบที่ตนเองต้องการ โดยส่วนใหญ่ขาดการสื่อสารในด้านรูปแบบของโปรแกรมการแข่งขันที่ชัดเจนให้ผู้เข้าแข่งขันและผู้ติดตามได้รับทราบ โดยส่วนใหญ่จะสื่อสารผ่านทางโซเชียล ไลน์ ที่รับรู้ได้บางกลุ่ม เช่น นักกีฬา ผู้ควบคุมทีม แต่ผู้เข้าร่วมพึงพอใจที่มีการพัฒนารูปแบบการแข่งขันขึ้นในแต่ละครั้งและมีการจัดและปรับรูปแบบการแข่งขันต่อเนื่องในทุก ๆ ปี

3. ด้านกฎกติกาการแข่งขัน

มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับ มาก ผู้เข้าร่วมการแข่งขันต้องปรับตัวกับกฎกติกาการแข่งขันในแต่ละพื้นที่ที่มีความแตกต่างกัน โดยในด้านกฎกติกาการแข่งขัน ด้านความยุติธรรมของผู้ตัดสิน ต้องมีการปรับเปลี่ยนเพื่อให้เป็นมาตรฐานเดียวกันเพื่อให้สอดคล้องเหมาะสมกับผู้สูงวัย แต่มีความพึงพอใจในมาตรฐานที่ดีในการลงโทษผู้กระทำผิดร้ายแรง มีกฎกติกาที่ปกป้องนักกีฬาและมีกฎการลงโทษแบบตามกติกาและแบนทางสังคมที่เด็ดขาดในหลายสนามแข่งขัน

4. ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน

มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับ มาก แสดงถึงการมีความสนใจในการร่วมกิจกรรมด้วยความเต็มใจและภาคภูมิใจ และให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมอย่างเต็มเปี่ยม

5. ด้านระยะเวลาในการจัดแข่งขัน มี

ค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง มีระยะเวลาในการแข่งขันที่ไม่ต่างจากรุ่นประชาชนทั่วไป แข่งขันในช่วงเวลาที่อุณหภูมิที่ร้อนเกินไป ไม่ได้มีการปรับเปลี่ยนเวลาในการแข่งขันให้สอดคล้องกับผู้สูงวัย หรือมีเวลาพักเบรกในช่วงแข่งขัน มีเวลาพิเศษในระหว่างแข่งขัน

6. ด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน

มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง เนื่องจากสถานที่ในการแข่งขันขึ้นอยู่กับผู้จัดการแข่งขันในแต่ละพื้นที่ บางพื้นที่มีพื้นสนามแข่งขันที่มีความเรียบ นุ่มแล้ว บรรยากาศและความพร้อมของที่พักโดยรอบดี ที่นั่งชม มีห้องสุขา ห้องน้ำเพียงพอและสะอาด แต่บางพื้นที่ยังไม่ได้มีความพร้อมมากนัก รวมถึงความพร้อมของเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยและสถานที่จอดรถรวมถึงป้ายบอกตำแหน่งความสะดวก

7. ด้านการประชาสัมพันธ์ในการแข่งขัน

รวมมีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับ มาก ตั้งแต่การเปิดรับสมัครผ่านเพจ เฟสบุ๊ก ตามสื่อต่าง ๆ รวมถึงการจัดการแข่งขัน การไลฟ์ถ่ายทอดสดทางโซเชียล รูปถ่ายบรรยากาศการแข่งขัน การบรรยายเกมการแข่งขันล้วนเป็นส่วนสำคัญของการจัดการแข่งขันในยุคสมัยนี้

ด้านความต้องการในแต่ละด้านของการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย พบว่า มีความต้องการอยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน และเมื่อแยกเป็นรายด้าน พบว่า ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน เช่น มีความเต็มใจ เข้าใจ ถึงวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขัน การมีน้ำใจนักกีฬา เป็นสิ่งที่ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความต้องการให้เกิดขึ้นมากที่สุดในการแข่งขันของผู้สูงวัย ด้านกฎกติกาการแข่งขัน เช่น การมีกติกาเหมาะสมกับช่วงวัย มีบทลงโทษชัดเจน เหมาะสม มีความต้องการให้เกิดขึ้นมากในการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาในรูปแบบในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยด้วยเช่นเดียวกัน ด้านการจัดการแข่งขัน เช่น การกำหนดวัตถุประสงค์ มาตรฐาน ความปลอดภัย การควบคุมการแข่งขัน ก็เป็นที่ต้องการให้ฟุตบอลผู้สูงวัยมีการปรับเปลี่ยนการจัดการแข่งขันไปในทิศทางที่ดีขึ้น รวมถึงด้านรูปแบบการแข่งขัน เช่น ความชัดเจนของโปรแกรม มีความเหมาะสม ยืดหยุ่น กับผู้สูงวัย มีการจัดการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง ส่งผลมาจากการจัดการแข่งขันที่ดี และด้านระยะเวลาการจัด เช่น มีเวลาที่เหมาะสมกับสภาพของผู้สูงวัย เวลาในการแข่งขัน เวลาพัก เวลาพิเศษ ล้วนส่งผลต่อความปลอดภัยในการแข่งขันของผู้สูงวัย พอ ๆ กับด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน เช่น สภาพสนาม สภาพแวดล้อมโดยรวม ที่นั่งชม พักผ่อนและห้องสุขาสะอาด สถานที่จอดรถ และด้านการประชาสัมพันธ์ เช่น มีการถ่ายทอดสด ไลฟ์สด มีภาพถ่ายทอดบรรยากาศการแข่งขัน การบรรยายเกมที่สนุกตื่นเต้น ไร้ใจ เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่สำคัญให้ผู้สูงวัยและคนทั่วไปหันมาสนใจและมีส่วนร่วมในการช่วยส่งเสริมและพัฒนาารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในประเทศไทย

ตอนที่ 2 ผลการพัฒนาารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย

ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการศึกษาในขั้นตอนที่ 1 ผลการศึกษาสภาพและความต้องการ การจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ที่ได้จากการลงพื้นที่โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก การสัมภาษณ์จากผู้เชี่ยวชาญ และการเก็บแบบสอบถามที่ได้จากผลการสังเคราะห์แนวคิดและทฤษฎีที่สนับสนุนการพัฒนาารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย เพื่อให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงวัย ทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม รวมถึงต้องคำนึงถึงหลักการพื้นฐาน แนวคิด ทฤษฎีหลักพื้นฐานในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงวัย หลัก (FITTE) มีรายละเอียด ดังนี้

1) F (Frequency) หมายถึง ความถี่ของการออกกำลังกายเป็นจำนวนครั้งของการออกกำลังกายเท่ากับ 3-5 วัน/สัปดาห์

2) I (Intensity) หมายถึง ความหนักเบาของการออกกำลังกาย เป็นการกำหนดระดับความสามารถในการออกกำลังกายแสดงถึงการใช้ปริมาณพลังงานทั้งหมด

3) T (Time or Duration) หมายถึง ช่วงระยะเวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง

4) T (type of exercise) หมายถึง ชนิดของการออกกำลังกาย

5) E (enjoyment) หมายถึง ความสนุกสนานเพลิดเพลินในการออกกำลังกาย

และนำทฤษฎีหลักการบริหารการจัดการ (POLC) โดยยึดหลักการในการบริหารที่สอดคล้องกับการจัดการแข่งขัน 4 ประการ ดังนี้ คือ 1) P - Planning การวางแผน 2) O - Organizing การจัดการองค์กร 3) L - Leading ภาวะการเป็นผู้นำ และ 4) C -Controlling การควบคุมดูแล) โดยนำแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยมีทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังนี้ 1) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับผู้ใช้สูงอายุ 2) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ 3) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ 4) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบ 5) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับแผนพัฒนากีฬาชาติ จากนั้นร่างรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งได้องค์ประกอบ 7 ด้าน ได้แก่ 1) การจัดการแข่งขัน 2) รูปแบบการแข่งขัน 3) กฎกติกาการแข่งขัน 4) ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน 5) ระยะเวลาในการจัดการแข่งขัน 6) สถานที่ในการจัดการแข่งขัน และ 7) การประชาสัมพันธ์ เพื่อให้ได้ผลการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทยในรูปแบบใหม่ที่มีแนวทางการจัดการแข่งขันที่ได้มาตรฐานในการจัดการแข่งขันเพิ่มมากขึ้นกว่าที่เป็นอยู่เดิมจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน โดยเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง(Purposive Selection) โดยเป็นผู้เชี่ยวชาญ ด้านการดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอลจากภาครัฐบาล ภาครัฐวิสาหกิจและเอกชน โดยใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ตามแบบสอบถามตามกรอบแนวคิดในการวิจัย จากผลการสังเคราะห์ข้อมูลสามารถพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุในประเทศไทย สรุปข้อมูลได้ดังนี้

การวางแผนการแข่งขัน (P: Planning)

มีการวางแผนการจัดการแข่งขัน โดยกำหนดวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันให้มีความชัดเจนในการจัดการแข่งขัน โดยอาจมีวัตถุประสงค์หลักในการจัดการแข่งขันและมีวัตถุประสงค์รองเป็นการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุควบคู่กันไปด้วย หรือเน้นการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุเป็นวัตถุประสงค์หลักในการจัดการแข่งขัน โดยต้องจัดการแข่งขันให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์อย่างชัดเจน และกำหนดวางโครงสร้างระเบียบการจัดการแข่งขัน รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ มีการวางแผนแต่งตั้งคณะกรรมการการทำงาน ควบคุมการจัดการแข่งขัน โดยกำหนดวางแผนให้มีผู้รับผิดชอบในแต่ละฝ่ายชัดเจน และมีการเตรียมงานล่วงหน้าก่อนการจัดการแข่งขันในรายการที่ไม่เป็นทางการอย่างน้อย 2 เดือน ส่วนรายการใหญ่ที่มีการจัดการแข่งขันอย่างเป็นทางการอาจใช้เวลาในการเตรียมการจัดการแข่งขัน อย่างน้อย 6-8 เดือน วางแผนออกแบบการแข่งขันให้ครอบคลุมทุกภาคส่วน โดยกำหนดแบ่งฝ่ายแบ่งหน้าที่ให้ครอบคลุมการจัดการแข่งขัน ดังนี้

- 1) ฝ่ายจัดการแข่งขัน ฝ่ายเอกสาร หลักฐาน ระเบียบการแข่งขัน กำหนดวันเวลา
รับสมัคร
 - 2) ฝ่ายกำหนดรูปแบบการแข่งขัน วางรูปแบบการแข่งขัน กำหนดทีมเข้าร่วมแข่งขัน
กำหนด จำนวนวันที่ทำการแข่งขัน เวลาในการแข่งขัน วางโปรแกรมการแข่งขัน
 - 3) ฝ่ายกรรมการผู้ตัดสิน กำหนดกติกาการแข่งขันให้มีความเหมาะสมกับรุ่นของการ
จัดการแข่งขัน กำหนดรุ่นการแข่งขัน กำหนดขนาดสนามแข่งขัน จำนวนผู้เล่นในสนามแข่งขัน
ผู้เล่นในทีม ควบคุมกติกาการแข่งขันให้เกิดความยุติธรรมมากที่สุด
 - 4) ฝ่ายสถานที่ สนาม อุปกรณ์การแข่งขัน ธงมุม ตาข่าย ป้ายเปลี่ยนตัว ป้ายผลการ
แข่งขัน ป้ายบอกตำแหน่งความสะอาด คุณภาพรวมด้านสถานที่ ห้องน้ำ ที่พักรอบสนาม อุปกรณ์
ซ่อมแซมกรณีชำรุดในขณะแข่งขัน
 - 5) ฝ่ายรักษาความปลอดภัย เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย อพปร. หรือเจ้าหน้าที่
ตำรวจ
 - 6) ฝ่ายประชาสัมพันธ์ ด้านประชาสัมพันธ์ ประกาศรับสมัครทีมเข้าร่วมแข่งขัน ทำสื่อ
เกี่ยวกับการแข่งขัน ถ่ายทอดสดการแข่งขัน รูปถ่าย รายละเอียดการแข่งขัน หาผู้สนับสนุนการ
แข่งขัน อย่างน้อยใช้เวลาเตรียมการประมาณ 2 เดือน
 - 7) ฝ่ายประสานงาน ประสานงานกับทีมต่าง ๆ ฝ่ายต่าง ๆ วางแผนการจัด วางฝ่าย
รับผิดชอบในแต่ละด้านที่สำคัญ สืบหาการจัดการแข่งขันในบริเวณพื้นที่ใกล้เคียง วันเวลาในการจัด
เข้าช้อนกับรายการใดบ้าง
 - 8) ฝ่ายสวัสดิการ มีส่วนดูแลสนับสนุนการจัดการให้การจัดการแข่งขันผ่านลู่วงไปได้
ด้วยดี
- วางแผนการจัดการเขียนโครงการเพื่อเสนอต่อภาคส่วนต่าง ๆ ในการขอความร่วมมือในการช่วยส่งเสริมในการจัดการแข่งขัน ประชุมทีมงานคณะกรรมการการทำงานในแต่ละฝ่าย
ดำเนินการแข่งขัน การวางแผนจัดทำงบประมาณในการจัดการแข่งขัน วางแผนและขั้นตอนการยื่น
เอกสารแจ้งความประสงค์การจัดทำแผนร่างการจัดการแข่งขันในรูปแบบต่าง ๆ วางแผนและขั้นตอน
การตรวจสอบสถานะและความพร้อมทีมกีฬาเพื่อที่จะร่วมแข่งขัน ประชุมหาข้อสรุปร่วมกันในแต่ละ
ฝ่ายในการจัดการแข่งขันเพื่อวางแผนแนวทางในการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัยใน
ประเทศไทย มีผู้รับผิดชอบในด้านต่าง ๆ อย่างชัดเจน

การบริหารจัดการแข่งขัน (Organizing)

มีการจัดการคัดสรรทรัพยากรบุคคล โดยมีการแบ่งหน้าที่ในแต่ละฝ่ายอย่างชัดเจน โดย
ฝ่ายจัดการแข่งขัน จะต้องมีความรอบรู้เฉพาะด้านกีฬาฟุตบอลและการจัดการในกีฬาอื่น ๆ

ฝ่ายจัดการแข่งขันจะเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในทีมกีฬาเพื่อความเป็นเลิศมาก่อนจะสามารถเข้าใจบริบทของการแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขัน ในแต่ละด้านมีความชำนาญในด้านที่ตนเองถนัด ในแต่ละด้าน ในแต่ละฝ่ายมีองค์ความรู้ในการจัดและดำเนินการและมีการจัดการด้านการเงินและงบประมาณ มีความสามารถทางงบประมาณในการจัดการแข่งขัน ในระดับต่าง ๆ รวมถึงจัดทำแผนงบประมาณ ระยะสั้น ระยะยาว และมีความสามารถในการเขียนขออนุมัติงบประมาณล่วงหน้า จัดทำแผนรายละเอียดการใช้งบประมาณที่ชัดเจน เพื่อใช้ในการจัดซื้อวัสดุอุปกรณ์ในการจัดการแข่งขันต่าง ๆ ปรับแก้ไขงบประมาณที่ไม่เพียงพอด้วยการจำกัดรูปแบบการแข่งขัน ควบคุมให้อยู่ในระยะเวลาที่สามารถจัดได้ อาจมีการบริหารการจัดการความเสี่ยง ที่มาจากปัจจัยภายนอก เช่น เศรษฐกิจ สังคม การเมือง กฎหมาย หรือ ปัจจัยภายใน เช่น กฎระเบียบการแข่งขัน ประสบการณ์ของฝ่ายจัดการแข่งขัน ระบบการทำงานโดยคำนึงถึง โอกาสที่จะเกิดความเสี่ยง (Likelihood) ผลกระทบจากความเสี่ยง (Impact) ระดับของความเสี่ยง (Degree of Risk) อาจประชุมรับทราบความเสี่ยงที่เกิดขึ้นและหาแนวทางในการแก้ไขพิจารณาความเสี่ยงนั้นว่าเป็นปัจจัยภายนอกหรือภายในที่ควบคุมได้หรือไม่ได้ จึงตัดสินใจคงตามแผนการแข่งขันเดิมหรือยกเลิกการแข่งขัน การบริหารจัดการต้องเกิดจากการวางแผนที่ละเอียดรอบคอบ

ภาวะการเป็นผู้นำ (Leading)

ภายใต้ของภาวะการเป็นผู้นำที่มีการสั่งการ มีการลงมือปฏิบัติจากการดำเนินงานในแต่ละฝ่ายที่ได้รับมอบหมาย โดยใช้เวลาในการเตรียมงานจากการเริ่มลงมือ กำหนดรูปแบบการจัดการแข่งขันให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การแข่งขัน ภายใต้การจัดการด้านงบประมาณและการจัดการความเสี่ยง โดยการวางกรอบการแข่งขันไว้ เช่น

1. ด้านรูปแบบการจัดการแข่งขัน

มีกำหนดรูปแบบการแข่งขัน เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การจัดการแข่งขันวางโปรแกรมการจัดการแข่งขัน หลังจากทราบจำนวนทีมที่ส่งทีมเข้าร่วมแข่งขัน กำหนดวันแข่งขัน เวลาแข่งขัน สถานที่แข่งขัน อย่างเป็นทางการ เช่น กรณีจัดการแข่งขันภายในวันเดียวจบ รับสมัครไม่เกิน 16 ทีม ใช้สนามแข่งขันในการแข่งขัน 2 สนาม เป็นฟุตบอล 7 คน ฟุตบอล 9 คน แต่กรณีที่มีสนามเพียง 1 สนามและสนามไม่มีไฟส่องสว่าง รับสมัคร ทีมไม่เกิน 12 ทีม ส่วนในกรณีฟุตบอล 11 คน รับสมัครไม่เกิน 8 ทีม โดยการลดเวลาแข่งขันครั้งเดียวใช้เวลา 25-30 นาทีต่อกู้ โดยกำหนดกิจกรรมตารางในวันแข่งขัน ให้เวลาแข่งขันที่สอดคล้องกับกลุ่มผู้สูงวัย

2. ด้านกฎกติกาการแข่งขัน

กำหนดกติกาที่เป็นมาตรฐานในการแข่งขันให้เป็นไปในทิศทางเดียวกันเพื่อให้รูปแบบกติกาของผู้สูงวัยที่มีแนวทางในกติกาการแข่งขันที่ชัดเจน เช่น ขนาดสนามฟุตบอล ฟุตบอล 7 คน ใช้สนามขนาดความกว้างอย่างน้อย 33 เมตร ความยาวอย่างน้อย 53 เมตร ฟุตบอล 9 คน ใช้สนามขนาดความกว้างอย่างน้อย 43 เมตร ความยาวอย่างน้อย 63 เมตร ฟุตบอล 11 คน ใช้สนามขนาดความกว้างอย่างน้อย 45 เมตร ความยาวอย่างน้อย 90 เมตร และฟุตบอล 11 คน ใช้สนามขนาดความกว้างอย่างน้อย 64 เมตร ความยาวอย่างน้อย 100 เมตร ในการแข่งขันระดับนานาชาติ ตามกำหนดของ FIFA ด้านอุปกรณ์ ลูกฟุตบอลจำเป็นต้องเป็นลูกฟุตบอลที่เป็นมาตรฐานตามกำหนดของผู้สนับสนุนหลักและตามกฎของสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ

การกำหนดจำนวนตัวผู้เล่น การกำหนดตัวผู้เล่นที่ต้องอยู่ในสนามแข่งขัน เช่น ฟุตบอล 7 คน จำนวนผู้เล่นในสนามขณะแข่งขันอย่างน้อย 4 คน ถ้าน้อยกว่า 4 คน ปรับแพ้ทุกกรณี ฟุตบอล 9 คน จำนวนผู้เล่นในสนามขณะแข่งขันอย่างน้อย 6 คน ถ้าน้อยกว่า 6 คน ปรับแพ้ทุกกรณี และฟุตบอล 11 คน จำนวนผู้เล่นในสนามขณะแข่งขันอย่างน้อย 7 คน ถ้าน้อยกว่า 7 คน ปรับแพ้ทุกกรณี และมีความพร้อมในการลงสนามตามโปรแกรมตารางเวลาแข่งขัน กรณีไม่พร้อมในด้านตัวผู้เล่น ให้เวลาพิเศษได้ 10 นาที

ชุดแข่งขัน ชุดแข่งขัน ฝ่ายจัดการแข่งขันต้องพูดคุยกับทุกทีมในการแจ้งสีชุดแข่งขัน เพื่อง่ายต่อการวางแผนการแข่งขัน และฝ่ายจัดการแข่งขัน ควรเตรียมชุดสำรองไว้ 2 สี เป็นชุดสีเข้ม กับชุดสีอ่อน เพื่อง่ายต่อการตัดสินของกรรมการ กรณีชุดสีใกล้เคียงและสีซ้ำกัน การกำหนดหมายเลขเสื้อ ให้ตรงกับ รุ่นอายุ เช่น รุ่นอายุโซนต่ำ ใช้หมายเลข 1-9 รุ่นอายุโซนกลาง ใช้หมายเลข 10-19 และรุ่นอายุโซนสูง ใช้หมายเลข 20 ขึ้นไป เพื่อเป็นการง่ายต่อการตรวจเช็คในการเปลี่ยนตัว

กรรมการผู้ตัดสินและผู้ช่วยผู้ตัดสิน ผู้ตัดสิน กรณี ฟุตบอล 7-9 คน ใช้กรรมการผู้ตัดสินอย่างน้อย 2 คน และผู้ช่วยผู้ตัดสินในการเปลี่ยนตัวเช็คความเรียบร้อยบริเวณข้างสนาม 1 คน และฟุตบอล 11 คน ใช้กรรมการผู้ตัดสินอย่างน้อย 3 คน และผู้ช่วยผู้ตัดสินในการเปลี่ยนตัวเช็คความเรียบร้อยบริเวณข้างสนาม 1 คน

กติกาการล้ำหน้า ไม่มีกติกาล้ำหน้าในฟุตบอล 7-9 คน ส่วนฟุตบอล 11 คนใช้กฎกติกาล้ำหน้าตามกฎสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ

การเปลี่ยนตัวผู้เล่น มีการเปลี่ยนตัวเข้าออกได้ตลอดเวลา ณ จุดเปลี่ยนตัว ในฟุตบอลผู้สูงวัย ตามรุ่นอายุของตนเอง ไม่นับจำนวนครั้ง แต่นักกีฬาที่อยู่ด้านในต้องออกนอกสนามก่อน นักกีฬาด้านนอกสนามถึงจะเปลี่ยนตัวลงไปได้ ถ้าทำผิดกติกาจะโดนคาดโทษด้วยใบเหลือง

การได้ลูกตั้งเตะ การได้ลูกตั้งเตะจากการทำผิดกติกา สามารถเล่นเร็วได้กรณีในแดนรับ ในฟุตบอล 7-9 คน ส่วนแดนรุกต้องได้รับอนุญาตจากผู้ตัดสินในทุกกรณี ส่วนฟุตบอล 11 คนใช้ กฎกติกาตามกฎสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ

ลูกทุ่ม ลูกเตะมุม ลูกตั้งเตะจากเขตประตู ลูกโทษ ใช้กฎกติกาตามกฎสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ

กรณีผลการแข่งขัน เสมอกันในเวลา การยิงจุดโทษหาผู้ชนะ ให้ใช้การยิงแบบ 1 ต่อ 1 ใช้ในการแข่งขันฟุตบอล 7-9 คน กรณีเสมอกันเปลี่ยนจุดยิงจุดโทษในจุดที่ 2 ส่วนฟุตบอล 11 คนใช้ กฎกติกาตามกฎสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ โดยมีการประชุมชี้แจงกติกากการแข่งขันให้ทุกทีมได้ทราบ ร่วมกันก่อนทำการแข่งขันหรือประชาสัมพันธ์ให้ทุกทีมได้รับทราบขณะการบรรยายเกมการแข่งขัน โดยอาจมีการคัดเลือกผู้ตัดสินที่มีมาตรฐาน มีประสบการณ์ในการตัดสินมาตัดสินในแมตช์ที่มีผลการแข่งขัน เช่น ชิงกันเข้ารอบ รอบแพ้คัดออก รอบรอง รองชิงชนะเลิศ

3. ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน

มีการตรวจสุขภาพร่างกายสม่ำเสมอ และมีใบรับรองแพทย์ยืนยันในการเข้าร่วมการแข่งขัน ในรายการต่าง ๆ ที่เข้าร่วมแข่งขัน และมีการกำหนดจำนวนผู้เล่นให้เพิ่มขึ้นมากกว่าปกติ ในกรณีที่มีการแข่งขันแบบรวบรัดภายใน 1-2 วัน ฟุตบอล 7 คนสามารถส่งจำนวนผู้เล่น 16-18 คน ฟุตบอล 9 คนสามารถส่งผู้เล่นได้ 18-20 คน ฟุตบอล 11 คน สามารถส่งผู้เล่นได้ทีละ 25-30 คน เพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพของผู้เข้าร่วมแข่งขัน การกำหนดรุ่นอายุในการแข่งขัน ควรกำหนด ความห่างของรุ่นอายุ ไม่เกิน 10 ปี เช่น รุ่น อายุ 40-48 ปี รุ่นอายุ 49-58 ปี รุ่นอายุ 59-68 ปีและรุ่น 65 ปีขึ้นไป เพื่อที่จะไม่มีความห่างกันในช่วงชั้นอายุ

4. ด้านระยะเวลาในการแข่งขัน

ฟุตบอล 7 คน ใช้เวลาในการแข่งขันอย่างน้อยครึ่งละ 15 นาที เวลาพักระหว่างครึ่ง 5-7 นาที ฟุตบอล 9 คน ใช้เวลาแข่งขันอย่างน้อยครึ่งละ 20 นาที เวลาพักระหว่างครึ่ง 8-10 นาที ฟุตบอล 11 คน เวลาแข่งขันครึ่งละ 40 นาที พักระหว่างครึ่ง 10-15 นาที และอาจมีช่วงพักระหว่างแข่งขันในช่วงอากาศร้อน นาที ที่ 20 ของแต่ละครึ่ง อย่างน้อย 3-5 นาที ในกรณีมีการแข่งขันแบบ รวบรัด 1-2 วันจบการแข่งขัน ต้องจัดให้นักกีฬามีเวลาพักระหว่างแข่งขันก่อนทำการแข่งขันในครั้งต่อไป อย่างน้อย 1 ชม.ครึ่ง ถึง 2 ชม. มีการพักการแข่งขันในช่วงที่มีอากาศร้อนมาก ๆ อุณหภูมิเกิน 32 องศา เช่นพักการแข่งขันในช่วงเวลา 11.00-14.00 น.

5. ด้านสถานที่ในการแข่งขัน

การเลือกสนามแข่งขันและประสานงานกับองค์กรที่มีความพร้อมในด้านสถานที่ในการแข่งขัน เช่น สนามของโรงเรียน สนามของ อบต. เทศบาล อบจ. เพื่อสามารถจัดการแข่งขันได้และโดยส่วนมากสนามจะมีมาตรฐาน ในด้านต่าง ๆ ครบ เช่น ห้องน้ำ สถานที่จอดรถ ที่นั่งชม และควรเลือกสนามที่มีสภาพสนามนุ่ม เรียบ เพื่อการแข่งขันที่ช่วยลดการบาดเจ็บของนักกีฬาผู้สูงวัย ควรเลือกสนามที่มีไฟส่องสนาม ในกรณีที่มีอากาศร้อน สามารถเลื่อนการแข่งขันและในกรณีที่มีการแข่งขันหลายคู่ เพื่อคำนึงถึงผู้เข้าร่วมการแข่งขันที่เป็นผู้สูงวัย มีแพทย์สนาม อ.พ.ป.ร. มีเจ้าหน้าที่ตำรวจ เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย อยู่ประจำสนามแข่งขันตลอดเวลาที่มีการแข่งขัน

6. ด้านประชาสัมพันธ์

มีการประชาสัมพันธ์การรับสมัครล่วงหน้า อย่างน้อย 2 เดือน เพื่อให้ทีมต่าง ๆ มีการเตรียมตัวเข้าร่วมแข่งขัน มีการแจ้งรายละเอียดต่าง ๆ ผ่านสื่อช่องทางต่าง ๆ ในทุกช่องทาง มีการประชาสัมพันธ์ข่าวสารต่าง ๆ ให้ทุกทีมได้รับทราบและเตรียมความพร้อม ในขณะแข่งขัน มีการถ่ายทอดสดการแข่งขันจะได้รับความสนใจในกิจกรรมของผู้สูงวัยในอีกช่องทางหนึ่งด้วย อาจมีเงินรางวัลในการแข่งขันที่ไม่สูงมากเกินไป เพื่อประกันความเสี่ยงและลดความรุนแรงในเกมการแข่งขัน รวมถึงมีการบรรยายเกมการแข่งขัน ในขณะแข่งขันเพื่อเพิ่มอรรถรสในการรับชม ของผู้ชมในสนามแข่งขัน อาจมีถ้วยรางวัลพิเศษต่าง ๆ เช่น ผู้รักษาประตูยอดเยี่ยม กองหลังยอดเยี่ยม กองกลางยอดเยี่ยม กองหน้ายอดเยี่ยม ผู้ทำประตูสูงสุด นักเตะทรงคุณค่า นักเตะ FAIR PLAY ผู้จัดการทีมยอดเยี่ยมและมีการจัดถ้วยรางวัลทีมมารยาทยอดเยี่ยมในทุก ๆ รายการแข่งขัน เพื่อเป็นแบบอย่างในการเล่นที่มีมารยาทให้กับเยาวชน ขึ้นจัดการแข่งขัน (Competition) จัดการแข่งขันให้ตรงตามที่ได้กำหนด วัตถุประสงค์และรูปแบบวิธีการจัดการดำเนินการแข่งขัน ความรับผิดชอบของแต่ละฝ่ายจัดการแข่งขันควบคุมให้เป็นไปตามขั้นตอนในการดำเนินงาน

การควบคุม (Controlling)

ด้านอำนวยการและควบคุมงาน (D: Directing) การกำกับติดตามการจัดการแข่งขันในแต่ละครั้งในแต่ละรอบการแข่งขันมีความสำคัญต่อการดำเนินงานให้เกิดความเรียบร้อยและการปรับแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างทันที่ การกำกับติดตามโดยคณะกรรมการควบคุมดูแลความเรียบร้อยในการแข่งขัน รวมถึงด้านความร่วมมือประสานงาน (Co: Coordinating) ของคณะกรรมการจัดการแข่งขัน ผู้รับผิดชอบในแต่ละฝ่าย มีการประสานงานกับผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอนตัวแทนทีมที่เข้าร่วมแข่งขัน เพื่อทำความเข้าใจในระเบียบการแข่งขัน รูปแบบการแข่งขัน กติกาการแข่งขัน สถานที่ในการแข่งขัน คณะกรรมการจัดการแข่งขัน ติดต่อประสานงานกับทีมกีฬาเพื่อลด

ความผิดพลาดด้านโปรแกรมการแข่งขัน กฎกติกาการแข่งขัน เพื่อให้การแข่งขันดำเนินไปได้ดีในทุก ๆ ด้าน รวมถึงการประสานงานกับหน่วยงาน ทั้งภาครัฐและเอกชนในด้านต่าง ๆ ด้านงบประมาณ ด้านรักษาความปลอดภัย ด้านพยาบาล ด้านสถานที่ สนาม ที่จอดรถและเพื่อนบ้าน ใกล้เคียงสนามแข่งขันโดยคณะกรรมการจัดการแข่งขัน ควบคุมดูแลการแข่งขัน จนถึงขั้นประเมินการจัดการแข่งขัน (Post Competition) ที่ต้องมีการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมการแข่งขัน ประเมินสภาพการจัดการแข่งขัน มีการประเมินผู้ปฏิบัติงานในแต่ละฝ่าย มีการประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขัน

โดยได้รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ที่พัฒนาขึ้นคือ SONG GAME MODEL ประกอบด้วย 8 ด้าน คือ S-O-N-G-A-M-E โดยแต่ละด้านมีความหมาย ดังนี้

S: Spirit การมีน้ำใจ หมายถึง การมีน้ำใจ หมายถึง การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน ต่อผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดการแข่งขัน ภายใต้กฎกติกา มารยาท ที่ร่วมกันกำหนดและสร้างขึ้น เพื่อให้ทุกคนมีส่วนในการผลักดันให้กีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ดำเนินต่อไปได้อย่างยั่งยืนภายใต้การมีน้ำใจในทุก ๆ ด้าน

O: Organization management การบริหาร การจัดการ หมายถึง มีการบริหาร การจัดการ การแข่งขันที่ดี ทั้งในด้านการมีผู้รับผิดชอบในส่วนงานต่าง ๆ รวมถึงการบริหารจัดการความเสี่ยง และการบริหารจัดการเงินและงบประมาณ ได้อย่างเหมาะสม

N: Network เครือข่ายพันธมิตร หมายถึง ความสัมพันธ์ ความร่วมมือ การมีส่วนร่วมที่จะร่วมด้วยช่วยกันทำให้กิจกรรมดำเนินต่อไปอย่างยั่งยืน ภายใต้การมีส่วนร่วมช่วยกันผลักดันพัฒนา รูปแบบการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย

G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมประสบการณ์แปลกใหม่ในช่วงวัยของผู้สูงวัย จากการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลในพื้นที่ต่าง ๆ ทั่วภูมิภาคของประเทศไทย

G: Goal เป้าหมาย หมายถึง เป้าประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในทุก ๆ ด้าน เพื่อให้ผู้สูงวัยเข้าใจในคุณค่าชีวิตของตนเอง เข้าใจชีวิตของผู้สูงวัยด้วยกัน

A: Age อายุ หมายถึง ช่วงอายุของผู้สูงวัย ที่มีความจำเป็นในการจัดการ กำหนดช่วงวัยในการเข้าร่วมการแข่งขัน ให้เหมาะสมในการมีส่วนร่วมในการแข่งขันเพื่อที่จะส่งผลให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยที่ดีที่สุด

M: Motivation แรงจูงใจ หมายถึง การสร้างรูปแบบให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพในทุกด้าน ทั้งในด้านความการส่งเสริมสุขภาพกาย ใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา มีความปลอดภัยและให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อทุกคนที่เข้าร่วมแข่งขัน

E: Enjoyment ความสนุกสนาน หมายถึง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจ มีความสุขสนุกสนาน จากการเข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในครั้งนี้

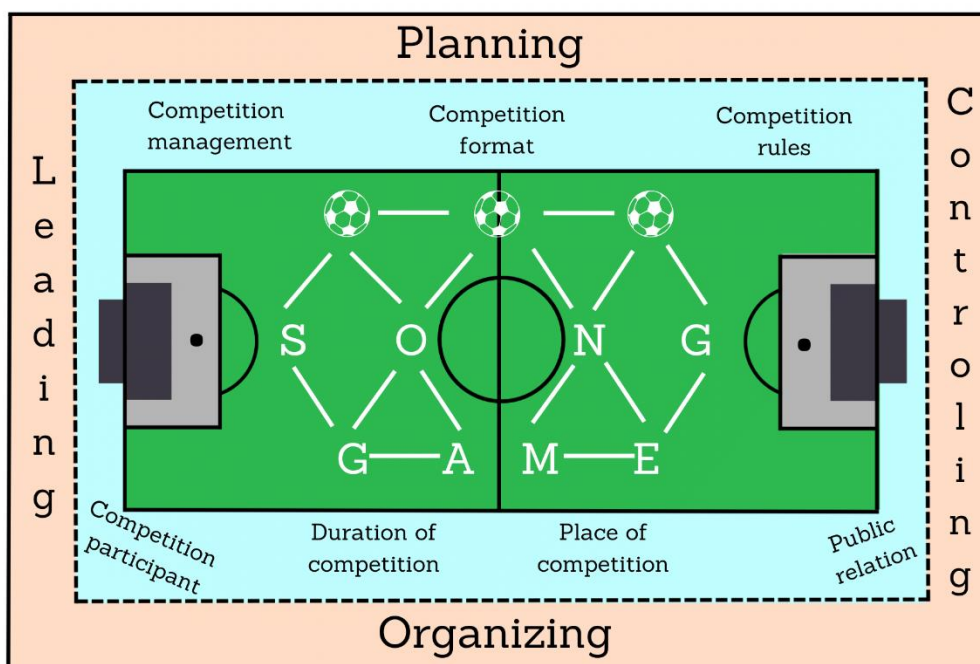
ผู้วิจัยได้ดำเนินการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมคุณภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยและเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ด้านความเที่ยงตรงเฉพาะหน้า(Face Validity)และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านประกอบไปด้วย อาจารย์ที่มีประสบการณ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ด้านกีฬาฟุตบอล ด้านวิจัยและประเมิน นักวิชาการด้านกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง เป็นผู้ตรวจสอบแก้ไขและให้คำแนะนำรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

ตารางที่ 12 ค่าผลการประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมคุณภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

องค์ประกอบของรูปแบบ	ค่า IOC	การแปลผล
1. ชื่อรูปแบบ SONG GAME MODEL	1.00	นำไปใช้ได้
2. S: Spirit การมีน้ำใจ - การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน - การมีมารยาทภายใต้กฎกติกาการแข่งขัน	1.00	นำไปใช้ได้
3. O: Organization management การบริหาร การจัดการ - มีการบริหารจัดการการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยให้ได้มาตรฐานมากยิ่งขึ้นในทุก ๆ ด้าน - มีการติดตามผล ประเมินผลในการจัดการแข่งขันเพื่อปรับปรุงแก้ไขในการจัดครั้งต่อไป	1.00	นำไปใช้ได้
4. N: Network เครือข่ายพันธมิตร - การมีส่วนร่วมของเครือข่ายที่ช่วยส่งเสริมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย - มีการขยายเครือข่ายด้านฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย	1.00	นำไปใช้ได้
5. G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี - มีรูปแบบการแข่งขันที่เหมาะสมและส่งเสริมสุขภาพ	1.00	นำไปใช้ได้

องค์ประกอบของรูปแบบ	ค่า IOC	การแปลผล
ของผู้สูงวัย - การเสริมสร้างประสบการณ์แปลกใหม่ให้กับผู้สูงวัย		
6. G: Goal เป้าหมาย - ส่งเสริมให้ผู้สูงวัยมีกิจกรรมและการแข่งขันในรูปแบบการแข่งขันที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น - มีผู้เข้าร่วมการแข่งขันและติดตามการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัยเพิ่มมากขึ้น	0.80	นำไปใช้ได้
7. A: Age อายุ - มีการกำหนดช่วงของอายุในการแข่งขันได้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น - มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัยเพิ่มมากขึ้นเมื่อมีการปรับช่วงของอายุของนักกีฬาที่เหมาะสม	1.00	นำไปใช้ได้
8. M: Motivation แรงจูงใจ - สร้างรูปแบบการแข่งขันให้มีแรงจูงใจในการเข้าร่วมของผู้สูงวัยเพิ่มมากขึ้น - สร้างความมั่นใจ ความปลอดภัย ในการเข้าร่วมการแข่งขัน	0.80	นำไปใช้ได้
9. E: Enjoyment ความสนุกสนาน - รูปแบบการแข่งขันมีความสนุกสนาน เกิดความสุขกับผู้สูงวัยที่เข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขัน	1.00	นำไปใช้ได้

จากตารางที่ 12 พบว่า ค่าผลการประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมคุณภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item Objective Congruence) อยู่ระหว่าง 0.80-1.00 แสดงว่ามีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาสามารถนำไปใช้ได้



ภาพที่ 21 SONG GAME MODEL



ภาพที่ 22 การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ในขั้นตอนที่ 2

ผลจากการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย ที่ผู้เชี่ยวชาญร่วมกันสนทนากลุ่มได้แสดงความคิดเห็นในการปรับเปลี่ยนวิธีการในการจัดการแข่งขัน รูปแบบการแข่งขัน กฎกติกาการแข่งขันในบางข้อ เพื่อให้เหมาะสมกับผู้เข้าร่วมการแข่งขันและปรับเปลี่ยนในเรื่องระยะเวลาในการแข่งขันให้เหมาะสมและเพื่อความปลอดภัยในความ

เสี่ยงในด้านต่าง ๆ ปรับเปลี่ยนในด้านสถานที่ การประชาสัมพันธ์ให้มีมาตรฐานในการดำเนินการจัดการแข่งขัน ภายใต้รูปแบบ SONG GAME MODEL เพื่อให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับแนวทางการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ก่อนนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 15 ท่าน ตรวจสอบรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย SONG GAME MODEL ต่อไป

ตอนที่ 3 ผลการรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย

ผู้วิจัยได้นำผลการวิจัยและร่างรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัยที่ได้รับการพัฒนาและปรับปรุงแก้ไขตามความคิดของผู้เชี่ยวชาญจากการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ตามขั้นตอนที่ 2 นำแบบประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ประกอบไปด้วย อาจารย์ที่มีประสบการณ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ด้านกีฬาฟุตบอล ด้านวิจัยและประเมิน นักวิชาการด้านกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบประเมินที่สร้างขึ้น โดยมีค่า IOC อยู่ระหว่าง .80 – 1.00 มีค่ามากกว่า 0.5 สามารถนำไปใช้ได้ ผู้วิจัยนำแบบประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทยที่ผ่านการตรวจสอบ เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อประเมินรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย มานำเสนอแก่ผู้เชี่ยวชาญในการสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship) จำนวน 15 ท่าน เพื่อรับรองรูปแบบ SONG GAME MODEL การจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย และแนวทางการนำไปใช้ โดยสามารถสรุปผลการสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship) และข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญได้ รายละเอียดดังนี้ สรุปผล ผลการจัดสัมมนากลุ่มในขั้นตอนสุดท้ายของการศึกษาผู้วิจัยได้จัดสนทนากลุ่มโดยเชิญผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ประกอบด้วย ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอนนักกีฬา กรรมการผู้ตัดสิน และฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย นักกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย มาร่วมสนทนากลุ่มจำนวน 15 ท่านประชุมแบบ Onsite และ Online เพื่อประเมินรูปแบบ โดยนำเสนอในรูปแบบตามตาราง ดังนี้

ตารางที่ 13 ผลการประเมินรับรองความเหมาะสมของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย โดยผู้เชี่ยวชาญ

(n=15)

องค์ประกอบของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย	\bar{X}	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1. S: Spirit การมีน้ำใจ หมายถึง การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน ต่อผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดการแข่งขัน ภายใต้กฎกติกา มารยาท ที่ร่วมกันกำหนดและสร้างขึ้นเพื่อให้ทุกคนมีส่วนในการผลักดันให้กีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ดำเนินต่อไปได้อย่างยั่งยืนภายใต้การมีน้ำใจในทุก ๆ ด้าน	4.33	0.47	มาก
2. O: Organization management การบริหาร การจัดการ หมายถึง มีการบริหาร การจัดการการแข่งขันที่ดี ทั้งในด้านการมีผู้รับผิดชอบในสวนงานต่าง ๆ รวมถึงการบริหารจัดการความเสี่ยง และการบริหารจัดการเงินและงบประมาณ ได้อย่างเหมาะสม	4.20	0.75	มาก
3. N: Network เครือข่าย พันธมิตร หมายถึง ความสัมพันธ์ ความร่วมมือ การมีส่วนร่วมที่จะร่วมด้วยช่วยกันทำให้กิจกรรมดำเนินต่อไปอย่างยั่งยืน ภายใต้การมีส่วนร่วมช่วยกันผลักดันพัฒนารูปแบบการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย	4.33	0.60	มา
4. G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมประสบการณ์แปลกใหม่ในช่วงวัยของผู้สูงวัย จากการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลในพื้นที่ต่าง ๆ ทั่วภูมิภาคของประเทศไทย	4.33	0.47	มาก
5. G: Goal เป้าหมาย หมายถึง เป้าประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในทุก ๆ ด้าน เพื่อให้ผู้สูงวัยเข้าใจในคุณค่าชีวิตของตนเอง เข้าใจชีวิตของผู้สูงวัยด้วยกัน	4.13	0.72	มาก

องค์ประกอบของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ	\bar{X}	S.D.	ระดับความเหมาะสม
6. A: Age อายุ หมายถึง ช่วงอายุของผู้สูงอายุ ที่มีความจำเป็นในการจัดการ กำหนดช่วงวัยในการเข้าร่วมการแข่งขัน ให้เหมาะสมในการมีส่วนร่วมในการแข่งขันเพื่อที่จะส่งผลให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่ดีที่สุด	4.20	0.70	มาก
7. M: Motivation แรงจูงใจ หมายถึง การสร้างรูปแบบให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพในทุกด้าน ทั้งในด้านความการส่งเสริมสุขภาพกาย ใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา มีความปลอดภัยและให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อทุกคนที่เข้าร่วมแข่งขัน	4.40	0.49	มาก
8. E: Enjoyment ความสนุกสนาน หมายถึง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจ มีความสุข สนุกสนาน จากการเข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในครั้งนี้	4.73	0.44	มากที่สุด
รวม	4.33	0.58	มาก

จากตารางที่ 13 พบว่า ผลการประเมินรับรองความเหมาะสมของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย โดยผู้เชี่ยวชาญ 15 ท่าน โดยภาพรวมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับ มาก (ค่าเฉลี่ยรวม 4.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.58) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน เรียงตามลำดับจากค่าเฉลี่ยสูงสุด พบว่า ลำดับแรก ได้แก่ E: Enjoyment ความสนุกสนาน หมายถึง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจ มีความสุข สนุกสนาน จากการเข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในครั้งนี้ (ค่าเฉลี่ย 4.73 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.44) รองลงมาด้าน M: Motivation แรงจูงใจ หมายถึง การสร้างรูปแบบให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพในทุกด้าน ทั้งในด้านความการส่งเสริมสุขภาพกาย ใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา มีความปลอดภัยและให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อทุกคนที่เข้าร่วมแข่งขัน (ค่าเฉลี่ย 4.40 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.49) S: Spirit การมีน้ำใจ หมายถึง การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน ต่อผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดการแข่งขัน ภายใต้กฎกติกา มารยาท ที่ร่วมกันกำหนดและสร้างขึ้นเพื่อให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการผลักดันให้กีฬาฟุตบอลของผู้สูงอายุ ดำเนินต่อไปได้อย่างยั่งยืนภายใต้การมีน้ำใจในทุก ๆ ด้าน (ค่าเฉลี่ย 4.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.47) G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมประสบการณ์แปลกใหม่ในช่วงวัยของผู้สูงอายุ จากการเข้าร่วมกิจกรรมการ

แข่งขันฟุตบอลในพื้นที่ต่าง ๆ ทั่วภูมิภาคของประเทศไทย (ค่าเฉลี่ย 4.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.47) N: Network เครือข่ายพันธมิตร หมายถึง ความสัมพันธ์ ความร่วมมือ การมีส่วนร่วมที่จะร่วมด้วยช่วยกันทำให้กิจกรรมดำเนินต่อไปอย่างยั่งยืน ภายใต้การมีส่วนร่วมช่วยกันผลักดันพัฒนารูปแบบการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ (ค่าเฉลี่ย 4.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.60) O: Organization Management การบริหาร การจัดการ หมายถึง มีการบริหาร การจัดการ การแข่งขันที่ดี ทั้งในด้านการมีผู้รับผิดชอบในส่วนงานต่าง ๆ รวมถึงการบริหารจัดการความเสี่ยง และการบริหารจัดการเงินและงบประมาณ ได้อย่างเหมาะสม (ค่าเฉลี่ย 4.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.75) A: Age อายุ หมายถึง ช่วงอายุของผู้สูงอายุ ที่มีความจำเป็น ในการจัดการ กำหนดช่วงวัยในการเข้าร่วมการแข่งขันให้เหมาะสมในการมีส่วนร่วมในการแข่งขันเพื่อที่จะส่งผลให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่ดีที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.70) G: Goal เป้าหมาย หมายถึง เป้าประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในทุก ๆ ด้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าใจในคุณค่าชีวิตของตนเอง เข้าใจชีวิตของผู้สูงอายุด้วยกัน (ค่าเฉลี่ย 4.13 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.72)



ภาพที่ 23 การสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship)

บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย มีวัตถุประสงค์ในการศึกษาครั้งนี้ 3 ประการดังนี้ 1) เพื่อศึกษาสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย และ 3) เพื่อประเมินรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย โดยใช้วิธีการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) ศึกษาในพื้นที่ทั่วทุกภูมิภาคในประเทศไทย โดยกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (key Information) ในการวิจัยในขั้นตอนที่ 1 การศึกษาสภาพและความต้องการของการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย รวมจำนวน 78 จังหวัด จากประชากรจำนวนไม่เกิน 100,000 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีเปิดตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie and Morgan (1970) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 383 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย จำนวน 8 คน โดยใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) เก็บข้อมูลด้วยแบบสัมภาษณ์เชิงลึก ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) โดยเป็นผู้เชี่ยวชาญ ด้านการดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอลจากภาครัฐ เอกชน และรัฐวิสาหกิจ จำนวน 5 คน เก็บข้อมูลโดยใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) และขั้นตอนที่ 3 การรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย โดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัย ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) โดยเป็นผู้เชี่ยวชาญ มีประสบการณ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ด้านกีฬาฟุตบอล ด้านวิจัยและประเมิน หรือนักวิชาการด้านกิจกรรมที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในประเทศไทย จำนวน 15 คน เก็บข้อมูลโดยใช้วิธีการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship)

สรุปผลการวิจัย

ผลจากการศึกษา สรุปได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาสภาพและความต้องการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ในประเทศไทย พบว่า สภาพความต้องการด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ รวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับ มากที่สุด ในทุก ๆ ด้าน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงตามค่าเฉลี่ยสูงสุด ดังนี้ ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน เช่น มีความเต็มใจ เข้าใจถึง วัตถุประสงค์การจัด การมีน้ำใจนักกีฬา ด้านกฎกติกาการแข่งขัน เช่น กติกาเหมาะสมกับช่วงวัย มีบทลงโทษชัดเจน เหมาะสม ด้านการจัดการแข่งขัน เช่น การกำหนดวัตถุประสงค์ มาตรฐาน ความปลอดภัย การควบคุมการแข่งขัน ด้านรูปแบบการแข่งขัน เช่น ความชัดเจนของโปรแกรม มีความเหมาะสม ยืดหยุ่น กับผู้สูงอายุ มีการจัดการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง ด้านระยะเวลาการจัด เช่น มีเวลาที่เหมาะสมกับสภาพของผู้สูงอายุ เวลาในการแข่งขัน เวลาพัก เวลาพิเศษ ด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน เช่น สภาพสนาม สภาพแวดล้อมโดยรวม ที่นั่งชม พักผ่อนและห้องสุขาสะอาด และปลอดภัย และ ด้านการประชาสัมพันธ์ เช่น มีการถ่ายทอดสดไลฟ์สด มีภาพถ่ายบรรยากาศการแข่งขัน การบรรยายเกมที่สนุกตื่นเต้น เร้าใจตามลำดับ โดยสอดคล้องกับการศึกษาสภาพของด้านการจัดการแข่งขันที่อยู่ในระดับ น้อยและปานกลาง ที่ยังต้องปรับปรุงแก้ไข เช่น ให้มีคณะกรรมการฝ่ายดำเนินการจัดการแข่งขัน มีผู้รับผิดชอบในแต่ละฝ่ายแบ่งหน้าที่กันอย่างชัดเจน การจัดการแข่งขันที่มีความเป็นมาตรฐานในการแข่งขันของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น มี ความพร้อมด้านการแข่งขัน มีรถพยาบาล มีการรักษาความปลอดภัย มีหน่วยกู้ภัยเป็นต้น มีรูปแบบการแข่งขันที่มีการแจ้งโปรแกรมให้ทราบอย่างชัดเจนตามตารางการแข่งขันและมีรูปแบบการแข่งขันมีการยืดหยุ่น เหมาะสม สอดคล้องกับการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย รวมถึงการปรับเปลี่ยนกฎกติกาเพื่อให้เหมาะสมต่อผู้สูงวัยในการแข่งขัน เช่น ขนาดสนามต่อจำนวนผู้เล่น การเปลี่ยนตัว การส่งรายชื่อนักกีฬาที่เข้าร่วม ช่วงชั้นของอายุ เวลาที่ใช้ในแข่งขัน มีระยะเวลาของการพักในแต่ละครั้ง เวลาพิเศษ ในการแข่งขันเหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงวัย และมีสถานที่แข่งขันที่ปลอดภัย เช่น มีพื้นสนามที่นุ่ม เรียบ เหมาะกับการแข่งขันของผู้สูงวัย มีห้องสุขาที่สะอาด สถานที่ชำระล้าง ถูกสุขลักษณะเหมาะสมและมีสถานที่จอดรถที่เพียงพอ ส่วนด้านกฎกติกาการแข่งขันที่มีความเข้มงวดและมีบทลงโทษการทำผิดกติการ้ายแรง การประชาสัมพันธ์ ในรูปแบบต่าง ๆ มีความพึงพอใจในสภาพการจัดการแข่งขันที่อยู่ในระดับ มาก ส่วนด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความเข้าใจและเต็มใจในการเข้าร่วมการแข่งขันด้วยความสมัครใจ และผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความภาคภูมิใจในการเข้าร่วมการ ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีการประเมินตนเองและเตรียมความพร้อมในด้านสมรรถภาพทางกาย ในการเข้าร่วมการแข่งขันเพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพของตนเอง มีความพึงพอใจในสภาพการจัดการแข่งขันที่มากที่สุด

1) ผลการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย โดยรูปแบบที่พัฒนาขึ้นคือ SONG GAME MODEL ที่มีผู้เชี่ยวชาญ 5 คน ร่วมสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เพื่อพัฒนาการจัดการแข่งขันฟุตบอลในรูปแบบใหม่ขึ้น รูปแบบที่พัฒนาขึ้นผ่านกระบวนการบริหาร จัดการ 4 ขั้นตอน คือ 1) การวางแผน (Planning) 2) การจัดการองค์กร (Organizing) 3) การปฏิบัติ (Implement) และ 4) การควบคุม (Controlling) ซึ่งมีองค์ประกอบ 7 ด้าน ได้แก่ 1) การจัดการแข่งขัน 2) รูปแบบการแข่งขัน 3) กฎกติกาการแข่งขัน 4) ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน 5) ระยะเวลาในการจัดการแข่งขัน 6) สถานที่ในการจัดการแข่งขัน และ 7) การประชาสัมพันธ์ เกิดรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยรูปแบบใหม่ ภายใต้แนวคิดรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่ชื่อว่า SONG GAME MODEL คือ 1) S: Spirit การมีน้ำใจ 2) T: Tournament รายการแข่งขัน 3) R: Relationship มิตรภาพ 4) O: Organization management การบริหาร การจัดการ 5) N: Network เครือข่ายพันธมิตร 6) G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี 7) G: Goal เป้าหมาย 8) A: Age อายุ 9) M: Motivation แรงจูงใจ และ 10) E: Enjoyment ความสนุกสนาน ร่วมสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) พัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย

2) ผลการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย โดยรูปแบบที่พัฒนาขึ้นคือ SONG GAME MODEL ที่มีผู้เชี่ยวชาญ 5 คน ร่วมสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เพื่อพัฒนาการจัดการแข่งขันฟุตบอลในรูปแบบใหม่ขึ้น รูปแบบที่พัฒนาขึ้นผ่านกระบวนการบริหาร จัดการ 4 ขั้นตอน คือ 1) การวางแผน (Planning) 2) การจัดการองค์กร (Organizing) 3) ภาวะการเป็นผู้นำ (Leading) และ 4) การควบคุม (Controlling) ซึ่งมีองค์ประกอบ 7 ด้าน ได้แก่ 1) การจัดการแข่งขัน 2) รูปแบบการแข่งขัน 3) กฎกติกาการแข่งขัน 4) ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน 5) ระยะเวลาในการจัดการแข่งขัน 6) สถานที่ในการจัดการแข่งขัน และ 7) การประชาสัมพันธ์ เกิดรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยรูปแบบใหม่ ภายใต้แนวคิดรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่ชื่อว่า SONG GAME MODEL คือ 1) S: Spirit การมีน้ำใจ หมายถึง การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน ต่อผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดการแข่งขัน ภายใต้กฎกติกา มารยาท ที่ร่วมกันกำหนดและสร้างขึ้นเพื่อให้ทุกคนมีส่วนในการผลักดันให้กีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ดำเนินต่อไปได้อย่างยั่งยืนภายใต้การมีน้ำใจในทุก ๆ ด้าน 2) O: Organization management การบริหาร การจัดการ หมายถึง มีการบริหาร การจัดการการแข่งขันที่ดี ทั้งในด้านการมีผู้รับผิดชอบในส่วนงานต่าง ๆ รวมถึงการบริหารจัดการความเสี่ยง และการบริหารจัดการเงินและงบประมาณ ได้อย่างเหมาะสม 3) N: Network เครือข่ายพันธมิตร หมายถึง ความสัมพันธ์ ความร่วมมือ การมีส่วนร่วมที่จะร่วมด้วยช่วยกันทำให้กิจกรรมดำเนินต่อไปอย่างยั่งยืน ภายใต้การมีส่วนร่วมช่วยกันผลักดันพัฒนารูปแบบการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพ 4) G:

Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมประสบการณ์แปลกใหม่ในช่วงวัยของผู้สูงวัย จากการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลในพื้นที่ต่าง ๆ ทั่วภูมิภาคในประเทศไทย

5) G: Goal เป้าหมาย หมายถึง เป้าประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในทุก ๆ ด้าน เพื่อให้ผู้สูงวัยเข้าใจในคุณค่าชีวิตของตนเอง เข้าใจชีวิตของผู้สูงวัยด้วยกัน 6) A: Age อายุ หมายถึง ช่วงอายุของผู้สูงวัย ที่มีความจำเป็นในการจัดการ กำหนดช่วงวัยในการเข้าร่วมการแข่งขันให้เหมาะสมในการมีส่วนร่วมในการแข่งขันเพื่อที่จะส่งผลให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยที่ดีที่สุด 7) M: Motivation แรงจูงใจ หมายถึง การสร้างรูปแบบให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพในทุกด้าน ทั้งในด้านความการส่งเสริมสุขภาพกาย ใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา มีความปลอดภัยและให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อทุกคนที่เข้าร่วมแข่งขัน 8) E: Enjoyment ความสนุกสนาน หมายถึง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจ มีความสุข สนุกสนาน จากการเข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในครั้งนี้ ร่วมสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) พัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย

3) ผลการรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย พบว่า โดยภาพรวมรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยภายใต้ชื่อ SONG GAME MODEL มีความเหมาะสมอยู่ระดับมาก จากการรับรองจากผู้เชี่ยวชาญ 15 ท่าน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด เรียงตามลำดับจากค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 ลำดับแรก ได้แก่ E: Enjoyment ความสนุกสนาน หมายถึง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจ มีความสุข สนุกสนาน จากการเข้าร่วมการแข่งขัน ฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในครั้งนี้ รองลงมาด้าน M: Motivation แรงจูงใจหมายถึงการสร้างรูปแบบให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพในทุกด้าน ทั้งในด้านความการส่งเสริมสุขภาพกาย ใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา มีความปลอดภัยและให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อทุกคนที่เข้าร่วมแข่งขัน S: Spirit การมีน้ำใจ หมายถึง การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน ต่อผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดการแข่งขัน ภายใต้กฎกติกา มารยาท ที่ร่วมกันกำหนดและสร้างขึ้นเพื่อให้ทุกคนมีส่วนในการผลักดันให้กีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ดำเนินต่อไปได้อย่างยั่งยืนภายใต้การมีน้ำใจในทุก ๆ ด้าน

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลของการศึกษาสภาพและความต้องการการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทย ผลการศึกษา พบว่า สภาพการจัดการแข่งขันที่มีความแตกต่างกันไปในแต่ละพื้นที่และความพร้อมของการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ ในแต่ละด้าน เช่น

ด้านการจัดการแข่งขัน มีค่าเฉลี่ยรวม อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนหนึ่งมาจากการวางแผน การดำเนินการจัดการแข่งขันที่ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน มองเห็นภาพรวมของฝ่ายจัดในแต่ละพื้นที่ไม่มีความชัดเจนในการจัดการแข่งขันมากนัก จึงเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับ ความต้องการด้านการจัดการแข่งขันที่มีค่าเฉลี่ยรวม อยู่ในระดับมากที่สุด ผลที่ได้ สอดคล้องกับแนวคิดในเรื่องมาตรฐาน การบริหารและการจัดการแข่งขันโดยมีหลักการสำคัญในการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ (กลุ่มงานวิจัย และพัฒนาสำนักการกีฬากระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556) กล่าวว่าการกำหนดมาตรฐานการบริหารจัดการแข่งขัน ควรจะมีการเตรียมความพร้อมของบุคลากรที่มีความรู้ในการจัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุให้เพิ่มมากขึ้นในทุกกีฬา รวมถึงการบูรณาการเชิงนโยบายและร่วมมือในการทำงานร่วมกันของ ภาครัฐและเอกชนในการจัดสรรงบประมาณที่เพียงพอในการดำเนินการจัดการแข่งขันให้ได้มาตรฐาน โดยมีการกำหนดมาตรฐานของจำนวนคู่แข่ง ชนิกกีฬาที่จัดการแข่งขัน มีการดูแลระบบความปลอดภัยให้กับผู้สูงอายุที่เข้าร่วมแข่งขันและผู้เชียร์อย่างชัดเจน สามารถปฏิบัติงานได้ทันทีเมื่อเกิดปัญหา รวมถึงการจัดทำคู่มือการดำเนินการจัดการแข่งขันที่มีมาตรฐานและนำออกมาเผยแพร่ และยัง สอดคล้องกับ Allen (1958) ที่ได้ให้แนวคิดทฤษฎีการจัดการ POLC ที่ทำให้การทำงานมีระบบ ระเบียบ และมีประสิทธิภาพ คือ 1) P - Planning การวางแผน ควรต้องมีการกำหนดวัตถุประสงค์ และขั้นตอนที่จะทำให้บรรลุผลตามที่ต้องการซึ่งการวางแผนนั้นมีหลายประเภท ได้แก่ การวางแผน เชิงกลยุทธ์ (Strategic Planning), การวางแผนเชิงยุทธวิธี (Tactical Planning), การวางแผนเชิง บริหารจัดการ (Operational Planning) 2) O - Organizing การจัดการองค์กร คือการกำหนด โครงสร้างตำแหน่งกำหนดบทบาทหน้าที่ตลอดจนการทำงานของทุกภาคส่วนให้สอดคล้องราบรื่นและ ไม่ทับซ้อนกัน 3) L - Leading ภาวะการเป็นผู้นำ คือภาวะในการควบคุมการทำงานให้สำเร็จลุล่วง โดยต้องสามารถสร้างแรงจูงใจให้ทุกคนอยากร่วมทำงานได้ ต้องบริหารงานบุคคลได้ดี ต้องเข้าใจ การทำงานของตนเองและผู้ใต้บังคับบัญชา รวมถึงมีทักษะในการแก้ไขปัญหาได้ดี และมีการตัดสินใจที่ รอบคอบฉับไวดีเยี่ยมที่จะนำพาทุกคนบรรลุเป้าหมายไปสู่ความสำเร็จได้ 4) C -Controlling การควบคุม การดูแลบุคลากรตลอดจนการทำงานต่าง ๆ ให้เป็นไปตามแผนงานที่วางไว้ตลอดจนการติดตาม ประเมินผลว่าการปฏิบัติงานนั้นเป็นไปตามที่วางไว้หรือไม่ และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พิชัย ณรงค์ กงแก้ว (2557) ที่ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การ บริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุในเขตภาคเหนือตอนบน และพบว่าการจัดการกีฬาและการออก กายกำลังกายโดยรวม ด้านสภาพในการจัดการแข่งขันอยู่ในระดับปานกลาง เช่นเดียวกัน และสอดคล้อง

กับผลการวิจัยของ Nikolai and Robinson (2009) ที่ศึกษาเปรียบเทียบระบบพัฒนากีฬาเป็นเลิศ โดยหาแนวปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Benchmarking) และพบว่า การทำ Benchmarking มีอุปสรรคในการนำไปใช้ ถ้าการลงมือปฏิบัตินั้นคิดแค่ว่าจะเป็นการลอกเลียนแบบ ดังนั้นควรใช้เทคนิคการบริหารจัดการ และนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาและปฏิบัติขั้นตอนของการศึกษาเปรียบเทียบ และแก้ไขเพื่อให้เกิดแนวทางในการบริหารจัดการอันเป็นรูปแบบที่ตนเองสามารถปฏิบัติได้มากที่สุด ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ต้องมีการวางแผนของผู้จัดการแข่งขัน โดยกำหนดให้มี กรอบ วัตถุประสงค์ของการจัดให้มีการแข่งขัน มีความเป็นมาตรฐาน มีความปลอดภัยในทุก ๆ ด้าน และสามารถควบคุมการแข่งขันให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้ โดยเกิดความผิดพลาดในการจัดให้น้อยที่สุด ฝ่ายจัดการแข่งขันต้องมีความระมัดระวังในเรื่องของการจัดอย่างมาก เพราะผู้สูงวัยเป็นกลุ่มที่มีความเปราะบางในหลาย ๆ ด้าน เช่น ปัญหาสุขภาพ ที่เริ่มมีหลากหลายโรค จึงจำเป็นต้องคำนึงถึงความปลอดภัยเป็นสิ่งสำคัญ มีการรับรองจากแพทย์ เช่น มีใบรับรองแพทย์ในกรณีที่มีโปรแกรมการแข่งขันที่ถี่ ช่วงระยะเวลาแข่งขันที่สั้นและกระชับ มีการกำหนดเกณฑ์และคุณสมบัติของนักกีฬาผู้สูงวัยที่มีความประสงค์จะเข้าร่วมการแข่งขัน ในทีมกีฬาที่เข้าแข่งขันเพื่อความเป็นเลิศ เช่น กีฬาอาวุโสแห่งชาติ ควรการทำ การวิเคราะห์ จุดแข็ง จุดอ่อน ข้อได้เปรียบเสียเปรียบและโอกาสที่ส่งผลต่อการแข่งขัน เช่น ช่วงอายุ รุ่นอายุ ให้เป็นมาตรฐานและสามารถอธิบายได้ มากกว่า การคาดเดาและรู้สึกไปเอง การยื่นเอกสารสำคัญแจ้งความประสงค์ที่จะเข้าร่วมการแข่งขันของทีมกีฬา การวางแผนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้งที่ทำการแข่งขัน การคัดกรองก่อนการเข้าร่วมการแข่งขันโดยฝ่ายจัด การสัมภาษณ์ สอบถาม อย่างจริงจัง การกำหนดสมรรถนะเฉพาะด้านทางสมรรถภาพ การประสานงาน ตรวจสอบความพร้อมของทีมกีฬาในการเข้าร่วมการแข่งขันในกีฬาที่มีการแข่งขันสูงและการตั้งคณะกรรมการควบคุมการแข่งขันที่มีประสบการณ์ในการจัดการแข่งขัน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ เพื่อเกิดคุณภาพและภาพลักษณ์ที่ดีต่อการจัดการแข่งขันกีฬาของผู้สูงวัยนั้น โดยในภาพรวมมีอยู่ด้วยกัน 3 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนเตรียมการแข่งขัน (Preparation Competition) ขั้นตอนจัดการแข่งขัน (Competition) และขั้นตอนประเมินการจัดการแข่งขัน (Post Competition)

ด้านรูปแบบการแข่งขัน มีค่าเฉลี่ยรวม อยู่ในระดับปานกลาง เนื่องด้วยในแต่ละพื้นที่มีรูปแบบการจัดการ แข่งขันที่เป็นแบบที่ไม่เป็นทางการมากนักและมีทิศทางจัดการรูปแบบการแข่งขันตามแบบที่ตนเองถนัดและฝ่ายจัดการแข่งขันต้องการจัดมากกว่าการศึกษารูปแบบการแข่งขันที่ต้องผ่านการวิจัยและมีการพัฒนารูปแบบการแข่งขันขึ้นหรือรูปแบบที่เป็นมาตรฐานเพื่อลดบและควบคุมงบประมาณในการจัด รูปแบบการแข่งขันเลยออกมาในลักษณะดังกล่าวข้างต้น จึงเป็นไปได้ที่เหมือนกันกับ ความต้องการด้านรูปแบบการแข่งขัน ที่มีค่าเฉลี่ยรวม อยู่ในระดับมากที่สุด จึงเป็นไปได้ที่ผู้เข้าร่วมการแข่งขันต้องการให้มีรูปแบบการแข่งขันในแต่ละครั้งในแต่ละปีมีความเสถียรและมีความ

ต่อเนื่องในการจัดในทุก ๆ ปี และผลที่ได้จากการศึกษา สอดคล้องกับแนวคิด เดชภณ ทองเดิม (2563) กล่าวไว้ว่า การปรับวิธีการรูปแบบการแข่งขันให้เหมาะสมกับผู้สูงวัยโดยขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายและสิ่งแวดล้อมที่มีความสำคัญยิ่งต่อการกำหนด รูปแบบการแข่งขันเพื่อให้เกิดความปลอดภัยต่อผู้เข้าแข่งขันมากที่สุด และสอดคล้องกับ Nilsson (1979) ที่ศึกษารูปแบบวิจัยเรื่อง ผลการวิเคราะห์ โปรแกรมการจัดการแข่งขันกีฬาภายในของมหาวิทยาลัยระดับสูงของรัฐ ในรัฐเทนเนสซี ผลการวิจัยพบว่า โดยทั่วไปการดำเนินการในรูปแบบการแข่งขัน แต่ละด้านของทุกมหาวิทยาลัยกระทำได้อย่างมีประสิทธิภาพ เมื่อมองลึกไปถึงรายละเอียดปลีกย่อย คือเมื่อการบริหารจัดการแข่งขันที่มีผู้ชำนาญมีความเชี่ยวชาญในการจัดการด้านการกำหนดรูปแบบการแข่งขัน ส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในด้านรูปแบบการจัดการในทุก ๆ ด้านได้ ซึ่งการกำหนดรูปแบบการจัดการแข่งขันที่เหมาะสมจะส่งผลให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นและจะบรรลุถึงเป้าหมายแล้ววัตถุประสงค์ ด้วยทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก การที่ผู้จัดการแข่งขันมีการศึกษาข้อมูลรูปแบบการแข่งขันมาจากพื้นที่อื่น ๆ ที่มีการจัดการแข่งขันมาก่อน และนำมาวิเคราะห์ ประยุกต์ในด้านการจัดรูปแบบการแข่งขันกับการแข่งขันของผู้สูงวัย จึงสามารถมากำหนดรูปแบบ จัดวางโปรแกรมการแข่งขันให้ชัดเจน มีความเหมาะสมกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ที่มีการยืดหยุ่น มีระยะเวลาพักให้ผู้เข้าร่วมแข่งขัน ซึ่งสามารถสร้างความพึงพอใจต่อรูปแบบการแข่งขันที่ส่งเสริมให้ผู้สูงวัยออกกำลังกายได้อย่างต่อเนื่อง และส่งผลให้ผู้เข้าร่วม มีการเข้าร่วมแข่งขันในทุก ๆ ปี

ด้านกฎกติกาการแข่งขัน มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับมาก ผู้เข้าร่วมการแข่งขันต้องปรับตัวกับกฎกติกาการแข่งขันในแต่ละพื้นที่ที่มีความแตกต่างกันในด้านกฎ กติกาการแข่งขันมากอยู่พอสมควรเพราะกฎ กติกาของฟุตบอล 7 คน ฟุตบอล 9 คน ในแต่ละพื้นที่ที่มีความแตกต่างกัน ส่วนฟุตบอล 11 คน มักจะยึดกฎ กติกาแต่มีข้อปลีกย่อยแตกต่างกันบ้างตามสภาพของแต่ละพื้นที่ ส่วนด้านความยุติธรรมของฝ่ายจัดการแข่งขัน ด้านการคัดเลือกผู้ตัดสินในการตัดสินให้ควบคุมเกมการแข่งขันให้เป็นไปตามกติกา ขึ้นอยู่กับการจัดการของฝ่ายจัดการแข่งขัน ซึ่งส่งผลไปในทิศทางเดียวกันกับความต้องการด้านกฎกติกาการแข่งขัน อยู่ในระดับมากที่สุด แต่ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความพึงพอใจ ด้านการมีมาตรฐานที่ดีในการลงโทษผู้กระทำผิดร้ายแรง เช่น การห้ามผู้กระทำผิดเข้าร่วมการแข่งขันในรายการต่าง ๆ ที่มีการแข่งขันจากทีมงานและเครือข่ายร่วมกัน ผลที่ได้สอดคล้องกับแนวคิด (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนาสำนักการกีฬากระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556) กล่าวว่า กีฬาบางชนิดที่ใช้แข่งขันต้องมีการปรับปรุงกติกาบางข้อให้เหมาะสมกับผู้เข้าร่วมขึ้นอยู่กับสมรรถภาพทางกายของผู้เข้าแข่งขัน มีการปรับวิธีการการแข่งขันให้เหมาะสมกับผู้สูงวัยและ ให้สอดคล้องกับด้านช่วงชั้นของอายุ ก็เป็นประเด็นที่สำคัญที่ควรกำหนดเกณฑ์อายุนักกีฬาเพราะเมื่อนักกีฬาผู้สูงวัยมีช่วงอายุที่ใกล้เคียงกันจะได้ไม่มีข้อได้เปรียบเสียเปรียบกันมากนักในด้านกฎ กติกา การแข่งขัน สอดคล้องกับ

แนวคิดของ (Hall, 1978) ซึ่งได้จำแนกผู้สูงอายุของบุคคลออกเป็น การสูงอายุ ตามวัย (Chronological Aging) เป็นการพิจารณาการสูงอายุจากปีปฏิทินที่เกิด จึงทำให้สามารถจำแนกได้ทันทีว่าอายุมากหรือน้อย การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological Aging) เป็นการพิจารณาการสูงอายุจากสรีระร่างกายที่เปลี่ยนไป เนื่องจากการเสื่อมโทรมตามอายุ ซึ่งส่งผลต่อประสิทธิภาพการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ที่ลดลง จึงทำให้การจำแนกการสูงอายุมีความแตกต่างของแต่ละบุคคลและการสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological Aging) การเปลี่ยนแปลงทางบทบาทหน้าที่ทางสังคมทั้งความเป็นตัวตน บทบาทหน้าที่ต่อสังคม รวมถึงความคาดหวังของสังคมต่อบุคคลนั้นเมื่อบุคคลนั้นมีอายุเพิ่มมากขึ้นด้วย และเมื่อพิจารณาการกำหนดขอบข่ายรูปแบบของกลุ่มอายุ ช่วงอายุ จะเห็นได้ว่าโดยปกติมีการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในรูปแบบลักษณะกติกาที่กำหนดช่วงชั้นอายุตามวัย (Chronological Aging) ที่เป็นการพิจารณาการสูงอายุจากปีปฏิทินที่เกิด แต่ในขณะนี้ มีปรากฏการณ์ในการจัดการแข่งขันในรูปแบบด้านกายภาพ การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological Aging) เป็นการพิจารณาการสูงอายุจากสรีระร่างกายที่เปลี่ยนไป เช่น เอน้ำหนักตัวในการเป็นเกณฑ์จัดการแข่งขันของผู้สูงวัยขึ้น เช่น มีการแข่งขันฟุตบอลลีกเน้นผู้เล่นที่มีน้ำหนัก 80 กิโลกรัมขึ้นไป และความสูงอายุตามสภาพสังคม มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสสานสัมพันธ์ กิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลจัดขึ้นในรุ่นผู้สูงวัย 55 ปี โดยจัดให้ระดับผู้บริหารในองค์กรต่าง ๆ ได้ร่วมแข่งขันโดยใช้กิจกรรมฟุตบอลเป็นสื่อโดยการกำหนดกติกาการแข่งขันในรูปแบบจำเพาะไปในแต่ละรายการ ดังนั้นผู้จัดจะต้องพิจารณาถึงชนิดกีฬาและวัตถุประสงค์ของการจัดการแข่งขัน (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนาสำนักการกีฬาระหว่างการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556) จึงจะส่งผลต่อการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ในรูปแบบการจัดที่ครอบคลุมประชากรของผู้สูงวัยในทุกระดับชั้น

ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด แสดงถึงการมีความสนใจในการร่วมกิจกรรมด้วยความเต็มใจและภาคภูมิใจ และให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมในการแข่งขัน แสดงให้เห็นถึงความต้องการในการเข้าร่วมแข่งขัน อยู่ในระดับมาก เช่นเดียวกัน ผลที่ได้สอดคล้องกับแนวคิด เดชภณ ทองเติม (2563) กล่าวว่า การจัดโปรแกรมกีฬาให้ผู้เข้าร่วมสำหรับผู้สูงวัยนั้น ควรจัดรูปแบบกีฬาเพื่อสุขภาพเป็นหลัก ส่วนกีฬาเพื่อการแข่งขันความเป็นเลิศนั้นนั้น ควรเป็นการจัดสำหรับผู้สูงวัยที่มีประสบการณ์เคยเล่นกีฬามาก่อนและเล่นเป็นประจำ โดยเน้นความสนุกสนานและเน้นการสร้างสังคมที่ดีระหว่างกลุ่มผู้สูงวัยเป็นหลักก่อน สอดคล้องกับแนวคิดของ (กระทรวงการพัฒนาศักยภาพและความมั่นคงของมนุษย์, 2552) กล่าวว่า “ผู้สูงอายุไม่ใช่บุคคลด้อยโอกาสหรือเป็นภาระต่อสังคม แต่สามารถมีส่วนร่วมและเป็นพลังพัฒนาสังคม จึงควรได้รับการส่งเสริมและเกื้อกูลจากครอบครัว ชุมชนและรัฐ ให้ดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และคงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีให้นานที่สุด...” ดังนั้นกลุ่มที่เข้าร่วมการแข่งขันล้วนเป็นส่วนสำคัญที่มีความจำเป็นไม่

น้อยไปกว่ากลุ่มอื่น ๆ เช่นกัน และเฉก ฉนะสิริ (2540) กล่าวถึง ข้อควรคำนึงและปฏิบัติของผู้สูงวัยในการออกกำลังกายหรือแข่งขัน โดยก่อนออกกำลังกายผู้สูงวัยควรประเมินสภาวะสุขภาพว่ามีข้อจำกัดในการออกกำลังกายหรือไม่ ขณะออกกำลังกายควรสังเกตการณ์เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ผู้จัดการแข่งขันและผู้เข้าร่วมการแข่งขันจะต้องประเมินและคำนึงถึง สภาพร่างกาย ในแต่ละคน แม้จะอยู่ในช่วงอายุเดียวกันแต่ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายแตกต่างกัน และด้วยอายุที่เพิ่มมากขึ้นสภาพต่าง ๆ ของร่างกายมีความเสื่อมสภาพลง ทำให้ผู้สูงวัยหลายคนมีโรคประจำตัวเกิดขึ้น เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ซึ่งการมีโรคประจำตัว อาจทำให้รู้สึกเหนื่อยง่าย ในขณะที่เล่นกีฬา ยิ่งโดยเฉพาะการแข่งขันที่มีความกดดัน ตั้งใจ มุ่งมั่น ยิ่งทำให้หัวใจสูบฉีดเลือดมากกว่าปกติ เพราะฉะนั้นผู้สูงวัยที่มีโรคประจำตัว มีปัญหาสุขภาพหรือไม่มีโรคประจำตัวก็ตาม ก่อนการแข่งขัน ควรปรึกษาแพทย์เพื่อความมั่นใจว่าจะเล่นกีฬาได้อย่างปลอดภัย และไม่มีผลกระทบร้ายแรงที่ก่อให้เกิดอันตรายถึงชีวิต

ด้านระยะเวลาในการแข่งขัน มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีระยะเวลาในการแข่งขันที่ไม่ต่างจากรุ่นประชาชนทั่วไป และแข่งขันในช่วงเวลาไม่ได้แตกต่างกัน มีการแข่งขันในช่วงที่อุณหภูมิที่ร้อนเกินไป ไม่ได้มีการปรับเปลี่ยนเวลาในการแข่งขันให้สอดคล้องกับผู้สูงวัย เช่น มีเวลาพักในช่วงแข่งขัน มีเวลาพิเศษในระหว่างแข่งขัน ส่งผลให้ความต้องการในด้านระยะเวลาในการจัดการแข่งขัน อยู่ในระดับมากที่สุด ผลที่ได้สอดคล้องกับแนวคิด Ferguson (2014) ได้เสนอแนะข้อควรระมัดระวังและข้อจำกัดในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุไว้ดังนี้ แม้การออกกำลังกายจะส่งผลดีต่อสุขภาพ แต่ก็อาจจะก่อให้เกิดอันตรายและบาดเจ็บได้ หากออกกำลังกายไม่เหมาะสมและไม่ถูกต้องเนื่องจากพยาธิสภาพของผู้สูงอายุแต่ละคนแตกต่างกัน เพราะการจัดการแข่งขันที่มีความถี่ในการแข่งขันมากเกินไปที่สมรรถภาพทางกายจะรับสภาพได้ ที่ส่งผลต่อระบบหายใจและระบบกล้ามเนื้อนั้น ยังสอดคล้องกับ สุรกุล เจนอบรม (2532) ที่ได้อธิบายเกี่ยวกับการเปลี่ยนด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุเอาไว้ว่า การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physiological Changes) การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของผู้สูงวัยที่สำคัญคืออวัยวะและระบบการทำงานต่าง ๆ ของร่างกายจะเปลี่ยนแปลงไปสู่สภาพความเสื่อม เช่น ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (Musculoskeletal System) อัตราการสร้างแคลเซียมน้อยลง เมื่ออายุ 40 ปีขึ้นไป แคลเซียมมีการสลายออกจากกระดูกมากขึ้น กระดูกของผู้สูงอายุจึงเปราะและหักง่ายแม้ว่าจะไม่ได้รับอุบัติเหตุ ยังพบว่าความสูงลดลงและมีการโค้งงอของกระดูกสันหลัง เนื่องจากกระดูกสันหลังฝ่อและหมอนรองกระดูกบางลง ความสูงจะลดลงประมาณ 1.5-2 นิ้วทุก 20 ปีหลังอายุ 40 ปี ขนาดของกระดูกยาว อาจใหญ่ขึ้นแต่ภายในจะกลวงมากขึ้น รูปร่างของผู้สูงอายุจึงไม่สมส่วนหลังจากอายุ 30 ปีขึ้นไป ส่งผลให้กล้ามเนื้อลดจำนวนและขนาดเส้นใยของกล้ามเนื้อลง มวลของกล้ามเนื้อจึงลดลง ทำให้มีกำลังกล้ามเนื้อลดลงร้อยละ 12-15 ใช้ระยะเวลาใน

การหดตัวแต่ละครั้งนานขึ้น ทำให้การเคลื่อนไหวร่างกายช้าลงเมื่อฝ่ายดำเนินการจัดการแข่งขันได้รับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของผู้สูงวัยแล้ว มีความจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนระยะเวลาในการแข่งขันให้สอดคล้องกับผู้สูงวัย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการจัดการในด้าน ระยะเวลาในการแข่งขัน ระยะเวลาของการพักเพื่อที่จะทำการแข่งขันในครั้งถัดไป การเกิดการบาดเจ็บกล้ามเนื้อ ตะคริว และความล้าของกล้ามเนื้อ ที่เกิดขึ้นกับผู้เข้าร่วมแข่งขันที่ผ่าน ๆ มา ที่มีการจัดการแข่งขันกันในช่วงอุณหภูมิที่ร้อนเกินไป การเร่งระยะเวลาในการจัดการแข่งขันให้รีบเสร็จสิ้นโดยไม่คำนึงถึงผู้เข้าร่วมแข่งขันว่าจะเกิดผลต่อสุขภาพตามมาจึงเป็นเรื่องที่ต้องนำมาพิจารณาเป็นอันดับแรกของการจัดการแข่งขันสำหรับผู้สูงวัยและเป็นเรื่องที่ยุติการจัดการแข่งขันจะต้องเข้าใจ เพื่อที่จะจัดการแข่งขันด้านระยะเวลาในการแข่งขันและวางโปรแกรมการแข่งขันเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยได้อย่างเหมาะสม

ด้านสถานที่ในการแข่งขัน มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากสถานที่ในการแข่งขันขึ้นอยู่กับผู้จัดการแข่งขันในแต่ละพื้นที่ บางพื้นที่มีพื้นสนามแข่งขันที่มีความเรียบ นุ่ม และบรรยากาศและความพร้อมของที่พักโดยรอบดี ที่นั่งชม มีห้องสุขา ห้องน้ำเพียงพอและสะอาด แต่บางพื้นที่ยังไม่ได้มีความพร้อมมากนัก รวมถึงความพร้อมของเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยและสถานที่จอดรถด้วย ส่งผลให้ความต้องการในด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน อยู่ในระดับมากที่สุด ผลที่ได้จากการศึกษาสอดคล้องกับแนวคิด(กลุ่มงานวิจัยและพัฒนาสำนักการกีฬากระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556) กล่าวว่า การจัดการกีฬาสำหรับผู้สูงวัย ควรมีการกำหนดมาตรฐานในด้านสถานที่โดยแต่ละพื้นที่ควรจัดให้มีพื้นที่สีเขียว อากาศถ่ายเทสะดวก มีความกว้างขวาง มีบริการห้องน้ำห้องส้วมที่เหมาะสม มีราวจับ มีที่นั่งเพียงพอ มีอุปกรณ์ปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีรถฉุกเฉินเพื่อบริการความช่วยเหลือซึ่งเหตุการณ์ต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้นได้เสมอ การจัดการบริเวณที่เข้าออก ช่องทางในการเดินทางที่จอดรถของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ที่จอดรถพยาบาล การขนถ่ายผู้บาดเจ็บเป็นสิ่งสำคัญต่อชีวิต การจัดการด้านสถานที่เป็นสิ่งสำคัญและต้องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ต่อผู้เข้าร่วมการแข่งขันหรือผู้มีส่วนรวมในกิจกรรมการแข่งขันทุก ๆ คน ไม่ว่าจะผู้เข้าร่วมจะเป็นฝ่ายจัดการแข่งขัน ผู้เข้าร่วมแข่งขัน ผู้ชม การจัดหาสถานที่ที่มีความพร้อมในทุก ๆ และยังคงสอดคล้องกับผลการศึกษาของ กิตติวงศ์ สาสวด และประสาน นันทะเสน (2562) ที่ศึกษาเรื่องการพัฒนาารูปแบบการจัดการฟุตบอลอาชีพเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในประเทศไทย และพบว่า สภาพและปัญหาด้านสนามแข่งขันคือไม่มีมาตรฐาน และไม่มีสนามเป็นของตนเองของการแข่งขันแม้ในฟุตบอลระดับอาชีพ เนื่องด้วยงบประมาณไม่เพียงพอ ส่งผลต่อด้านการจัดการแข่งขันที่ดี ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการประสานงานกับองค์กรทั้งภาครัฐที่ไม่ได้มีการเตรียมการที่ดีมาก่อน การวางแผนงานร่วมกัน การมีเครือข่ายสัมพันธ์ หรือปัญหาทางด้านการเมือง ที่มักพบปัญหาได้บ่อยที่สุด ทำให้วงการกีฬาเจ็บเหงาและชบเซาไปด้วย ดังนั้นการประสานงานในเรื่องสถานที่ ก็มีความจำเป็นและเป็นแรงจูงใจอีกด้านหนึ่งของการพัฒนารูปแบบการ

จัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ เพราะการมีสถานที่ ที่มีมาตรฐานจะส่งผลให้ผู้เข้าร่วมในการแข่งขัน มีความรู้สึกที่ดี มีความปลอดภัยและจะรู้สึกประทับใจต่อฝ่ายดำเนินการจัดการแข่งขัน และมีการพิจารณาในการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันเป็นลำดับต้น ๆ เสมอ

ด้านการประชาสัมพันธ์ในการแข่งขัน รวมมีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับมาก ตั้งแต่การเปิดรับสมัครผ่านเพจ เฟสบุ๊ก ตามสื่อต่าง ๆ รวมถึงการจัดการแข่งขัน การไลฟ์ถ่ายทอดสดทางโซเชียล รูปถ่ายบรรยากาศการแข่งขัน การบรรยายเกมการแข่งขันล้วนเป็นส่วนสำคัญของการจัดการแข่งขันในยุคสมัยนี้ ซึ่งส่งผลไปในทิศทางเดียวกันกับความต้องการด้านการประชาสัมพันธ์ในการแข่งขัน อยู่ในระดับมากที่สุด สอดคล้องกับแนวคิดของ เตชภณ ทองเติม (การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ, 2563) กล่าวไว้ว่า การเพิ่มช่องทางในการประชาสัมพันธ์ให้มากยิ่งขึ้นผ่านสื่อทุกช่องทาง ๆ เพื่อให้ข้อมูลเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายอย่างทั่วถึง ควรเพิ่มงบประมาณด้านการประชาสัมพันธ์ให้มากขึ้น ถ้าต้องการให้ผู้คนเข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุ และกิจกรรมการแข่งขันน่าสนใจขึ้นซึ่งอาศัยความร่วมมือกับสื่อท้องถิ่น เช่น วิทยุชุมชน โรงเรียน ห้างร้านต่าง ๆ ในการกระจายข่าวสาร การใช้โซเชียล ในการส่งต่อข้อมูลข่าวสาร รวมถึงการประชาสัมพันธ์ให้นักกีฬาผู้สูงอายุได้ทราบข้อมูลการแข่งขันที่ชัดเจนตลอดระยะเวลาในการจัดการแข่งขัน และยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของ กิตติพงษ์ เอื้อพิพัฒน์กุล และจุฑา ดิงศภัทย์ (2555) ศึกษาเรื่องการบริหารจัดการแข่งขันฟุตบอล สปอนเซอร์ ไทยพรีเมียร์ลีก 2010 และพบว่า ทรัพยากรหลักที่สำคัญในการดำเนินการจัดการแข่งขัน ได้แก่ ด้านบุคลากร ด้านการเงินและงบประมาณ ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านการประชาสัมพันธ์ โดยผ่านกระบวนการจัดการกีฬา 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการวางแผน การจัดการ การขึ้นนำ และการประเมินผลของคณะกรรมการจัดการแข่งขัน และสอดคล้องกับ Neilson (1979) ที่ศึกษาเรื่อง ผลการวิเคราะห์โปรแกรมการจัดการแข่งขันกีฬาภายในของมหาวิทยาลัยระดับสูงของรัฐ ในรัฐเทนเนสซี พบว่าโดยทั่วไปการดำเนินการในแต่ละด้านของทุกมหาวิทยาลัยกระทำได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากกระบวนการให้คะแนน การให้รางวัล และการประชาสัมพันธ์ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ในยุคสมัยนี้ เทคโนโลยี การสื่อสารเป็นสิ่งสำคัญที่แสดงออกมาให้ทุกคนได้ทราบว่า มีการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อทุก ๆ คนในสังคมผ่านการประชาสัมพันธ์ที่ต้องมีประสิทธิภาพ มีการวางแผนและเป็นมืออาชีพ จากหลากหลายช่องทาง รวมถึงการประชาสัมพันธ์ผ่านเครือข่ายและพันธมิตรในการจัดการแข่งขันก็เป็นสิ่งสำคัญเพราะการแข่งขันจะประสบความสำเร็จได้ด้วยการประชาสัมพันธ์ผ่านเครือข่ายที่คอยช่วยเหลือและเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันมากที่สุดและเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่สำคัญให้ผู้สูงอายุและคนทั่วไปหันมาสนใจและมีส่วนร่วมในการช่วยส่งเสริมและพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงอายุในประเทศไทย

2. ผลของการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่พัฒนาขึ้นคือ SONG GAME MODEL ที่มีผู้เชี่ยวชาญเห็นว่ามีความเหมาะสม สอดคล้องกับ รูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีองค์ประกอบ 8 ด้านดังนี้ 1) S: Spirit การมีน้ำใจ 2) O: Organization management การบริหาร การจัดการ 3) N: Network เครือข่ายพันธมิตร 4) G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี 5) G: Goal เป้าหมาย 6) A: Age อายุ 7) M: Motivation แรงจูงใจ และ 8) E: Enjoyment ความสนุกสนาน ร่วมสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) พัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย โดยพัฒนามาจากสภาพและความต้องการ จากการสำรวจ สัมภาษณ์ รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยในประเทศไทย ที่ได้จากการศึกษานี้สะท้อนให้เห็นถึงองค์ประกอบการจัดการแข่งขันที่จะต้องมีความ สอดคล้องกับผู้สูงวัยโดยมีความสอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีในเรื่อง จุดมุ่งหมายการจัดกีฬาสำหรับผู้สูงวัยที่มีจุดมุ่งหมายหลักดังนี้ (กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬากระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556) กล่าวไว้ว่า การพัฒนาผู้สูงวัย ทางด้านสุขภาพกาย ด้านสุขภาพจิตใจ ด้านอารมณ์ ด้านสติปัญญา ด้านสังคม กีฬา ถือเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมสุขภาพประเภทหนึ่งที่เหมาะสมกับผู้สูงวัย เช่นเดียวกัน

การเล่นกีฬาในกลุ่มผู้สูงวัยจะช่วยให้ผู้สูงวัยมีสมรรถภาพทางกายที่ดีทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้สูงวัยได้พบปะเพื่อนฝูงในวัยเดียวกันและต่างวัยอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยด้าน G: Goal เป้าหมาย G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี N: Network เครือข่ายพันธมิตร และมิตรภาพ สอดคล้องกับแนวคิดด้านกีฬาของผู้สูงวัยที่ กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา (2557) ได้กล่าวว่า กีฬาผู้สูงอายุ คือ กิจกรรมเดียวกันกับเกม แต่มีกฎ กติกา การเล่นสลับซับซ้อนมากกว่า และต้องเป็นที่ สากลยอมรับ และสนธยา สีละมาต (2527) ที่ได้กล่าวว่า กีฬาเป็นกิจกรรมทางกายที่มีคุณลักษณะ สำคัญ ต้องใช้ทักษะที่มีการแข่งขันสูง มีความเฉพาะเจาะจงมากกว่าการออกกำลังกาย ต้องการระดับ สมรรถภาพทางกาย ทักษะทางการเคลื่อนไหว การแข่งขัน และชัยชนะ มีรูปแบบกฎ กติกาชัดเจน ต้องการผู้ฝึกสอน ยุทธวิธี และคู่แข่ง ผลดีของกีฬาคือการชนะหรือแพ้และการให้อภัยในการ แข่งขัน ซึ่งสอดคล้องกับรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย O: Organization management การบริหาร การจัดการในเรื่องของอายุ ช่วงชั้นของอายุ A: Age อายุ หมายถึง ช่วงอายุของผู้สูงวัย ภายใต้การเสริมสร้างแรงจูงใจให้ M: Motivation แรงจูงใจ เพื่อให้เกิด E: Enjoyment ความสนุกสนานและ S: Spirit การมีน้ำใจ ผลที่ได้สอดคล้องกับ จุฬาลักษณ์ พูรู โนะ (2560) กล่าวถึง ผู้สูงอายุว่าควรออกกำลังกายและเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อประโยชน์ต่อสุขภาพ "การ จูงใจให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายนั้น คือ การให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุทราบถึงผลดีของการออกกำลังกาย และผลเสียของการขาดการออกกำลังกาย" โดยการช่วยส่งเสริมและการสร้างให้มีสิ่งจูงใจ (Use

Incentives) คนทุกคนล้วนชอบการยอมรับเมื่อทำดี การทำสิ่งจูงใจให้คนเข้าร่วมการออกกำลังกาย เป็นสิ่งที่ทำได้ เช่น การแจกเสื้อ การแจกรางวัล การเลี้ยงของว่างแก่ผู้ร่วม การจัดเลี้ยงพิเศษแก่ผู้ที่เข้าฝึกอย่างสม่ำเสมอ หรือการประกาศชื่อในจดหมายข่าวและป้ายประกาศ เป็นต้น ผู้นำการฝึกจะต้องมีความคิดสร้างสรรค์อยู่เสมอ ส่งผลให้ผู้เข้าร่วมฝึกมีความสุขในการออกกำลังกาย และสอดคล้องกับแนวคิดและทฤษฎี Rockstein and Sussman (อ้างถึงใน มยุรี ถนอมสุข สุมิตร สุวรรณ สมบุญ ศิลปรุ่งธรรม ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ สุพรทิพย์ พุเพนียด และอัญชรี แสงพฤกษ์, 2558) ที่กล่าวถึง ทฤษฎีการถดถอยจากสังคม (Disengagement Theory) พบว่า กระบวนการของความสูงวัย จะมีลักษณะเฉพาะ คือ ผู้สูงวัยส่วนใหญ่จะค่อย ๆ หนีและถดถอยออกไปทีละน้อย ๆ จากคนอื่น ๆ ในสังคม ซึ่งแต่ละคนก็จะมีความสุขความพอใจและได้รับประโยชน์ร่วมกัน เพราะจะได้รับอิสระจากกฎต่าง ๆ ของสังคม ทฤษฎีนี้ได้บ่งชี้ว่าผู้สูงวัยหรือสังคมเป็นผู้ที่ถดถอยหนี แต่ผู้สูงวัยจะมีความสุขอย่างมากถ้าได้มาอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมือนเดิม นอกจากนี้พบว่าถ้าสิ่งแวดล้อมดีลักษณะทางสังคมดี มีการยอมรับ เปิดโอกาสและเคารพในตัวตนแล้วจะเป็นเหตุส่งเสริมให้ผู้สูงวัยเข้ามาร่วมในสังคมมากกว่าที่จะถดถอย และทฤษฎีการมีกิจกรรมร่วมกัน (The Activity Theory) พบว่า ผู้สูงวัยส่วนใหญ่มักจะดำเนินชีวิตเหมือนกับคนที่อยู่ในวัยหนุ่มสาวและวัยกลางคน และจะปฏิเสธที่จะมีชีวิตแบบผู้สูงวัยโดยสนับสนุนให้มีกิจกรรมต่าง ๆ มีความน่าสนใจและเกี่ยวข้องกับสมาชิกในวัยเดียวกัน ทฤษฎีนี้ แนะนำถึงการรักษาระดับของกิจกรรมที่จะให้คนได้ร่วมกิจกรรมให้เหมาะสมกับกระบวนการ ความสูงอายุ และยังสอดคล้องกับศึกษาของ รัชพล เขียวพันธุ์ ที่ศึกษาเรื่อง รูปแบบการจัดการ มหกรรมกีฬาของสโมสรฟุตบอลไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว พบว่า รูปแบบการจัดการมหกรรมกีฬาของสโมสรฟุตบอลไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว มีองค์ประกอบทั้งหมด 8 องค์ประกอบที่สำคัญ การบริหาร การจัดการทั่วไป การจัดการแข่งขัน การดำเนินการ การจัดการความเสี่ยง ความปลอดภัย ด้านความสัมพันธ์ คือ งานที่มุ่งเน้นให้เกิดความยั่งยืน และ การออกแบบ งานด้านการออกแบบ กิจกรรมที่เกิดขึ้นระหว่างที่มีมหกรรมกีฬาเพื่อให้เกิดรูปแบบการจัดการในแต่ละองค์ประกอบอย่างเหมาะสม ทั้งนี้เนื่องมาจาก การจัดการแข่งขันฟุตบอลที่เป็นรูปแบบเฉพาะตัว โดยการแข่งขันของผู้สูงวัย ควรมีการวางแผนในการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยอย่างแท้จริงและปฏิบัติและร่วมมือกันอย่างจริงจัง ควรมีการระบุดูประสงค้ในการจัดการแข่งขันให้มีความชัดเจน โดยมีวัตถุประสงค์หลักในการจัดการแข่งขันและไม่ควรมองข้ามวัตถุประสงค์รองในการจัดการแข่งขันให้สอดคล้องกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย และควรเข้าใจในรูปแบบการจัดการแข่งขันเพื่อสนองตอบความต้องการในการจัดการแข่งขันสำหรับผู้สูงวัย โดยมีการกำหนดกฎกติกาการแข่งขันที่เหมาะสมต่อผู้ที่เข้าร่วมการแข่งขันเพื่อที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน มีความสุข สนุกสนาน และมีแรงจูงใจในการออกกำลังกายโดยใช้กีฬาฟุตบอลเป็นสื่อ นำ โดยมีเป้าหมายในการแข่งขันที่ชัดเจนตรงตามวัตถุประสงค์ในการแข่งขัน ภายใต้การมีน้ำใจและมีมิตรภาพต่อกันมากกว่าการมุ่งเน้น

ผลการแข่งขัน โดยภายใต้การบริหารจัดการแข่งขันให้มีมาตรฐาน ทั้งในด้านสถานที่ สนาม การประชาสัมพันธ์ โดยการร่วมสร้างเครือข่ายไปยังพื้นที่ใกล้เคียงหรือพื้นที่อื่น ๆ อันนำไปสู่สังคมของผู้สูงวัยที่มีความสุขกับกิจกรรมกีฬาที่ชื่นชอบและมีความยั่งยืนในการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ซึ่งโดยส่วนใหญ่ผู้สูงวัยที่เข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลมักจะเข้าร่วมด้วยความเต็มใจและต้องการความสนุกสนาน มีความสุข มีความพึงพอใจในกิจกรรม ความสุขสนุกสนาน คือ สิ่งสำคัญสำหรับฝ่ายจัดการแข่งขันในการกำหนดรูปแบบการแข่งขันให้เกิดความสุข เพราะความสุข คือ สิ่งสำคัญสำหรับกรรมการ คนดู และความสุข คือ สิ่งสำคัญที่ทำให้คิดถึงรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัยที่ดี ที่เหมาะสมที่สุด ดังนั้นจะต้องมีการจัดการการบริหารที่มีผู้รับผิดชอบในแต่ละด้าน มีรูปแบบการแข่งขันที่ดี มีการจัดการในเรื่องของความปลอดภัย การจัดการความเสี่ยง รวมถึงการมีเครือข่ายพันธมิตรที่ดี และการจัดช่วงอายุของผู้สูงวัยที่ดีจะเป็นการส่งเสริมการพบเจอกันของเพื่อน ๆ ที่มีความชอบในกิจกรรมแบบเดียวกันส่งผลให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพทั้งทางกายและทางจิตใจที่ดีต่อไป รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยสะท้อนให้เห็นถึงองค์ประกอบการจัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับบริบทของผู้สูงวัยทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและความรู้สึกนอกจากนี้ยังส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมการแข่งขันได้รับประสบการณ์ที่แปลกใหม่ในการเข้าร่วมในสถานที่ต่าง ๆ และส่งผลทางอ้อมเช่นเรื่องของการท่องเที่ยวและนันทนาการในรูปแบบต่าง ๆ ที่ได้เจอในระหว่างการจัดการแข่งขัน เพียงเพราะ ความสุข คือ สิ่งสำคัญสำหรับทุกคน ที่จะสร้างความแข็งแรงโดยผ่านรูปแบบการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยภายใต้ชื่อ SONG GAME MODEL

3. ผลการประเมินรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย โดยผู้เชี่ยวชาญ 15 คน ได้มีการประเมินรับรองรูปแบบ และตรวจสอบข้อมูลของการวิจัยในประเทศต่าง ๆ และได้ลงมติให้การจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย SONG GAME MODEL ว่ามีความเหมาะสมและสามารถนำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติได้ตามบริบทของการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย และรับรองว่า รูปแบบ SONG GAME MODEL ตามความหมายที่ครอบคลุมการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ดังนี้ การมีน้ำใจ การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน ต่อผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดการแข่งขัน ภายใต้กฎกติกา มารยาท ที่ร่วมกันกำหนดและสร้างขึ้นเพื่อให้ทุกคนมีส่วนในการผลักดันให้กีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย มีการจัดการแข่งขันที่ดี มีผู้รับผิดชอบในส่วนงานต่าง ๆ รวมถึงการบริหารจัดการความเสี่ยง และการบริหารจัดการเงินและงบประมาณ ได้อย่างเหมาะสม และเป็นการเพิ่มเครือข่ายความสัมพันธ์ ความร่วมมือ การมีส่วนร่วมของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ทั้งนักกีฬา ผู้จัดการ ทีม เจ้าหน้าที่ทีม ผู้ติดตาม ผู้ชม และฝ่ายจัดการแข่งขัน ที่จะร่วมช่วยกันทำให้กิจกรรมดำเนินต่อไปอย่างยั่งยืน ภายใต้การมีส่วนร่วมช่วยกันผลักดันพัฒนารูปแบบการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยให้เกิดมูลค่าเพิ่มทางการท่องเที่ยวเชิงกีฬา เกิดการสร้างรายได้แก่ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกภาค

ส่วน ผลที่ได้จากการศึกษาสอดคล้องกับผลการศึกษาของ กิตติศักดิ์ มีเจริญ (2563) ที่ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการบริหารกีฬาฟุตบอลชายในสถาบันอุดมศึกษา พบว่า รูปแบบการบริหารกีฬาฟุตบอลชายในสถาบันอุดมศึกษา ประกอบด้วย 4 กลุ่ม 9 มิติได้แก่ กลุ่มที่ 1 โครงสร้างขององค์กร และกระบวนการพัฒนาบุคลากรเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานขององค์กร มี 2 มิติ คือ 1) การจัดโครงสร้างองค์กร 2) การจัดการบุคลากรเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานตามโครงสร้างองค์กร กลุ่มที่ 2 นักกีฬาและการ พัฒนา มี 3 มิติคือ 3)การคัดเลือกนักกีฬา 4) การวางแผนการฝึกซ้อม 5) การแข่งขัน กลุ่มที่ 3 กระบวนการบริหารจัดการ เพื่อสนับสนุนการฝึกซ้อมและเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน มี 3 มิติ คือ 6) งบประมาณและสวัสดิการ 7)สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก 8) วิทยาศาสตร์การกีฬา กลุ่มที่ 4 กระบวนการสื่อสารองค์กรและสร้างภาคี เครือข่ายในการสนับสนุนการดำเนินงาน มี 1 มิติคือ 9) ภาคธุรกิจ ผู้สนับสนุนและแฟนคลับ ซึ่งผลการวิจัยยังสอดคล้องกับ ผลการศึกษาของ ขจรเกียรติ ขุนชิต (2564) ที่ศึกษาเรื่อง รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย พบว่า รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย ประกอบด้วย 1) นักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลแบ่งเป็นกลุ่มอายุ 12-14-16-18 ปี ตามแบบของกรมพลศึกษา 2) กรมพลศึกษาเป็นผู้รับผิดชอบในการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย 3) จัดการแข่งขันฟุตบอลโดยแบ่งเป็นประเภท ก ข ค ระบบลีก จัดการแข่งขันฟุตบอลโดยแบ่งเป็นระบบโซนตามภูมิภาค 4) ระยะเวลาในการดำเนินการแข่งขันฟุตบอล 6 เดือน โดยใช้ระบบลีก Tournament 5) ทีมที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทยแบ่งเป็นรุ่นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย 6) ควรจำกัดจำนวนทีมเพื่อไปเล่น small league 6 ทีม แต่ละภาคแล้วนำมาแข่งแบบ Tournament 7) ผู้ฝึกสอนฟุตบอลนักเรียนต้องผ่านวุฒิปัตร T License ของสมาคมกีฬาฟุตบอลแห่งประเทศไทย 8) อัตราส่วนของ ผู้ฝึกสอนต่อผู้เล่นเป็น 2: 18 ผู้ช่วยผู้ฝึกสอน 3 - 5 คน 9) ผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลนักเรียนต้องมีวุฒิปัตร อย่างน้อยระดับ T License ของกรมพลศึกษา 10) กรมพลศึกษา สมาคมกีฬาฟุตบอลแห่งประเทศไทยและกระทรวงศึกษาธิการ ควรมีการวางแผนการทำงานร่วมกันและการประเมินคุณภาพการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนแห่งประเทศไทยในแต่ละปีเพื่อนำมาปรับปรุงและพัฒนา ในท้ายที่สุดนี้ รูปแบบ SONG GAME MODEL จึงเป็นต้นแบบของการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยที่มีองค์ประกอบครบถ้วนสมบูรณ์อันจะช่วยสร้างคุณค่าและเพิ่มมูลค่าในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยและทำให้ผู้สูงวัยได้รับความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมการจัดการแข่งขันที่มีความเป็นมาตรฐาน ปลอดภัย ได้อย่างยั่งยืนสืบไป

ข้อเสนอแนะของการวิจัย

ข้อเสนอแนะการวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้

1. หน่วยงานที่รับผิดชอบได้แก่ กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย องค์การบริหารส่วนจังหวัด องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น เทศบาล หรือหน่วยงานต่าง ๆ ควรให้การส่งเสริมสนับสนุนการจัดกิจกรรมการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ในพื้นที่ต่าง ๆ
2. หน่วยงานที่รับผิดชอบได้แก่ กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย องค์การบริหารส่วนจังหวัด องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น เทศบาล หรือหน่วยงานต่าง ๆ นำรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยไปใช้จัดการแข่งขันในพื้นที่ต่าง ๆ

ข้อเสนอแนะการวิจัยในครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาหรือนำรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยไปใช้ในการจัดการแข่งขันกีฬาประเภทอื่น ๆ บ้าง
2. ควรมีการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบูรณาการศาสตร์ในเชิงท่องเที่ยว กีฬาและนันทนาการ ทั้งในเรื่องของการจัดการแข่งขันฟุตบอลในระดับต่าง ๆ หรือพัฒนากิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการและพฤติกรรมของนักกีฬาประเภทอื่น ๆ



รายการอ้างอิง

- Allen, L. A. (1958). Management and organization. *Serie in McGraw-Hill Management*.
- American College of Sports Medicine. (2006). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription 7th Ed*: Lippincott Williams & Wilkins.
- Archer Martin; Tyler Michael; Peter Arnold; Christopher Davis and Paul Gardner. (1977). *The International book of soccer*. Reno Nevada: A & W. Publishers company.
- Bardo J. W. and Hartman J. J. (1982). *Urban sociology: A systematic introduction*. Urban sociology: A systematic introduction. New York:F.E.Peacock.
- Bartol, K. M., & Martin, D. C. (1997). *Management. 2nd ed*. New York: McGraw – Hill.
- Burke, M. M., Laramie, J. A., Bozzonetti, P., & Romano, K. (2004). Primary care of the older adult: a multidisciplinary approach. In: Springer.
- Cheitlin, M. D. (2003). Cardiovascular physiology—changes with aging. *The American journal of geriatric cardiology*, 12(1), 9-13.
- Cheng, C.-f. (1993). *The competency agreement in sport management for the republic of China: (Taiwan)* university of Northern Colorado.
- Deming, W. E., Orsini, J., and Cahill, D. (2013). *The Essential Deming: Leadership Principles from the Father of Quality*. New York: McGraw-Hill Education - Europe.
- Drucker, P. F. (1998). *Harvard business review on knowledge management*: Harvard Business Press.
- Eisner, E. W. (1976). Educational connoisseurship and criticism: Their form and functions in educational evaluation. *Journal of aesthetic education*, 10(3/4), 135-150.
- Eliopoulos, C. (2014). *Gerontological Nursing. (8th ed)*. Philadelphi: Wolters Kluwer/ Lippincott Williams & Wilkins.
- Erikson, E. H. (1968). Identity youth and crisis, New York (WW Norton) 1968.
- Fayol. (1916). *General and industrial management*: New York: Pittnans Publishing Corporation.
- Ferguson, B. (2014). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription 9th Ed. 2014. *The Journal of the Canadian Chiropractic Association*, 58(3), 328.

- Fillit, H., Rockwood, K., Woodhouse, K., & Philadelphia, S. (2012). Brocklehurst's textbook of geriatric medicine and gerontology. In.
- Freeman, T. (1999). Assessing the innovation capacity of the consortium: an evaluation of the CAM-I cost management systems program. *Journal of Knowledge Management*, 3(1), 61-65.
- Good, C. V., & Merkel, W. R. (1973). *Dictionary of education*: McGraw-Hill.
- Griffin, J. M. (2002). Are the Fama and French factors global or country specific? *The Review of Financial Studies*, 15(3), 783-803.
- Gulick, L., & Urwick, L. (1973). *The Science of Administration*: New York: Columbia University.
- Hall, R. (1978). Stochastic Implications of the Life Cycle-Permanent Income Hypothesis: Theory and Evidence. *Journal of Political Economy* 86, 6 (December): 971-87.
- Herbert A. S. (1947). *Administrative Behavior*. New York: Macmillian.
- Ivancevich, J. (1989). *Management: Principles and Functions*, Boston: MA.: Richard D. Irwin. In.
- Kanter, R. M. (1983). Frontiers for strategic human resource planning and management. *Human Resource Management*, 22(1-2), 9-21.
- Keeves, J. P. (1988). *Educational research, methodology, and measurement: An international handbook*: Pergamon Press.
- Koontz, H., & O'donnell, C. (1993). *Principles of management; an analysis of managerial functions*. New York: McGraw-Hill.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and psychological measurement*, 30(3), 607-610.
- Longman. (1987). *Longman Dictionary of Contemporary English*. Longman Dictionary of Contemporary English. England: Clay Ltd.
- Neilson, R. L. (1979). *An analysis of intramural sports programs in the state supported senior universities in Tennessee*: Middle Tennessee State University.
- Newman, W. H., and Charles, B. S. (1964). *The Process of Management*. New Jersey: Prentice -Hall.
- Nikolai & Robinson. (2009). *Benchmarking of elite sport systems*. Institute of Sport and

- Leisure Policy*. Loughborough University, Loughborough, UK. Management Decision.
- Nilsson, K. (2019). *A sustainable working life for all ages – The swage model*. Division of Occupational and Environmental Medicine. Phd. Medicine, Lund University, Lund, Sweden.
- Raj, M. (1996). Encyclopaedic dictionary of psychology and education: Vol. 3 (MZ). In: New Delhi: ANMOL Publications PVT.
- Rohbins and Coulter. (2004). *Organization Theory: Structure, Design and Applications*: New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Sharma, G., & Goodwin, J. (2006). Effect of aging on respiratory system physiology and immunology. *Clinical interventions in aging*, 1(3), 253-260.
- Shergold, I., Lyons, G., & Hubers, C. (2014). Future mobility in an ageing society—Where are we heading? *Journal of Transport & Health*, 2(1), 86-94.
- Steiner, E. (1988). *Methodology of theory construction*. Sydney: Educology Research Associates.
- Stoner, J. A., & Wankel, C. (1986). Management (3rd editio). CV. *Intermedia*.
- Willer, R. (1967). Leader and leadership Process. In: Boston: Irwin/McGraw-Hill.
- World Health Organization. (1989). *Health of the elderly: report of a WHO Expert Committee [meeting held in Geneva from 3 to 9 November 1987]*: World Health Organization.
- กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2557). *คู่มือผู้นำนันทนาการ*. กรุงเทพฯ : สำนักงานกิจการโรมพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- กรมอนามัย. (2560). *แผนแม่บทการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (พ.ศ. 2561 – 2573)*. สืบค้นจาก, http://203.157.71.139/group_sr/allfile/1611803524.pdf.
- กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2559). (ร่าง) *แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560-2564)*. กรุงเทพฯ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- _____. (2565). *แผนพัฒนาการท่องเที่ยวแห่งชาติฉบับที่ 2 พ.ศ.2560–2564*. สืบค้นจาก, <https://shorturl.asia/p7bNi>.
- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2552). *แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๕๕ – ๒๕๖๔) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๕๒*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เทพเพ็ญวานิชย์.

- _____ (2553). พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๕๒. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เทพเพ็ญวานิสย์.
- กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา. (2557). *คู่มือผู้นำนักท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2563). *รายละเอียดตัวชี้วัดกระทรวงสาธารณสุข ประจำปีงบประมาณ 2564*. สืบค้นจาก, <http://www.cco.moph.go.th/cco24/202564.pdf>
- กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2566). *รูปแบบการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ : กลุ่มวิจัยและพัฒนาสำนักการกีฬากรมพลศึกษา.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2565). *แผนยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2565-2570*. สืบค้นจาก, <https://shorturl.asia/p7bNi>.
- กิตติพงษ์ เอื้อพิพัฒนากุล และจุฑา ดิงศรัทีย. (2555). การศึกษาการดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอลสปรอนเซอร์ ไทยพรีเมียร์ลีก 2010. *วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ* 13(1), 63-76.
- กิตติวงศ์ สาสวด และประสาน นันทะเสน. (2562). การพัฒนารูปแบบการจัดการฟุตบอลอาชีพเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในประเทศไทย. *วารสารชุมชนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา*, 13(1), 54-67.
- กิตติศักดิ์ มีเจริญ. (2563). *การพัฒนารูปแบบการบริหารกีฬาฟุตบอลชายในสถาบันอุดมศึกษา*. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต) สาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการบริหารที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลขององค์กร*. กรุงเทพฯ: ซัคเซส มีเดีย.
- ขจรเกียรติ ขุนจิต. (2564). *รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลนักเรียนในประเทศไทย*. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต) สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จันทนา รัตนพิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ. (2548). *หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: บุญศิริการพิมพ์.
- จิตติมา อัยसानนท์. (2558). *ประโยชน์ของการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ*. สืบค้นจาก, <https://phyathai3hospital.com/home>
- จุฬาลักษณ์ พูริโนะ. (2560). *รูปแบบการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร*. สืบค้นจาก, http://www.dsdw2016.dsdw.go.th/doc_pr/ndc_25592560/PDF/wpa_8085/ALL.pdf
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2560). การออกกำลังกายเพื่อคุณภาพชีวิตสำหรับผู้สูงอายุ. *วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ*, 4(1), 5-12.
- เฉก ณะสิริ. (2540). *คู่มือทำอะไรชีวิตจะยืนยาวและมีสุข*. กรุงเทพฯ: สัมพันธ์พาณิชย์.

- ชัยรัตน์ รุจิพงษ์. (2545). *การเตรียมนักกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันระหว่างสถาบัน*. กรุงเทพมหานคร: รังสิตสารสนเทศ.
- เดชณ ทองเต็ม. (2563). *การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ*. ศรีสะเกษ : ปีปีก้อปปี.
- ถวัลย์รัฐ วรเทพพุดิพงษ์. (2540). *การกำหนดการวิเคราะห์นโยบายสาธารณะ: ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้*. กรุงเทพฯ: เสมาธรรม.
- ทัศนีย์ ตั้งบุญเกษม. (2566). การบริหารเชิงกลยุทธ์. สืบค้นจาก , <http://www.jobpub.com/articles/showarticle.asp?id=1251>
- ทิตนา แคมมณี. (2550). *รูปแบบการเรียนการสอนทางเลือกที่หลากหลาย*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธนายุทธ ศิระธารา. (2565) *ฟุตบอลอมสิน ซีเนียร์/Interviewer: อ. แกสมาน*. มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- น่าน ฐานิพัฒนานนท์. (2559). *พื้นที่ของการรวมกลุ่มและการสร้างเครือข่ายทางสังคมของกีฬาผู้สูงอายุ จังหวัดสงขลา*. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต) สาขาพัฒนามนุษย์และสังคม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์,
- บรรลุ ศิริพานิช. (2555). *ปกิณกะ งานผู้สูงอายุ*. สืบค้นจาก, <http://www.anamai.moph.go.th/advisor/202/20210.html>.
- บวร ประพฤติดี. (2552). *การวัดและประเมินบุคคล*. กรุงเทพฯ : คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2535). *การวิจัยเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: บริษัทสุวีรียาสาส์น จำกัด.
- _____. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น ฉบับปรับปรุงใหม่ (พิมพ์ครั้งที่ 10)*. กรุงเทพฯ: บริษัทสุวีรียาสาส์น จำกัด.
- ปัญญา อินทเจริญ. (2562). *รูปแบบการจัดการกีฬาวอลเลย์บอลเพื่อความเป็นเลิศในสถาบันอุดมศึกษาของประเทศไทย*. (ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต) สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิชัยณรงค์ กงแก้ว. (2557). การพัฒนารูปแบบการจัดการกีฬาและการออกกำลังกายโดยองค์การบริหารส่วนตำบลสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคเหนือตอนบน. *วารสารวิจัยราชภัฏเชียงใหม่*, 15(1), 16-26.
- พิรยา มั่นเขตวิทย์ และเพื่อนใจ รัตตากร. (2551). *การบำบัดรักษาปัญหาด้านความรู้ความเข้าใจในภาวะผู้มีสมองเสื่อม: การบำบัดรักษาทางกิจกรรมบำบัดสำหรับผู้มีความบกพร่องของการรับรู้และเข้าใจ*. เชียงใหม่: หจก.ดาราวรรณการพิมพ์.
- ไพรัช ถิตย์ผาด. (2544). *การประเมินผลการปฏิบัติงานเชิงยุทธศาสตร์ในหน่วยงานทางการศึกษา*. กรุงเทพฯ: การศาสนา.

- มยุรี ถนอมสุข สุมิตร สุวรรณ สมบุญ ศิลป์รุ่งธรรม ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ สุพรทิพย์ พูเพนียด และอัญชรี แสงพุกษ์. (2558). รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์การสร้างต้นแบบการออกกำลังกาย สำหรับผู้สูงอายุอำเภอกำแพงแสน. คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน.
- มุกดา หนูศรี. (2559). การป้องกันสภาวะสมองเสื่อม. วารสารพยาบาลตำรวจ, 8(1), 227-240.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2562). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. ๒๕๖๒. กรุงเทพฯ: อมรินทร์ พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน).
- รัชพล เขียวพันธุ์. (2561). รูปแบบการจัดการมหกรรมกีฬาของสโมสรฟุตบอลไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว. วารสารการบริการและการท่องเที่ยวไทย, 13(2), 37-50.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). พจนานุกรมศัพท์ศัพท์ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.
- วลัยพร นันทศุภวัฒน์. (2552). การพยาบาลผู้สูงอายุ: ความท้าทายกับภาวะประชากรสูงอายุ. (พิมพ์ครั้งที่ 2). ขอนแก่น: ขอนแก่นการพิมพ์.
- วิไลวรรณ ทองเจริญ. (2548). ความเจ็บปวดในผู้สูงอายุ. วารสารพัฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ, 6(1), 47-48.
- ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. (2548). การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ. นนทบุรี: กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. (2545). การออกกำลังกายทั่วไปและเฉพาะโรคผู้สูงอายุ. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สนธยา ลีละมาต. (2557). กิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2560). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2565). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ.2565-2570). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ. (2560). ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561 - 2580. (พิมพ์ครั้งที่ 2). สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2555). การสำรวจพฤติกรรมการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายของประชากรและสุขภาพจิต พ.ศ. 2554. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติพยากรณ์.
- สำนักบริหารการทะเบียน. (2565). ประกาศจำนวนประชากรปี 2565. สืบค้นจาก,

<https://stat.bora.dopa.go.th/stat/statnew/statMenu/newStat/sumyear.php>

สำนักส่งเสริมสุขภาพกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (ม.ป.ป.). *กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและเครือข่าย*

ผู้สูงอายุ: สูงวัยใส่ใจสุขภาพ. สืบค้นจาก, <http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai/statics/health/10care/topic003.php>.

สุชาติ สารผล. (2565) ฟุตบอลอาวุโสชิงแชมป์ประเทศไทย/*Interviewer*: อัยรัตน์ แกสมาน. มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สุบรรณ พันธุ์วิเศษ และ ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์. (2522). *ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

สุเมธ อัครพงศ์. (2565) ฟุตบอลอาวุโสกีฬาแห่งชาติ/*Interviewer*: อัยรัตน์ แกสมาน. มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สุรกุล เจนอบรม. (2532). *การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ: นิชินแอดเวอร์ไทซิงกรุ๊ป.

สุรัช หุ่นทองกุล. (2545). *ปัญหาการเตรียมทีมนักกีฬาประเภททีมของสถาบันอุดมศึกษาเอกชน ที่เข้าร่วมการแข่งขัน กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 30 รอบมหกรรม*. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต) สาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,

เสนาะ ตีเยาว์. (2546). *หลักการบริหาร*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

อัจฉรา ปุราคม. (2558). *การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). นครปฐม: บริษัทเพชรเกษมพรีนติ้ง กรุ๊ป จำกัด.

อัยรัตน์ แกสมาน. (2563). *เอกสารประกอบการสอนกีฬาฟุตบอล*. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.

อำนาจ เกาไสยานนท์. (2565) ฟุตบอลอาวุโสสมัครเล่นชิงแชมป์ประเทศไทย/*Interviewer*: อัยรัตน์ แกสมาน. มหาวิทยาลัยศิลปากร.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

1. ผศ.ดร. พิทักษ์ สุพรรณโณภาพ ภาคพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร พระราชวังสนามจันทร์
2. อาจารย์ อำนาจ สุขแจ่ม สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ศูนย์พระนครศรีอยุธยา หันตรา
3. ผศ.ดร.ธารินทร์ ก้านเหลือง กรรมการสภามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน
4. ผศ.ดร. ประวิทย์ ประมาณ ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา
5. อาจารย์ สุวิทย์ หวดแทน อาจารย์โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย

รายนามผู้เชี่ยวชาญด้านฝ่ายการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

1. คุณภาณุวัฒน์ ณ ระนอง ผู้ประกอบการธุรกิจสนามฟุตบอล แก้อัพอารีน่า จังหวัดปทุมธานี
2. คุณอนเนก โคตรชุม ผู้อำนวยการกองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกุ้ง อำเภอน้ำพอง จ.ขอนแก่น ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย จังหวัดขอนแก่น
3. คุณนพชัย คำเกลี้ยง ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย จังหวัดเพชรบูรณ์
4. คุณสุรพล ปันโฉม ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย กีฬา อบจ.จังหวัดสตูล
5. คุณสันติ เหลืองแจ่ม ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย จังหวัดกาญจนบุรี
6. คุณสุเทพภวินท์ ธนาแก้วนันท์ชัย ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย จังหวัดเชียงใหม่
7. คุณสุพันธ์ จำเนียรดำรงการ ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัย จังหวัดนครปฐม
8. คุณณรงค์ศักดิ์ สุวรรณรัตน์โชติ เจ้าหน้าที่งานกีฬา กกท.จังหวัดพัทลุง

รายนามผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลจากภาครัฐ เอกชนและรัฐวิสาหกิจ

1. คุณอรรถกร เวชการ ผู้ควบคุมผู้ตัดสินสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย
2. คุณประเด็น ทะกอง เลขาธิการสมาคมกีฬาแห่งจังหวัดชลบุรี
3. คุณวรงค์ ทิวทัศน์ เลขาธิการบริษัทไทยลีก

4. คุณอำนาจ เกษยานนท์ เลขานุการฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสไทยแลนด์คัพ
5. คุณราชันย์ สุธาวรรณ ผู้ประกอบการธุรกิจสนามฟุตบอล ราชันอะคาเดมี่ จังหวัดอุบลราชธานี

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัยในประเทศไทย

SONG GAME MODEL

1. ผศ.ดร.สังวร จันทกร หัวหน้าสาขาพลศึกษาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
2. ผศ.ดร.ทินกร ชอัมพงษ์ รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์
3. ผศ.ดร.พงศชา บุตรนาค รองคณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกาญจนบุรี
4. ผศ.ดร.ณัฐวรรณ สติราวิวัฒน์ ประธานสาขาวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
5. อาจารย์ ดร.สุนันทา สุพรรณ ประธานหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา และกีฬามหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตกระบี่

รายนามผู้เข้าร่วมสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ และผู้รับรองรูปแบบโดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องของการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงวัยในประเทศไทย SONG GAME MODEL

1. คุณโกวิท ฝอยทอง นักกีฬาฟุตบอลทีมชาติไทยและนักฟุตบอลผู้สูงวัย
2. คุณเสกสรร ปิตรีตน์ นักกีฬาฟุตบอลทีมชาติไทยและนักฟุตบอลผู้สูงวัย
3. คุณศัตร์พ่าย ศรีณรงค์ นักกีฬาฟุตบอลทีมชาติไทยและนักฟุตบอลผู้สูงวัย
4. คุณสาทร คำกลิ่น ผู้จัดการทีมฟุตบอลผู้สูงวัยจังหวัดนครปฐม
5. คุณประกาศิต ทิมพ่วงศ์ ผู้ควบคุมการแข่งขันฟุตบอลสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย
6. คุณอดุลยชาติ ชันธมะ อดีตผู้ตัดสินฟุตบอลระดับ FIFA
7. คุณการุณ นาคสวัสดิ์ ผู้ควบคุมทีมฟุตบอลผู้สูงวัยจังหวัดแพร่
8. คุณทรงกลด ทิพย์เนตร ผู้จัดการทีมฟุตบอลผู้สูงวัยจังหวัดเชียงใหม่
9. คุณพูนศักดิ์ ทิพย์ศิริ ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสบุคลากร ม.เกษตรศาสตร์
10. คุณธงชัย อัครพงษ์ ฝ่ายกีฬากองการศึกษาเทศบาลเมืองนาทวี จังหวัดสงขลา
11. คุณดาลัน นุงอาหลี นายกสมาคมกีฬาแห่งจังหวัดสตูล
12. คุณบุญเลิศ ผลอุดม ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลเทศบาลงานกินปลา จังหวัดสิงห์บุรี

13. คุณสมชาย มาลากาญจน์ ฝ่ายจัดการแข่งขันฟุตบอลเทศกาลงานเดือนสิบชาวปักษ์ใต้
14. คุณศักดิ์ดา อูสมมา ผู้ฝึกสอนทีมฟุตบอลผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสาคร
15. คุณกฤษฎา โพธิ์ศิริสุข นักกีฬาฟุตบอลอาวุโสทีมชาติไทย





หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

ที่ อว 8612/๒๕๖๑



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสกลนคร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๑ กันยายน 2566

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธารินทร์ ก้านเหลือง

ด้วย นายอัยรภัต แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสกลนคร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสกลนคร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์ จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวัฒนชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/8610



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

8 กันยายน 2566

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประวิทย์ ประมาณ

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์ จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วมิชวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095



ที่ อว 8612/3511

คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์สุวิทย์ หวดแทน

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์ จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒนวรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/ 1431

วันที่ ๗ กันยายน 2566

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พิทักษ์ สุพรรณโณภาพ

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

ที่ อว 8612/ 3598



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์อำนาจ สุขแจ่ม

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในกรณี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์ จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วนิวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

รายนามผู้เชี่ยวชาญด้านฝ่ายการจัดการแข่งขันฟุตบอล

ที่ อว 8612/๒๕๖๕



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณสุพิน จำเนียรดำรงการ

ด้วย นายอัยย์รัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยย์รัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒนรัชชัย)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/๒๕๖๓



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณสุเทพภวรินทร์ ธนาแก้วนนท์ชัย

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชา
สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการ
การวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์
จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์
ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์
แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสมาน
หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป
จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวัฒนารชัย)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/๒๕๖๕



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณสันติ เหลืองแจ่ม

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วนิวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/3517



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

8 กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณสุรพล ปันโฉม

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒนวรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/3517



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

8 กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณนงชัย คำเกลี้ยง

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวิวัฒน์นรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/3517



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

8 กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณอเนก โคตรชุม

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวิวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/3517



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

8 กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณภาณุวัฒน์ ณ ระนอง

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวิวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/3517



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

8 กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณณรงค์ศักดิ์ สุวรรณรัตน์โชติ

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒนวรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

รายงานผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลจากภาครัฐ เอกชนและรัฐวิสาหกิจ

ที่ อว 8612/๒๕๖๗



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณราชันย์ สุธาวรรณ

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/๒๕๖๗



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณอำนาจ เกาสยานนท์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวิวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/๒๕๖๗



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณวรงค์ ทิวทัศน์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวิวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/3517



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

8 กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณประเด็น ทะกอง

ด้วย นายอัยรต์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรต์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒนวรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/๒๕๖๗



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๘ กันยายน 2566

เรื่อง ขอสัมภาษณ์

เรียน คุณอรรถกร เวชการ

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย" มีความประสงค์ จะขอสัมภาษณ์ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอล เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้สัมภาษณ์ แก่นักศึกษาดังกล่าวด้วย สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมต่าง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ ขออนุญาตให้ นายอัยรัตน์ แกสमान หมายเลขโทรศัพท์ 081-357-4778 เป็นผู้ประสานงานโดยตรงต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒนวรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุในประเทศไทย
SONG GAME MODEL

ที่ อว 8612/ว117



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๕ เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สังวร จันทร์กร

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสमान รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาโทชั้นบัณฑิต
สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการ
การวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญ
เป็นผู้ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒน์วรชัย)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/2117



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทินกร ขอมพงษ์

ด้วย นายอัยรสต์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญ เป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/๑117



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

๕ เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พงศชา บุตรนาค

ด้วย นายอัยริสต์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญ เป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Sirirattana Wornichitwanrath'.

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วมิขวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/๒๕๖๗



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐวรรณ สติราวิวัฒน์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญ เป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติกรแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/ม17



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสกลนคร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.สุนันทา สุพรรณม

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสกลนคร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย "

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสกลนคร มีความประสงค์ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญ เป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าว เพื่อประกอบการดำเนินการวิทยานิพนธ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

รายนามผู้เข้าร่วมสัมมนาอิงผู้เชี่ยวชาญ และผู้รับรองรูปแบบโดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องของการจัดการแข่งขัน
ฟุตบอลผู้สูงวัยในประเทศไทย SONG GAME MODEL

ที่ อว 8612/120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณกฤษฎา โพธิ์ศิริสุข

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วณิชวัฒน์วรชัย)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณศักดิ์ดา อุสมาน

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวรรณชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณสมชาย มาลากาญจน์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวรรณรัชย์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณบุญเลิศ ผลอุดม

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนชัย)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณตาลัน นุงอาหลี

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วนิชวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณธงชัย อัครพงษ์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนชัย)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณพูนศักดิ์ ทิพย์ศิริ

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วนิชวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณทรงกลด ทิพย์เนตร

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวรรณรัชย์)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณการุณ นาคสวัสดิ์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณอดุลย์ชาติ ชันธมะ

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนชัย)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์
โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณประภาศิต พิมพวงค์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณสาทร คำกลิ่น

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วนิชวัฒน์วรชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณศุภรุฬราย ศรีณรงค์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณเสกสรร ปิตุรัตน์

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวรรณชัย)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095

ที่ อว 8612/4120



คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

5 เมษายน 2567

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

เรียน คุณโกวิท ฝอยทอง

ด้วย นายอัยรัตน์ แกสมาน รหัสประจำตัว 630630046 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังดำเนินการวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลอาวุโสในประเทศไทย " มีความประสงค์ ขอเชิญท่าน ในฐานะผู้เชี่ยวชาญรับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL

ในการนี้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้เชี่ยวชาญ รับรองรูปแบบ STRONG GAME MODEL ให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวรรณ วัฒนวรรณรัชย์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์

โทร.0 3425 5095





แบบสอบถามการวิจัย

เรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ในการศึกษาการวิจัยเท่านั้น ข้อมูลทั้งหมดจะเก็บเป็นความลับ ขอความกรุณาให้ท่านตอบแบบสอบถามให้ตรงกับความเป็นจริง หรือความคิดเห็นของท่านมากที่สุด และกรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

แบบสอบถามแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 สภาพการจัดการแข่งขันของผู้เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟุตบอลของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 ความต้องการของด้านการจัดการแข่งขันของผู้เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟุตบอลของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ลงใน ที่ตรงกับสภาพจริงของท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1.1. เพศ

1. ชาย 2. หญิง

1.2. อายุ

- น้อยกว่า 40 ปี
 40-50
 51-60
 60 ปีขึ้นไป

1.3. ระดับการศึกษา

- ประถมศึกษา
 มัธยมศึกษาตอนต้น
 มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.

- अनुप्रिया/ปวส.
- ปริญาตรี
- สูงกว่าปริญญาตรี
- อื่น ๆ (โปรดระบุ)

1.4. รายได้ต่อเดือน

- น้อยกว่า 10,000 บาท
- 10,000 – 20,000 บาท
- 20,001 – 30,000 บาท
- 30,001 – 50,000 บาท
- 50,001 บาทขึ้นไป

1.5. อาชีพ

- ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว
- พนักงานบริษัทเอกชน
- รับจ้าง
- ข้าราชการ/พนักงานในภาครัฐ
- งานในภาคเกษตร
- อื่น ๆ โปรดระบุ.....

1.6. ท่านเป็นผู้ที่พักอาศัยหรือมีภูมิลำเนาอยู่ในพื้นที่จังหวัดที่มีการแข่งขันฟุตบอลครั้งนี้ใช่หรือไม่

- ใช่
- ไม่ใช่

1.7. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันกีฬาฟุตบอลในครั้งนี้ ฐานะบทบาทใด

- นักกีฬาผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
- ผู้ฝึกสอนที่เข้าร่วมแข่งขัน
- กรรมการผู้ตัดสิน
- ผู้ปกครอง/สมาชิกในครอบครัวของนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และเจ้าหน้าที่ของทีม
- กองเชียร์ของทีมที่เข้าร่วมแข่งขัน
- อื่น ๆ โปรดระบุ.....

ตอนที่ 2 สภาพการจัดการแข่งขันกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ลงใน ที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านที่เป็นจริงมากที่สุด เพียงคำตอบเดียว และกรุณาตอบข้อมูลให้ครบทุกข้อ โดยมีเกณฑ์ในการเลือกคำตอบต่อไปนี้

มากที่สุด	ให้	5	คะแนน
มาก	ให้	4	คะแนน
ปานกลาง	ให้	3	คะแนน
น้อย	ให้	2	คะแนน
น้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

ในระหว่างและหลังจากการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟุตบอลในครั้งนี้ ท่านต้องการในรูปแบบในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยเป็นไปในแบบใดบ้าง

สภาพการจัดการแข่งขัน	สภาพที่เป็นจริง				
	5	4	3	2	1
ด้านการจัดการแข่งขัน					
1. มีวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัยอย่างชัดเจน		4	3	2	1
2. มีการจัดการแข่งขันที่มีความเป็นมาตรฐานในการแข่งขันของผู้สูงวัย เช่น สถานที่ รถพยาบาล การรักษาความปลอดภัย หน่วยกู้ภัย เป็นต้น	5	4	3	2	1
3. คณะกรรมการฝ่ายดำเนินการจัดการแข่งขันมีผู้รับผิดชอบในแต่ละฝ่ายแบ่งหน้าที่กันอย่างชัดเจน	5	4	3	2	1
4. สามารถควบคุมการแข่งขันให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการแข่งขัน	5	4	3	2	1
ด้านรูปแบบการแข่งขัน					
1. มีรูปแบบการแข่งขันที่แจ้งให้ทราบอย่างชัดเจนตามตารางการแข่งขัน	5	4	3	2	1
2. มีรูปแบบการแข่งขันมีความเหมาะสมกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย	5	4	3	2	1
3. มีรูปแบบการแข่งขันที่มีการยืดหยุ่น มีระยะเวลาพักให้	5	4	3	2	1

สภาพการจัดการแข่งขัน	สภาพที่เป็นจริง				
	5	4	3	2	1
เหมาะสมกับผู้สูงอายุ					
4. มีรูปแบบการแข่งขันที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายได้อย่างต่อเนื่องและมีการจัดการแข่งขันในทุก ๆ ปี	5	4	3	2	1
ด้านกฎกติกาการแข่งขัน					
1. มีกฎกติกาที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในการแข่งขัน เช่น ขนาดสนามต่อจำนวนผู้เล่น เวลาที่ใช้ในแข่งขัน	5	4	3	2	1
2. มีกฎกติกาที่แตกต่างกับการแข่งขันกีฬาทั่วไป เช่น การเปลี่ยนตัว เวลาการแข่งขัน การส่งรายชื่อนักกีฬาที่เข้าร่วม ช่วงชั้นของอายุ	5	4	3	2	1
3. มีกฎกติกาที่เข้มงวด กวดขันและสร้างความปลอดภัย ภายใต้อุตกลงให้กับผู้เข้าร่วมแข่งขัน		4	3	2	1
4. มีการลงโทษผู้ทำผิดกติการ้ายแรง เช่น การทะเลาะวิวาท การไม่ยอมรับคำตัดสิน การประท้วง ได้อย่างเหมาะสมและสมเหตุสมผล	5	4	3	2	1
ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน					
1. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความเข้าใจและเต็มใจในการเข้าร่วมการแข่งขันด้วยความสมัครใจ	5	4	3	2	1
2. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีการประเมินตนเองและเตรียมความพร้อมในด้านสมรรถภาพทางกาย ในการเข้าร่วมการแข่งขันเพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพของตนเอง	5	4	3	2	1
3. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการจัด อย่างชัดเจน	5	4	3	2	1
4. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความภาคภูมิใจในการเข้าร่วมการแข่งขัน	5	4	3	2	1
ด้านระยะเวลาในการแข่งขัน					
1. มีระยะเวลาในการจัดการแข่งขันที่เหมาะสมกับช่วงอายุ วัย	5	4	3	2	1
2. มีระยะเวลาของการพักในแต่ละครั้ง ในการแข่งขันเหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงอายุ	5	4	3	2	1

สภาพการจัดการแข่งขัน	สภาพที่เป็นจริง				
	5	4	3	2	1
3. มีการชดเชยเวลาในการแข่งขันที่เหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงอายุ	5	4	3	2	1
4. มีเวลาพิเศษในการขอเวลานอก	5	4	3	2	1
ด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน					
1. มีพื้นสนามที่นุ่ม เรียบ เหมาะกับการแข่งขันของผู้สูงอายุ	5	4	3	2	1
2. มีสถานที่นั่งชม พักผ่อน เหมาะสมและเพียงพอ	5	4	3	2	1
3. มีห้องสุขาที่สะอาด สถานที่ชำระล้าง ถูกสุขลักษณะและเหมาะสม	5	4	3	2	1
4. สถานที่มีมาตรฐาน และความปลอดภัย	5	4	3	2	1
ด้านการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ					
1. มีการประชาสัมพันธ์การแข่งขันผ่านสื่อต่าง ๆ ให้ทราบอย่างทั่วถึง	5	4	3	2	1
2. มีการถ่ายทอดสดระหว่างการแข่งขันผ่านสื่อต่าง ๆ	5	4	3	2	1
3. มีการบรรยายเกมการแข่งขันที่สนุกสนาน ระวังใจต่อผู้ติดตาม	5	4	3	2	1
4. มีการประชาสัมพันธ์ บรรยากาศในการแข่งขัน เช่น การไลฟ์สด ถ่ายทอดสดทางเพจ	5	4	3	2	1
5. มีจุดเช็คอินเพื่อถ่ายภาพ highlights ของการแข่งขัน	5	4	3	2	1

ตอนที่ 3 ความต้องการของด้านการจัดการแข่งขันของผู้เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ลงใน ที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านที่เป็นจริงมากที่สุด เพียงคำตอบเดียว และกรุณาตอบข้อมูลให้ครบทุกข้อ โดยมีเกณฑ์ในการเลือกคำตอบต่อไปนี้

มากที่สุด	ให้	5	คะแนน
มาก	ให้	4	คะแนน
ปานกลาง	ให้	3	คะแนน
น้อย	ให้	2	คะแนน
น้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

ความต้องการการจัดการแข่งขัน	ระดับความต้องการ				
	5	4	3	2	1
1. ด้านการจัดการแข่งขัน เช่น การกำหนดวัตถุประสงค์ มาตรฐานความปลอดภัย การควบคุมการแข่งขัน	5	4	3	2	1
2. ด้านรูปแบบการแข่งขัน เช่น ความชัดเจนของโปรแกรม มีความเหมาะสม ยืดหยุ่น กับผู้สูงวัย มีการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง		4	3	2	1
3. ด้านกฎกติกาการแข่งขัน เช่น กติกาเหมาะสมกับช่วงวัย มีบทลงโทษชัดเจน เหมาะสม	5	4	3	2	1
4. ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน เช่น มีความเต็มใจ เข้าใจถึงวัตถุประสงค์การจัด การมีน้ำใจนักกีฬา		4	3	2	1
5. ด้านระยะเวลาการจัด เช่น มีเวลาที่เหมาะสมกับสภาพของผู้สูงวัย เวลาในการแข่งขัน เวลาพัก เวลาพิเศษ	5	4	3	2	1
6. ด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน เช่น สภาพสนาม สภาพแวดล้อมโดยรวม ที่นั่งชม พักผ่อนและห้องสุขาสะอาด และปลอดภัย	5	4	3	2	1
7. ด้านการประชาสัมพันธ์ เช่น มีการถ่ายทอดสด ไลฟ์สด มีภาพถ่ายบรรยากาศการแข่งขัน การบรรยายเกมที่สนุกตื่นเต้น ไร่ใจ	5	4	3	2	1

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





แบบประเมินรับรองรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย

คำชี้แจง: แบบประเมินรับรองรูปแบบฉบับนี้ ใช้ในการวิจัยเรื่องการพัฒนาารูปแบบการจัดการ การแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย มีวัตถุประสงค์เพื่อปรับปรุงและเสนอรูปแบบการจัดการการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย โดยใช้ชื่อว่า “ รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัย ที่พัฒนาขึ้น คือ SONG GAME MODEL ”

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่อง ตามระดับความคิดเห็นของท่าน ดังนี้

คะแนน 5 คือ รูปแบบมีความเหมาะสมอยู่ในมากที่สุด

คะแนน 4 คือ รูปแบบมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก

คะแนน 3 คือ รูปแบบมีความเหมาะสมอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 2 คือ รูปแบบมีความเหมาะสมอยู่ในระดับน้อย

คะแนน 1 คือ รูปแบบมีความเหมาะสมอยู่ในระดับน้อยที่สุด

รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
1. S: Spirit การมีน้ำใจ หมายถึง การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน ต่อผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดการแข่งขัน ภายใต้กฎกติกา มารยาท ที่ร่วมกันกำหนดและสร้างขึ้นเพื่อให้ทุกคนมีส่วนในการผลักดันให้กีฬาฟุตบอลของผู้สูงวัย ดำเนินต่อไปได้อย่างยั่งยืน ภายใต้การมีน้ำใจในทุก ๆ ด้าน	5	4	3	2	1
2. O: Organization management การบริหาร การจัดการ หมายถึง มีการบริหาร การจัดการ การแข่งขันที่ดี ทั้งในด้านการมีผู้รับผิดชอบในส่วนงานต่าง ๆ รวมถึงการบริหารจัดการความเสี่ยง การจัดการด้านเครือข่ายพันธมิตรและการบริหารจัดการเงินและงบประมาณ ได้อย่างเหมาะสม	5	4	3	2	1
3. N: Network เครือข่ายพันธมิตร หมายถึง ความสัมพันธ์ ความร่วมมือ การมีส่วนร่วม ที่จะร่วมด้วยช่วยกัน ทำให้กิจกรรมดำเนินต่อไปอย่างยั่งยืน ภายใต้การมีส่วนร่วมช่วยกันผลักดันพัฒนารูปแบบ	5	4	3	2	1

รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
การแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ					
4. G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมประสบการณ์แปลกใหม่ในช่วงวัยของผู้สูงอายุ จากการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันฟุตบอลในพื้นที่ต่าง ๆ ทั่วภูมิภาคของประเทศไทย	5	4	3	2	1
5. G: Goal เป้าหมาย หมายถึง เป้าประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในทุก ๆ ด้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าใจในคุณค่าชีวิตของตนเอง	5	4	3	2	1
6. A: Age อายุ หมายถึง ช่วงอายุของผู้สูงอายุ ที่มีความจำเป็นในการจัดการ กำหนดช่วงวัยในการเข้าร่วมการแข่งขันให้เหมาะสมในการมีส่วนร่วมในการแข่งขันเพื่อที่จะส่งผลให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่ดีที่สุด		4	3	2	1
7. M: Motivation แรงจูงใจ หมายถึง การสร้างรูปแบบให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพในทุกด้าน ทั้งในด้าน ความการส่งเสริมสุขภาพกาย ใจ สังคม อารมณ์ และในด้าน การจัดการความเสี่ยง ความปลอดภัย งบประมาณ และให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อทุกคนที่เข้าร่วมแข่งขัน	5	4	3	2	1
8. E: Enjoyment ความสนุกสนาน หมายถึง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจ มีความสุข สนุกสนาน จากการเข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในครั้งนี้	5	4	3	2	1

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับรูปแบบฯ

.....

.....

.....

จากการประเมินเพื่อการรับรองรูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงกีฬาและนันทนาการของ
จังหวัดนครปฐม โดยใช้ชื่อว่า “ รูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่
พัฒนาขึ้น คือ SONG GAME MODEL ” ผู้ประเมินเห็นควรว่า

- รูปแบบมีความเหมาะสมดีแล้ว
- รูปแบบมีความเหมาะสม แต่ควรปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ
- รูปแบบไม่มีความเหมาะสม



ผู้ประเมิน

(ลงชื่อ).....

(.....)

...../...../.....



แบบตรวจสอบดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC)

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย”

คำชี้แจง : แบบตรวจสอบดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ของงานวิจัยเรื่อง “การพัฒนาารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย” ซึ่งเป็นเครื่องมือการวิจัย ที่มีต่อแบบประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย SONG GAME MODEL นำไปประเมินความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ว่ามีความเหมาะสมในการนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการรับรองรูปแบบงานวิจัยโดยกำหนดเกณฑ์ในการพิจารณาความเที่ยงตรง ดังนี้

- +1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อความมีความเหมาะสม
- 0 หมายถึง ไม่แน่ว่าใจว่าข้อความมีความเหมาะสมหรือไม่
- 1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อความไม่มีความเหมาะสม

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความสอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
1. อาชีพ <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว <input type="checkbox"/> พนักงานบริษัทเอกชน <input type="checkbox"/> รับจ้าง <input type="checkbox"/> ข้าราชการ/พนักงานในภาคราชการ <input type="checkbox"/> งานในภาคเกษตร 	1	1	1	1	1	1.00

คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความ สอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
<input type="checkbox"/> อื่น ๆ โปรดระบุ.....						
2. ท่านเป็นผู้ที่พำนักอาศัยหรือมีภูมิลำเนาอยู่ในพื้นที่จังหวัดที่มีการแข่งขันฟุตบอลครั้งนี้ใช่หรือไม่ <input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่	1	1	1	1	1	1.00
3. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันกีฬาฟุตบอลในครั้งนี้อย่างไรบ้าง <input type="checkbox"/> นักกีฬาผู้เข้าร่วมการแข่งขัน <input type="checkbox"/> ผู้ฝึกสอนที่เข้าร่วมแข่งขัน <input type="checkbox"/> กรรมการผู้ตัดสิน <input type="checkbox"/> ผู้ปกครอง/สมาชิกในครอบครัวของนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และเจ้าหน้าที่ของทีม <input type="checkbox"/> กองเชียร์ของทีมที่เข้าร่วมแข่งขัน <input type="checkbox"/> อื่น ๆ โปรดระบุ.....	1	1	1	1	1	1.00

ตอนที่ 2 สภาพการจัดการแข่งขันกีฬาฟุตบอลของผู้สู่งวัย

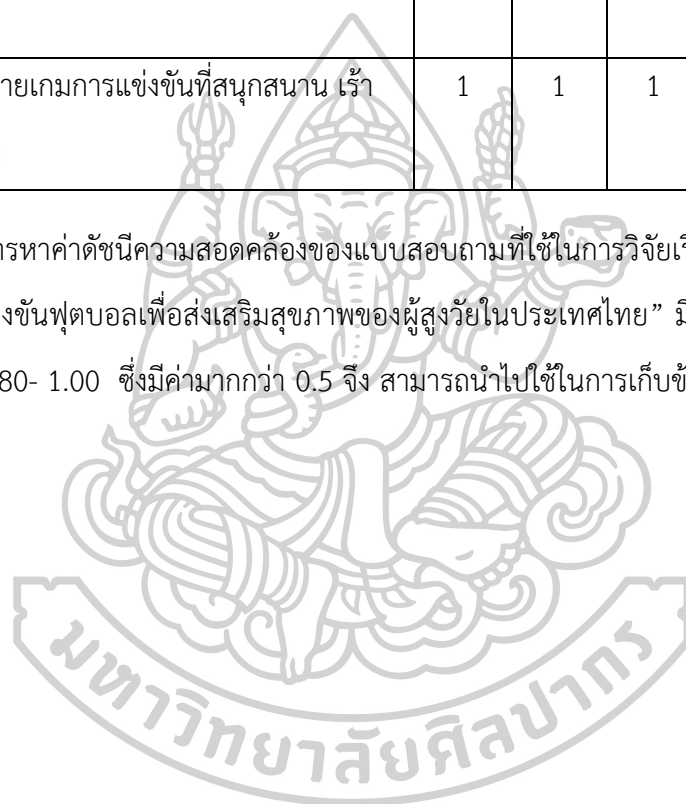
คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความ สอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
ด้านการจัดการแข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00
1. มีวัตถุประสงค์ในการจัดการแข่งขันที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพผู้สู่งวัยอย่างชัดเจน						
2. มีการจัดการแข่งขันที่มีความเป็นมาตรฐานในการแข่งขันของผู้สู่งวัย เช่น สถานที่ รถพยาบาล การรักษาความปลอดภัย หน่วยกู้ภัย เป็นต้น	1	1	1	1	1	1.00
คณะกรรมการฝ่ายดำเนินการจัด .3การแข่งขันมีผู้รับผิดชอบในแต่ละฝ่ายแบ่งหน้าที่กันอย่างชัดเจน	1	1	1	1	1	1.00
4. สามารถควบคุมการแข่งขันให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการแข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00
ด้านรูปแบบการแข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00
1. มีรูปแบบการแข่งขันที่แจ้งให้ทราบอย่างชัดเจนตามตารางการแข่งขัน						
2. มีรูปแบบการแข่งขันมีความเหมาะสมกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สู่งวัย	1	1	1	1	1	1.00
มีรูปแบบการแข่งขันที่มีการยืดหยุ่น มี .3 ระยะเวลาพักให้เหมาะสมกับผู้สู่งวัย	1	1	1	1	1	1.00
4. มีรูปแบบการแข่งขันที่ส่งเสริมให้ผู้สู่งวัยออกกำลังกายได้อย่างต่อเนื่องและมีการจัดการแข่งขันในทุก ๆ ปี	1	1	1	1	1	1.00

คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความ สอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
ด้านกฎกติกาการแข่งขัน						
1. มีกฎกติกาที่เหมาะสมต่อผู้สูงวัยในการแข่งขัน เช่น ขนาดสนามต่อจำนวนผู้เล่น เวลาที่ใช้ใน แข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00
2. มีกฎกติกาที่แตกต่างกับการแข่งขันกีฬาทั่วไป เช่น การเปลี่ยนตัว เวลาการแข่งขัน การส่งรายชื่อ นักกีฬาที่เข้าร่วม ช่วงชั้นของอายุ	1	1	1	1	1	1.00
3. มีกฎกติกาที่เข้มงวด กวดขันและสร้างความ ปลอดภัย ภายใต้ข้อตกลงให้กับผู้เข้าร่วมแข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00
4. มีการลงโทษผู้ทำผิดกติการ้ายแรง เช่น การ ทะเลาะวิวาท การไม่ยอมรับคำตัดสิน การประท้วง ได้อย่างเหมาะสมและสมเหตุสมผล	1	1	1	0	1	0.80
ด้านผู้เข้าร่วมการแข่งขัน						
1. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความเข้าใจและเต็มใจใน การเข้าร่วมการแข่งขันด้วยความสมัครใจ	1	1	1	1	0	0.80
2. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีการประเมินตนเองและ เตรียมความพร้อมในด้านสมรรถภาพทางกาย ใน การเข้าร่วมการแข่งขันเพื่อความปลอดภัยต่อ สุขภาพของตนเอง	1	1	1	1	1	1.00
ผู้เข้าร่วมการแข่งขันเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของ .3 การจัด อย่างชัดเจน	1	0	1	1	1	0.80

คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความ สอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
4. ผู้เข้าร่วมการแข่งขันมีความภาคภูมิใจในการเข้าร่วมการแข่งขัน	1	1	0	1	1	0.80
ด้านระยะเวลาในการแข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00
1. มีระยะเวลาในการจัดการแข่งขันที่เหมาะสมกับช่วงอายุ วัย						
2. มีระยะเวลาของการพักในแต่ละครั้ง ในการแข่งขันเหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงอายุ	1	1	1	1	1	1.00
มีการชดเชยเวลาในการแข่งขันที่เหมาะสมกับช่วงวัยของผู้สูงอายุ .3	1	1	1	1	1	1.00
4. มีเวลาพิเศษในการขอเวลานอก	1	1	1	1	1	1.00
ด้านสถานที่ในการจัดการแข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00
1. มีพื้นสนามที่นุ่ม เรียบ เหมาะกับการแข่งขันของผู้สูงอายุ						
2. มีสถานที่นั่งชม พักผ่อน เหมาะสมและเพียงพอ	1	1	1	1	1	1.00
3. มีห้องสุขาที่สะอาด สถานที่ชำระล้าง ถูกสุขลักษณะและเหมาะสม	1	1	1	1	1	1.00
4. สถานที่มีมาตรฐาน ความปลอดภัยและมีที่จอดรถเพียงพอ	1	1	1	1	1	1.00
ด้านการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ	1	1	1	1	1	1.00
1. มีการประชาสัมพันธ์การแข่งขันผ่านสื่อต่าง ๆ ให้ทราบอย่างทั่วถึง						

คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความ สอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
2. มีการถ่ายทอดสดระหว่างการแข่งขันผ่านสื่อต่าง ๆ	1	1	1	1	1	1.00
3. มีการบรรยายเกมการแข่งขันที่สนุกสนาน เร้าใจต่อผู้ติดตาม	1	1	1	1	1	1.00

ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย” มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.80- 1.00 ซึ่งมีค่ามากกว่า 0.5 จึง สามารถนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลได้



แบบตรวจสอบดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย SONG GAME MODEL

คำชี้แจง : แบบตรวจสอบดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย SONG GAME MODEL มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย ว่ามีความเหมาะสมในการนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการรับรองรูปแบบงานวิจัยโดยกำหนดเกณฑ์ในการพิจารณาความเที่ยงตรง ดังนี้

+1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อความมีความเหมาะสม

0 หมายถึง ไม่แน่ว่าใจว่าข้อความมีความเหมาะสมหรือไม่

-1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อความไม่มีความเหมาะสม

คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความสอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
1. ชื่อรูปแบบ SONG GAME MODEL	1	1	1	1	1	1.00
2. S: Spirit การมีน้ำใจ - การรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ต่อเพื่อนร่วมแข่งขัน - การมีมารยาทภายใต้กฎกติกาการแข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00
3. O: Organization management การบริหารการจัดการ - มีการบริหารจัดการการแข่งขันฟุตบอลของผู้สูงวัยให้ได้มาตรฐานมากยิ่งขึ้นในทุก ๆ ด้าน - มีการติดตามผล ประเมินผลในการจัดการแข่งขันเพื่อปรับปรุงแก้ไขในการจัดครั้งต่อไป	1	1	1	1	1	1.00

คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความ สอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
<p>4. N: Network เครือข่ายพันธมิตร</p> <ul style="list-style-type: none"> - การมีส่วนร่วมของเครือข่ายที่ช่วยส่งเสริมการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ - มีการขยายเครือข่ายด้านฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ 	1	1	1	1	1	1.00
<p>5. G: Good Game กิจกรรมการแข่งขันที่ดี</p> <ul style="list-style-type: none"> - มีรูปแบบการแข่งขันที่เหมาะสมและส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ - การเสริมสร้างประสบการณ์แปลกใหม่ให้กับผู้สูงอายุ 	1	1	1	0	1	0.80
<p>6. G: Goal เป้าหมาย</p> <ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมและการแข่งขันในรูปแบบการแข่งขันที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น - มีผู้เข้าร่วมการแข่งขันและติดตามการแข่งขันฟุตบอลผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น 	1	1	0	1	1	0.80
<p>7. A: Age อายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> - มีการกำหนดช่วงของอายุในการแข่งขันที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น - มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นเมื่อมีการปรับช่วงของอายุของนักกีฬาที่เหมาะสม 	1	1	1	1	1	1.00

คำถาม	ผลการพิจารณา					ดัชนีความ สอดคล้อง (IOC)
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5	
8. M: Motivation แรงจูงใจ -สร้างรูปแบบการแข่งขันให้มีแรงจูงใจในการเข้าร่วมของผู้สูงวัยเพิ่มมากขึ้น -สร้างความมั่นใจ ความปลอดภัย ในการเข้าร่วมการแข่งขัน	1	1	1	0	1	0.80
9. E: Enjoyment ความสนุกสนาน - รูปแบบการแข่งขันมีความสนุกสนาน เกิดความสุข กับผู้สูงวัยที่เข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขัน	1	1	1	1	1	1.00

ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของรูปแบบการจัดการแข่งขันฟุตบอลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงวัยในประเทศไทย SONG GAME MODEL มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.80- 1.00 ซึ่งมีค่ามากกว่า 0.5 จึงสามารถนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลได้

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	อัยรัตน์ แกสमान
วุฒิการศึกษา	ปริญญาโท ศศ.ม. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (2545) ปริญญาตรี ศศ.บ. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (2541)
ผลงานตีพิมพ์	1. โรม วงศ์ประเสริฐ, วิจิต อิมออารมย์, นิวัฒน์ บุญสม, วรณวิสา บุญมาก, นรินทรา จันทสร, และอัยรัตน์ แกสमान. (2566). ศึกษาความต้องการศึกษาต่อเข้าหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาการจัดการนันทนาการ การท่องเที่ยวและกีฬา) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. (ทุนวิจัยคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร) จำนวน 67 หน้า. 2. อัยรัตน์ แกสमान, วิจิต อิมออารมย์, นรินทรา จันทสร, นภสร นิลไพจิตร, นิวัฒน์ บุญสม และวรณวิสา บุญมาก. (2566). รายงานการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 44 ณ จังหวัดนครราชสีมา. นครปฐม: ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. (ทุนวิจัยคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร) 107 หน้า. 3. นรินทรา จันทสร, อัยรัตน์ แกสमान, พิทักษ์ สุพรรณโณภาพ และคณิต เขียววิชัย. (2566). ผลของการฝึกโปรแกรมพลัยโอเมตริกที่มีผลต่อสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง. ทุนคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. จำนวน 135 หน้า. วันที่เผยแพร่ 14 กันยายน 2566