

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ เพื่อเปรียบเทียบการทรงตัวของผู้เรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระหว่างก่อน และหลัง การออกกำลังกายแบบฤๅษีดัดตน ศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดอุดรธานี จำนวน 1 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายแบบฤๅษีดัดตน และแบบทดสอบความสามารถในการทรงตัว (Time Up and Go Test: TUGT) ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัย หรือเก็บรวบรวมข้อมูล โดยประเมินการทรงตัวของผู้เรียนกลุ่มเป้าหมาย โดยใช้แบบทดสอบความสามารถในการทรงตัว (TUGT) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายแบบฤๅษีดัดตน ผู้วิจัยจะบันทึกผลการทดสอบความสามารถในการทรงตัว ระหว่างเดือนมกราคม - มีนาคม 2568 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติการหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ในการข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการศึกษาพบว่า ก่อนการจัดกิจกรรมที่ใช้เวลาเฉลี่ย 12.1 วินาที ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.44 และหลังจัดกิจกรรมผู้เรียนใช้เวลาเฉลี่ย 10.98 วินาที ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.41 เมื่อเปรียบเทียบการทรงตัวของผู้เรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระหว่างก่อน และหลังจัดกิจกรรมการออกกำลังกายแบบฤๅษีดัดตน ค่าเฉลี่ยของเวลาที่ใช้ในการทดสอบความสามารถในการทรงตัวหลังจัดกิจกรรมมีค่าน้อยกว่าก่อนจัดกิจกรรม ซึ่งอาจสรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายแบบฤๅษีดัดตนมีผลต่อความสามารถในการทรงตัวของผู้เรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา