

คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเต้นแอโรบิก
ตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552

**ACTUAL AND EXPECTED CHARACTERISTICS OF AEROBIC DANCE
LEADERS IN THE OPINIONS OF PEOPLE AT EXERCISE
AREA IN CHONBURI PROVINCE IN 2009**

ว่าที่ร้อยตรีหญิงมนตรี แสนสีมล *
ไพบูรณ์ ศรีชัยสวัสดิ์ **
นำชัย เลวัลย์ ***

Montree Saensimon *
Paiboon Srichaisawat **
Namchai Lewan ***

Abstract

The purpose of this research was to find and compare the actual and expected characteristics of aerobic dance leaders in the opinions of people who came to exercise at exercise areas in Chonburi province. The sample in this research consisted of 330 people including males and females with below 30 and 30 and over years of age. They were chosen by simple random sampling from 10 districts and 1 sub-district of Chonburi province. The questionnaire constructed by the researcher with the reliability of .96 was used to collect the data. The data were then analyzed in terms of frequency, percentage, standard deviation, and t-test. The findings were as follows:

1. The actual and expected characteristics of aerobic dance leaders in the opinions of people exercising at exercise areas in Chonburi province in 2009 were overall at the highest level, and also in all aspects of actual and expected characteristics were at the highest levels.

2. Means comparison of actual characteristics of aerobic dance leaders in the opinions of people exercising at exercise areas in Chonburi province in 2009, classifying by sexes and age groups were presented as follows:

2.1 The actual characteristics of aerobic dance leaders in the opinions of male and female people exercising at exercise areas in Chonburi province in 2009 were significantly different at the .05 level. While considering on particular aspect, it was found that the actual characteristics of aerobic dance leaders on the aspects of personal qualification, knowledge in aerobic dance theories, and personality of aerobic dance leader were also significantly different at the .05 level. However, there was no significant difference on the aspect of human relation of aerobic dance leader.

* นิสิตปริญญาโท หลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผู้วิจัย

** รองศาสตราจารย์ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประธานควบคุมปริญญาานิพนธ์

*** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรรมการควบคุมปริญญาานิพนธ์

2.2 The actual characteristics of aerobic dance leaders in the opinions of people aged below 30 and 30 and over, who exercised at exercise areas in Chonburi province in 2009 were overall not significantly different. While considering on particular aspect, it was found that there were also no significantly differences.

3. Means comparison of expected characteristics of aerobic dance leaders in the opinions of people exercising at exercise areas in Chonburi province in 2009, classifying by sexes and age groups were presented as follows:

3.1 The expected characteristics of aerobic dance leaders in the opinions of male and female people exercising at exercise areas in Chonburi province in 2009, considering overall and on particular aspects, there were no significantly differences.

3.2 The expected characteristics of aerobic dance leaders in the opinions of people aged below 30 and 30 and over who exercised at exercise areas in Chonburi province in 2009, there were overall significantly differences at the .05 level. While considering on particular aspect, it was found that there were also significantly differences at the .05 level on the aspects of human relation and personality of the aerobic dancers. However, there were no significantly differences on the aspects of personal qualification, and knowledge in aerobic dance theories.

Keywords : Actual and Expected Characteristics, Aerobic dance leaders

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษา และเปรียบเทียบคุณลักษณะที่เป็นจริง และที่พึงประสงค์ ของผู้นำการเต้นแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นประชาชนที่เต้นแอโรบิกในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี จำนวน 10 อำเภอ และ 1 กิ่งอำเภอ แบ่งเป็นเพศชาย และเพศหญิง ที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี และมีอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไปจำนวน 330 คน โดยใช้การสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.98 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที่

ผลการวิจัยพบว่า

1. คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเต้นแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 โดยรวมทุกด้าน จำแนกเป็นด้านคุณลักษณะที่เป็นจริง มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด และด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด

2. การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเต้นแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 จำแนกตามเพศ และอายุ สรุปผลได้ดังนี้

2.1 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเต้นแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 จำแนกตามเพศ โดยรวมทุกด้าน

เมื่อทำการทดสอบแล้วพบว่า ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดิน แอโรบิกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ในด้านคุณสมบัติ ส่วนตัวของผู้นำการเดินแอโรบิก ด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเดินแอโรบิก และด้านบุคลิกภาพของผู้นำ การเดินแอโรบิก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้นำการ เดินแอโรบิก ไม่แตกต่างกัน

2.2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิกตาม ความคิดเห็นของประชาชนที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปีและอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป ที่เดินแอโรบิกในลานออกกำลังกาย จังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 โดยรวมทุกด้าน เมื่อทำการทดสอบแล้วพบว่าประชาชนที่มีอายุต่างกัน มีความคิดเห็น ต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิกทั้งภาพรวม และรายด้าน ไม่แตกต่างกัน

3. การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามค ความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 จำแนกตามเพศและอายุ สรุปผลได้ ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดิน แอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 จำแนกตามเพศ โดยรวม ทุกด้าน เมื่อทำการทดสอบแล้วพบว่า ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของ ผู้นำการเดินแอโรบิก ไม่แตกต่างกัน

3.2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิก ตามความคิดเห็นของประชาชนเพศที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปี และอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป ที่เดินแอโรบิกในลานออก กกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 โดยรวมทุกด้าน เมื่อทำการทดสอบแล้วพบว่า ประชาชนที่มีอายุต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติระดับ.05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า แตกต่างกันในด้านด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้นำการเดิน แอโรบิก และด้านบุคลิกภาพของผู้นำการเดินแอโรบิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านด้าน คุณสมบัติส่วนตัวของผู้นำการเดินแอโรบิก และด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเดินแอโรบิก ไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ : คุณลักษณะที่เป็นจริงและพึงประสงค์ ผู้นำการเดินแอโรบิก

บทนำ

การออกกำลังกายเป็นสิ่งสำคัญ และเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในประเทศ เพื่อ เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคนในประเทศจึงจำเป็นต้องมีการพัฒนาสุขภาพ และสมรรถภาพของคนไทยให้เป็น คนที่มีคุณภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข ซึ่งการออกกำลังกาย และการเล่น กีฬา เป็นปัจจัยหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิตคนไทยให้มีสุขภาพ และสมรรถภาพที่ดีพร้อมที่จะดำรงชีวิตอยู่ใน สังคมได้อย่างมีความสุข และมีคุณภาพได้ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว มีพระราชดำรัสเกี่ยวกับเรื่อง การออก กกำลังกายไว้เมื่อวันที่ 17 ธันวาคม 2533 ดังอัญเชิญความว่า “ร่างกายของคนเราพื้นฐานธรรมชาติสร้างขึ้นมามี ใช้ ออกแรง ใช้แรง มีใช้ให้อยู่เฉยๆ ถ้าใช้แรงให้พอเหมาะพอดีโดยสม่ำเสมอร่างกายก็เจริญแข็งแรงคล่องแคล่ว และ

คงทน ยั่งยืน ถ้าไม่ใช้แรงเลยหรือใช้ไม่เพียงพอ ร่างกายก็จะเจริญแข็งแรงอยู่ไม่ได้ แต่จะค่อยๆ เสื่อมไปเป็นลำดับ และหมดสมรรถภาพไปก่อนเวลาอันสมควร...” และคำขวัญที่ว่า “กีฬาสร้างคน คนสร้างชาติ” ก็เป็นพระบรมราโชวาทของพระองค์ท่านเช่นเดียวกัน ศาสตราจารย์นายแพทย์บุญสม มาร์ติน อธิบดีรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ ยังมีสุนทรพจน์ที่ทุกคนได้ยินและจดจำไม่รู้ลืม คือ “เล่นกีฬาวินละนิด ชีวิตจะเป็นสุข เล่นกีฬาเป็นนิจชีวิตจะยืนยาว” (วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. 2550: 97) ตั้งแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ได้กำหนดวัตถุประสงค์ในข้อที่ (1) เพื่อสร้างโอกาสการเรียนรู้คุณธรรม จริยธรรมอย่างต่อเนื่องที่ขับเคลื่อนด้วยการเชื่อมโยงบทบาทครอบครัว สถาบันศาสนา และสถาบันการศึกษา เสริมสร้างบริการสุขภาพอย่างสมดุล ระหว่างการส่งเสริม การป้องกัน การรักษาและการฟื้นฟูสมรรถภาพ และสร้างความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2549: 45) และเพื่อให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ดังกล่าว ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 ก็ได้กำหนดเป้าหมายการพัฒนา ข้อที่ (1) ให้คนไทยทุกคนได้รับการพัฒนาทั้งทางร่างกาย จิตใจ ความรู้ ความสามารถ ทักษะการประกอบอาชีพ และมีความมั่นคงในการดำรงชีวิต กำหนดให้อายุคาดหมายเฉลี่ยของคนไทยสูงขึ้นเป็น 80 ปี ควบคู่กับลดอัตราเพิ่มของการเจ็บป่วยด้วยโรคที่ป้องกันได้ใน 5 อันดับแรก คือ โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดสมอง และโรคมะเร็ง และลดรายจ่ายด้านรักษาสุขภาพของบุคคลลงในระยะยาว (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2549: 46) จะเห็นได้ว่าเป้าหมายในการพัฒนาคุณภาพคนนั้น จะเน้นด้านการสร้างสุขภาพมากกว่าการซ่อมหมายถึงการสร้างสุขภาพให้แข็งแรงไว้ก่อนที่จะเจ็บป่วยแล้วมารักษาทีหลัง ซึ่งจะเป็นการสิ้นเปลืองงบประมาณมากกว่า

การขาดการออกกำลังกาย นอกจากจะทำให้สมรรถภาพทางกายไม่ดี แกร่เร็ว ยังเป็นสาเหตุนำของโรคภัยแรงหลายชนิด ได้แก่ โรคประสาทเสียดุลยภาพ โรคหลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ โรคความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคของข้อต่อกระดูก จะเห็นได้ว่าการขาดการออกกำลังกายให้โทษต่อคนทุกวัย แต่อาการและความรุนแรงจะแตกต่างกันไป โดยขึ้นอยู่กับความมากน้อยของการขาดการออกกำลังกาย ระยะเวลาที่ขาดการออกกำลังกาย สภาพร่างกายแต่เดิมของบุคคลนั้น และปัจจัยที่เกี่ยวข้องอื่นๆ เช่น โภชนาการ กิจกรรมในระหว่างวัน สภาวะแวดล้อมต่างๆ ด้วย (สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ และนันทนาการ. 2543: 14) การออกกำลังกายแบบแอโรบิก จึงเป็นวิธีการหนึ่งในการสร้างสุขภาพของคนไทยในปัจจุบัน ถ้าปฏิบัติได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ก็จะเกิดประโยชน์ต่อร่างกายและจิตใจเป็นอย่างดี

ปัจจุบันการออกกำลังกายแบบแอโรบิกได้รับความนิยมอย่างกว้างขวางแทบจะทุกชุมชน เพราะเป็นการออกกำลังกายที่สนุกด้วยเสียงเพลง และทำทางที่ไม่ยากนัก และทำได้ในทุกสถานที่ จะเห็นได้ว่าในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดได้รณรงค์ให้ประชาชน เห็นความสำคัญและประโยชน์ของการออกกำลังกาย โดยสนับสนุนให้ทุกชุมชนได้มีกิจกรรมการออกกำลังกายหลายๆ รูปแบบ แต่ที่นิยมกันมากที่สุด คือ การเดินแอโรบิก จะเห็นได้จากที่ผู้วิจัยได้รับเชิญจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ให้เป็นวิทยากรอบรมผู้นำแอโรบิกให้กับแกนนำในชุมชนต่าง ๆ บ่อยครั้ง ข้อดีของการเดินแอโรบิกก็คือ การเสริมสร้างความแข็งแรง และความทนทานให้กับระบบไหลเวียนโลหิต (หัวใจ) และระบบหายใจ (ปอด) และเป็นการออกกำลังกายที่ใช้ทุกส่วนของร่างกายในการเคลื่อนไหว ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในระบบกล้ามเนื้อเช่นกัน ในการออกกำลังกายที่เหมาะสมความหนักจะอยู่ระหว่าง 60-65% ของอัตราการเต้นของหัวใจ (สุกัญญา พานิชเจริญนาม. 2545: 15-16)

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรีของกลุ่มเพศชายและเพศหญิง และกลุ่มที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี และกลุ่มที่มีอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนที่เดินแอโรบิกในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี จำนวน 10 อำเภอ และ 1 กิ่งอำเภอ มีประชากรทั้งหมด 1,395 คน จากการประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของเครจซี่ และมอร์แกน (เทเวศร์ พิริยะพจน์. 2545: 128; อ้างอิงจาก Krejcie; & Morgan. n.d.) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 330 คน และใช้การสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่
 - 1.1 เพศ แยกเป็น เพศชาย และเพศหญิง
 - 1.2 อายุ แยกเป็น อายุต่ำกว่า 30 ปี และอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดิน แอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี ปี พ.ศ. 2552 ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.98 โดยแบ่งเป็น 3 ตอน

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Checklist)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี ปี พ.ศ. 2552 มีลักษณะเป็นแบบมาตรฐานส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด, มาก, ปานกลาง, น้อย และน้อยที่สุด และแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ

- 1 ด้านคุณสมบัติส่วนตัวของผู้นำการเดินแอโรบิก
- 2 ด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเดินแอโรบิก
- 3 ด้านมนุษยสัมพันธ์ของผู้นำการเดินแอโรบิก
- 4 ด้านบุคลิกภาพของผู้นำการเดินแอโรบิก

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open-Ended Questionnaires) เพื่อให้ผู้ตอบแสดงความคิดเห็นที่มีต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี ปี พ.ศ. 2552

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้เชี่ยวชาญเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ และขอหนังสือถึงแต่ละศูนย์เพื่อขออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากการตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการ แจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มีคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำเต้นแอโรบิก และเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยความคิดเห็นที่มีต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเต้นแอโรบิก จำแนกตามเพศ และกลุ่มอายุ โดยใช้สถิติที (t-test Independent) และนำข้อมูลความคิดเห็นตอนที่ 3 มาสรุปเป็นรายด้าน นำเสนอข้อมูลในรูปตาราง และความเรียง

การแปลความหมายจากค่าเฉลี่ยเป็นระดับคุณลักษณะ ตามเกณฑ์ดังนี้ (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2550: 69)

- 4.51 – 5.00 หมายถึง คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ อยู่ในระดับมากที่สุด
- 3.51 – 4.50 หมายถึง คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ อยู่ในระดับมาก
- 2.51 – 3.50 หมายถึง คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ อยู่ในระดับปานกลาง
- 1.51 – 2.50 หมายถึง คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ อยู่ในระดับน้อย
- 1.00 – 1.50 หมายถึง คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ อยู่ในระดับน้อยที่สุด

สรุปผลการวิจัย

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเต้นแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 225 คน คิดเป็นร้อยละ 68.18 เป็นเพศชาย จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 31.82 ส่วนใหญ่มีอายุ ตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป จำนวน 195 คน คิดเป็นร้อยละ 59.09 และน้อยกว่า 30 ปี จำนวน 135 คน คิดเป็นร้อยละ 40.91 ส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการเต้นแอโรบิก 1-3 ปี ร้อยละ 40.30 น้อยกว่า 1 ปี ร้อยละ 33.33 และมากกว่า 3 ปี ร้อยละ 26.36 สถานภาพโสด ร้อยละ 63.33 สมรส ร้อยละ 36.37 และส่วนใหญ่มีวุฒิการศึกษา ระดับปริญญาตรี ร้อยละ 55.76 รองลงมาคือระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ 12.73

2. จากการวิเคราะห์ข้อมูลคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเต้นแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 สรุปผลได้ดังนี้

2.1 ด้านคุณสมบัติส่วนตัวของผู้นำการเต้นแอโรบิก

ประชาชนมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงด้านคุณสมบัติส่วนตัวของผู้นำการเต้นแอโรบิก อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.53 และคุณลักษณะที่พึงประสงค์ อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.54

2.2 ด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเต้นแอโรบิก

ประชาชนมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเต้นแอโรบิก อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.55 และคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.60

2.3 ด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิก

ประชาชนมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิก อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.64 และคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.66

2.4 ด้านบุคลิกภาพของผู้นำการเดินแอโรบิก

ประชาชนมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงด้านบุคลิกภาพของผู้นำการเดินแอโรบิก อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.67 และคุณลักษณะที่พึงประสงค์ อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.73 จากการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 โดยรวมทุกด้าน พบว่าด้านคุณลักษณะที่เป็นจริง มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.60 และด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.63

3. การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 ตามตัวแปรเพศและอายุ สรุปผลได้ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนชาย โดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.66 และประชาชนหญิง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.57 เมื่อทำการทดสอบแล้วพบว่าประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิกแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า แตกต่างกันในด้านคุณสมบัติส่วนตัวของผู้นำการเดินแอโรบิก ด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเดินแอโรบิกและด้านบุคลิกภาพของผู้นำการเดินแอโรบิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิกไม่แตกต่างกัน

3.2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปี โดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.58 ($S = 0.56$) และประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.61 ($S = 0.58$) เมื่อทำการทดสอบแล้วพบว่าประชาชนที่มีอายุต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิกทั้งภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

4. การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 ตามตัวแปรเพศ และอายุ สรุปผลได้ดังนี้

4.1 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนชาย โดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.70 และประชาชนหญิง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.60 เมื่อทำการทดสอบแล้วพบว่า ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกไม่แตกต่างกัน

4.2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปี โดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.68 ($S=0.50$) และอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.60 ($S=0.48$) เมื่อทำการทดสอบแล้วพบว่าประชาชนที่มีอายุต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า แตกต่างกันในด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิก และด้านบุคลิกภาพของผู้นำการเดินแอโรบิก

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านด้านคุณสมบัติส่วนตัวของผู้ว่าการเดินแอโรบิก และด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเดินแอโรบิกไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ว่าการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 โดยรวมมีความคิดเห็นตรงกันว่าอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ด้านบุคลิกภาพของผู้นำแอโรบิก ด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิก ด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเดินแอโรบิกและด้านคุณสมบัติส่วนตัวของผู้ว่าการเดินแอโรบิก สอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษณะ อิศรมাত্র (2548: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ว่าการเดินแอโรบิกและผู้มาใช้บริการแคลิฟอร์เนียฟิตเนสเซ็นเตอร์ ปี พ.ศ. 2547 ผลการวิจัยมีความสอดคล้องว่าคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ว่าการเดินแอโรบิกด้านมนุษยสัมพันธ์มีความคิดเห็นว่าเป็นว่าดี

สามารถอภิปรายโดยจำแนกเป็นด้านได้ดังนี้

1. ด้านคุณสมบัติส่วนตัวของผู้ว่าการเดินแอโรบิก ประชาชนที่มาเดินแอโรบิก มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ พบว่าอยู่ในระดับมากที่สุดเกือบทุกข้อ ยกเว้นข้อที่กล่าวหาว่า ผ่านการอบรมจากสถาบันที่เชื่อถือได้ และมีใบรับรองคุณวุฒิ อยู่ในระดับมาก ซึ่งจากผลการวิจัยหากผู้นำการเดินแอโรบิกอาจนำกลยุทธ์เชิงพฤติกรรมสำหรับผู้นำการออกกำลังกายที่ดี ของแฟรงค์กินส์ และโลเชลส์ (Franklin; & Loechel.1990 : 28) ที่ได้เสนอไว้ว่า “สร้างความน่าเชื่อถือจากการแสดงใบประกาศนียบัตรหรือหลักฐานการศึกษาหรือการฝึกอบรม ความน่าเชื่อถือทำให้สมาชิกปฏิบัติตามคำแนะนำ เกิดความสัมฤทธิ์ผลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม” มาเป็นสิ่งสร้างความน่าเชื่อถือแก่ประชาชนที่มาเดินแอโรบิกในตัวผู้ว่าการเดินแอโรบิกได้เช่นกัน

2. ด้านความรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับการเดินแอโรบิก ประชาชนที่มาเดินแอโรบิกมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ พบว่าอยู่ในระดับมากที่สุดเกือบทุกข้อ ยกเว้นความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงในข้อที่ว่า มีความรู้ทางด้านการป้องกันการบาดเจ็บ จากการเดินแอโรบิกและสามารถปฐมพยาบาลเมื่อประชาชนได้รับบาดเจ็บอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับ แฟรงค์กินส์ และโลเชลส์ (Franklin; & Loechel. 1990: 28) ที่ได้เสนอ กลยุทธ์เชิงพฤติกรรมสำหรับผู้นำการออกกำลังกายที่ดี ไว้ว่า “ให้ความสำคัญกับปัญหาหลักสามเนื้อที่อาจเกิดขึ้น เพื่อสามารถเสนอทางเลือกหลาย ๆ ทางเลือกในการออกกำลังกายบนพื้น (Floor Exercise)” ดังนั้นผู้ว่าการเดินแอโรบิกจึงควรนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ในการปรับปรุงตนเองในเรื่องดังกล่าวให้เป็นไป ตามความคิดของประชาชนที่มาเดินแอโรบิกในคุณลักษณะที่เป็นจริงเพราะบางครั้งประชาชนที่มาเดินแอโรบิกอาจได้รับบาดเจ็บจากการเดินและต้องการคำปรึกษาจากผู้ว่าการเดินแอโรบิก

3. ด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิก ประชาชนที่มาเดินแอโรบิกมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ พบว่าอยู่ในระดับมากที่สุดทุกข้อ แต่สิ่งที่ประชาชนที่มาเดินแอโรบิกมีความคิดเห็นอยู่ในอันดับที่ 1 คือ การให้เกียรติกับประชาชนเสมอ ทั้งในด้านคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ ดังนั้นผู้ว่าการเดินแอโรบิกจึงควรทบทวนว่าในการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิกในลานออกกำลังกาย

จังหวัดชลบุรีของตนเองนั้น มีการให้เกียรติกับประชาชนที่มาเดินแอโรบิกเสมอ ๆ หรือไม่อย่างไร เพื่อทำการปรับปรุงในเรื่องดังกล่าว

4. ด้านบุคลิกภาพของผู้นำการเดินแอโรบิก ประชาชนที่มาเดินแอโรบิกมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ พบว่าอยู่ในระดับมากที่สุดทุกข้อ แต่สิ่งที่ประชาชนที่มาเดินแอโรบิกมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในอันดับที่ 1 คือ มีความสุขภาพเรียบร้อย มีความร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส และมีความมั่นใจในการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิก ดังนั้นผู้นำการเดินแอโรบิกควรปรับปรุงสิ่งดังกล่าวให้เป็นไปตามความต้องการของประชาชนที่มาเดินแอโรบิก สอดคล้องกับแฟรงค์กินส์ และโลเชลส์ (Franklin & Loechel. 1990:28) ที่ได้เสนอ กลยุทธ์เชิงพฤติกรรมสำหรับผู้นำการออกกำลังกายที่ดีไว้ว่า การแสดงความสนใจอย่างจริงใจต่อผู้เข้าร่วมการออกกำลังกาย ให้ศึกษาว่าทำไมผู้เข้าร่วมการออกกำลังกายจึงเข้าร่วมการออกกำลังกาย และสิ่งใดที่ต้องการบรรลุ และการแสดงความกระตือรือร้นในการสอน และการให้คำแนะนำ

สำหรับการเปรียบเทียบความคิดเห็นที่มีต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิก พบว่าประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงและของผู้นำการเดินแอโรบิก แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ เพนเดอร์ (Pender. 1966: 213-219) ได้ทำการศึกษาความแตกต่างระหว่างเพศและความแตกต่างของพฤติกรรมการออกกำลังกาย ผลการศึกษาพบว่า ความแตกต่างระหว่างเพศมีผลต่อการรับรู้ประโยชน์ และอุปสรรคโดยตรงต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกัน จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าความคิดเห็นของประชาชนต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิกที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน นั้นอาจจะเป็นเพราะเพศชายมีมุมมองความคิดเห็นในด้านคุณสมบัติส่วนตัว ความรู้ภาคทฤษฎี และบุคลิกภาพของผู้นำการเดินแอโรบิกแตกต่างจากเพศหญิง ซึ่งที่มองเห็นเด่นชัด จากการวิเคราะห์ผลการตอบแบบสอบถามคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552 ได้แก่ การมีความรู้ทางด้านการป้องกันการบาดเจ็บจากการเดินแอโรบิก และสามารถปฐมพยาบาลเมื่อประชาชนได้รับบาดเจ็บ ผ่านการอบรมจากสถาบันที่เชื่อถือได้ มีใบรับรองคุณวุฒิ และใช้ภาษาได้อย่างเหมาะสมและรู้จักกาลเทศะ เป็นต้น ซึ่งก็เป็นไปได้ว่าข้อคิดเห็นที่เด่นชัดนี้ส่งผลให้เกิดความแตกต่างในความคิดเห็นของประชาชนที่มีเพศต่างกันได้

ส่วนการเปรียบเทียบความคิดเห็นที่มีต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิก พบว่าประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิก ไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษณะ อิศรมาต (2548: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกตามทัศนะของผู้มาใช้บริการแคลิฟอร์เนียฟิสเนสเซ็นเตอร์ปี พ.ศ. 2547 ผลการวิจัยมีความสอดคล้องว่าคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการเดินแอโรบิก โดยรวมและรายด้านมีความคิดเห็นที่ดีมาก และก็สอดคล้องกับการวิจัยของ รัตติกายัญญ์ ภูษิต (2552: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำนันทนาการตามทัศนะของนักศึกษาโปรแกรมวิชานันทนาการเชิงพาณิชย์และการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย ผลการวิจัยสอดคล้องว่านักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีทัศนะต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำนันทนาการ โดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการเดินแอโรบิกต่อความคิดเห็นของประชาชนที่มีเพศต่างกัน ไม่แตกต่างกัน แสดงว่าประชาชนมีความคิดเห็นที่พึงประสงค์จะให้ผู้นำการเดินแอโรบิก มีคุณสมบัติ

ทฤษฎี มนุษยสัมพันธ์และบุคลิกภาพตามที่ผู้วิจัยได้ให้ประชาชนตอบแบบสอบถามคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ว่าการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายในจังหวัดชลบุรี พ.ศ. 2552

สำหรับการเปรียบเทียบความคิดเห็นที่มีต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ว่าการเดินแอโรบิกของประชาชนที่มีระดับอายุน้อยกว่า 30 ปี และอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป พบว่า ประชาชนที่มีระดับอายุต่างกัน มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ว่าการเดินแอโรบิก ไม่แตกต่างกัน ซึ่งก็สอดคล้องกับการวิจัยของ พัชรี อัจฉริยตระกูล (2552: บทคัดย่อ) ที่ได้ทำการศึกษาคูณลักษณะที่พึงประสงค์และที่เป็นจริงของผู้ว่าการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของสมาชิกในจังหวัดลำปาง ปีพ.ศ. 2551 พบว่า คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ว่าการเดินแอโรบิกตามความคิดเห็นของสมาชิกในจังหวัดลำปาง ปีพ.ศ. 2551 ระหว่างสมาชิกกลุ่มอายุต่ำกว่า 35 ปี กับสมาชิกกลุ่มอายุ 35 ปีขึ้นไปไม่แตกต่างกัน ก็แสดงว่าประชาชนมีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ว่าการเดินแอโรบิกในด้านคุณสมบัติ ทฤษฎี มนุษยสัมพันธ์ และบุคลิกภาพตามที่ผู้วิจัยได้สอบถามความคิดเห็น และผู้ว่าการเดินแอโรบิกมีคุณลักษณะที่ดีตามความคิดเห็นของประชาชน

ส่วนการเปรียบเทียบความคิดเห็นที่มีต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ว่าการเดินแอโรบิก ของประชาชนที่มีระดับอายุน้อยกว่า 30 ปี และอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่อคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ว่าการเดินแอโรบิก โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในการแยกรายด้านมี 2 ด้านที่มีความเห็นแตกต่างกัน คือ ด้านมนุษยสัมพันธ์ ด้านบุคลิกภาพ แต่ด้านคุณสมบัติส่วนตัว และด้านภาคทฤษฎี ประชาชนมีความเห็นไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษณะ อิศรมาต (2548: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ว่าการเดินแอโรบิกและผู้มาใช้บริการแคลิฟอร์เนียฟิตเนสเซ็นเตอร์ปี พ.ศ. 2547 ผลการวิจัยมีความสอดคล้องที่ว่าคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ว่าการเดินแอโรบิกด้านมนุษยสัมพันธ์และบุคลิกภาพมีความคิดเห็นที่ดีมาก

ข้อเสนอแนะ

1. ด้านคุณสมบัติส่วนตัวของผู้ว่าการเดินแอโรบิก ผู้ว่าการเดินแอโรบิกควรมีความรับผิดชอบ และมีความกระตือรือร้น
2. ด้านความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการเดินแอโรบิก ผู้ว่าการเดินแอโรบิกควรรู้เกี่ยวกับการเดินแอโรบิกแก่ประชาชนอย่างถูกต้อง ควรมีความรู้ด้านสรีระการออกกำลังกายและมีความรู้ทางด้านการป้องกันการบาดเจ็บจากการเดินแอโรบิกและสามารถปฐมพยาบาลเมื่อประชาชนได้รับบาดเจ็บ
3. ด้านมนุษยสัมพันธ์ในการเป็นผู้ว่าการเดินแอโรบิก ผู้ว่าการเดินแอโรบิกควรให้เกียรติกับประชาชน และมีอัธยาศัยไมตรีกับประชาชนทั่วไป
4. ด้านบุคลิกภาพของผู้ว่าการเดินแอโรบิก ผู้ว่าการเดินแอโรบิกควรมีความสุภาพเรียบร้อย ร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส และมีความมั่นใจในการเป็นผู้ว่าการเดินแอโรบิกและใช้ภาษาได้อย่างเหมาะสมและรู้จักกาลเทศะ

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเต้นแอโรบิกตามความคิดเห็นของประชาชนในลานออกกำลังกายจังหวัดอื่น ๆ
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบคุณลักษณะด้านอื่น ๆ ของผู้นำการเต้นแอโรบิกเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการนำเต้นแอโรบิก

บรรณานุกรม

- กฤษณะ อิศรมาตร. (2548). **คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการเต้นแอโรบิกตามทัศนะของผู้นำการเต้นแอโรบิกและผู้มาใช้บริการแคลิฟอร์เนียฟิตเนสเซ็นเตอร์ ปี พ.ศ. 2547.** ปรินซ์ตันพาร์ค กศ.ม.(พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เทเวศร์ พิริยะพจน์. (2545). **การวิจัยทางการศึกษา.** คู่มือประกอบการศึกษา. กรุงเทพฯ: คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พัชรี อัจฉริยตระกูล. (2552). **คุณลักษณะที่พึงประสงค์และที่เป็นจริงของผู้นำเต้นแอโรบิกตามความคิดเห็นของสมาชิกในจังหวัดลำปาง ปี พ.ศ. 2551.** ปรินซ์ตันพาร์ค กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัตนติกาญจน์ ภูษิต. (2552). **คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำนันทนาการตามทัศนะของนักศึกษาโปรแกรมวิชานันทนาการเชิงพาณิชย์และการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสุโขทัย.** สุโขทัย: คณะศิลปศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2550). **การพัฒนาหลักสูตรพลศึกษา.** เอกสารประกอบการสอน. กรุงเทพฯ: คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุกัญญา พานิชเจริญนาม. (2545). **คู่มือส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2549). **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 – 2554).** กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาหลักสูตร.
- สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ และนันทนาการ. (2543). **องค์ 4 แห่งชีวิต.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.
- Franklin; & Loechel. (1990). **Technique for Aerobic Instructors Handbook.** England: Pearson Education Edinburgh.
- Pender, Nola J. (1996). **Revised Health Promotion Model in Nursing Practice (Health Promotion and Protection).** Michigan: University of Michigan School.