



Journal of Social Science and Buddhistic Anthropology

วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยวิทยาเชิงพุทธ

<https://so04.tci-thaijo.org/index.php/JSBA/index>

Wat Wang Tawan Tok Nakhon Si Thammarat, Thailand

pp. 670-683

บทความวิจัย

ยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬา จังหวัดอุดรธานี*

STRATEGIES TO PROMOTE EXERCISE ACCORDING TO A NEW NORMAL IN SPORTS CITY UDON THANI PROVINCE

ไพบวัน เพลิดพราว¹, กฤตติกา แสนโกชน์¹, ธนกฤต ทุริสุทธิ์¹Paiwan Ploedprao¹, Krittiar Sanposh¹, Tanakrit Thurisut¹¹บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี อุดรธานี¹Graduate School Udon Thani Rajabhat University, Udon Thani, Thailand¹Corresponding author E-mail: paiwansing@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี และกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี ประกอบด้วย การวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้และประสบการณ์ส่งเสริมการออกกำลังกาย จำนวน 17 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหาและสรุปภาพรวม การวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่าง คือ ประชาชนที่ออกกำลังกายเป็นประจำในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในคือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ วิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า 1) สภาพและปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี 4 ด้าน ได้แก่ ด้านรูปแบบการออก

* Received 8 December 2022; Revised 28 December 2022; Accepted 29 December 2022

กำลังกายและด้านเว้นระยะห่างขณะออกกำลังกาย ด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และด้านการรับรู้การออกกำลังกาย 2) กำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกาย มี 1 วิสัยทัศน์ 4 พันธกิจ 4 เป้าประสงค์ 5 ตัวชี้วัด 4 ประเด็นยุทธศาสตร์ ผลประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของยุทธศาสตร์ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ผ่านการประเมินยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

คำสำคัญ: ยุทธศาสตร์, การออกกำลังกาย, วิถีใหม่, เมืองกีฬา, จังหวัดอุดรธานี

Abstract

The objectives of this research article were to study the conditions and problems of promoting exercise in a new normal in sports city in Udon Thani province. Mixed Methods Research. Formulate a strategy of promoting exercise in a new normal in sports city in Udon Thani province. Quantitative Research. Key informant was knowledgeable and experienced experts of promoting exercise 17 people. The instrument used in the research was a structured interview. The data obtained were analyzed and summary of the overall. Quantitative Research. The sample group was people who often exercise in sports city in Udon Thani province 400 people. The instrument used in the research was a questionnaire. The collected data was analyzed through quantitative analysis for percentage, frequency, mean, standard deviation. to examine the appropriateness and feasibility. The target group was specialist in promoting exercise in a new normal in sports city in Udon Thani province 30 people. The instrument used in the research was the appropriateness and feasibility form. The collected data was analyzed through quantitative analysis for percentage, frequency, mean, standard deviation. The results showed that: 1) The condition and the problems of promoting exercise in a new normal in sports city in Udon Thani province was 4 aspects, the new exercise pattern, spacing during exercise, knowledge of exercise and exercise perception. 2) The strategies according to the new normal revealed that there were 1 vision, 4 missions, 4 goals, 5 indicators, 4 strategic. The applicability and feasibility assessment results of the overall strategy were at the highest level. Strategic assessment can be put into practice.

Keywords: Strategy, Exercise, New Normal, Sports city, Udonthani Province.

บทนำ

การขับเคลื่อนนโยบายของประเทศเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตของประชาชน โดยมุ่งเน้นให้มีพลานามัยดี ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บสุขภาพจิตดี และมีอายุยืนยาวอย่างมีคุณภาพ คือ เป้าหมายสำคัญในการรณรงค์และส่งเสริมมากขึ้น และถูกกำหนดให้เป็น “วาระแห่งชาติ” ทั้งนี้เนื่องจากในปัจจุบันวิถีชีวิตของประชาชนส่วนใหญ่ขาดการเคลื่อนไหวออกกำลังกายในชีวิตประจำวัน จึงก่อให้เกิดปัญหาทั้งสุขภาพกายและจิตใจ แต่ด้วยผลของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา สามารถป้องกัน บำบัด บรรเทาและลดความเสี่ยงของการเกิดโรคต่างๆ ในขณะเดียวกันเมื่อพิจารณาถึงคุณประโยชน์ที่มีต่อคุณภาพชีวิตจะพบว่า การออกกำลังกายและกีฬานั้นนับเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งประการหนึ่งที่เอื้อให้ประชาชนสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ นำไปสู่การมีส่วนร่วมในการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม การเมือง อย่างมีประสิทธิภาพ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติสำนักนายกรัฐมนตรี, 2560)

ประเทศไทย ได้มีการกำหนดแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นแผนแม่บทเพื่อการพัฒนากิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของประชากร เริ่มจากแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 1 (พ.ศ. 2531 - 2539) ถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560 - 2564 ที่ใช้ในปัจจุบัน ได้วางรากฐานในการยกระดับประเทศไทยให้เป็นประเทศที่พัฒนาแล้ว รวมถึงการเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ ให้มีความสำคัญกับการวางรากฐานการพัฒนาคนให้มีความสมบูรณ์ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติสำนักนายกรัฐมนตรี, 2560) และการกีฬาแห่งประเทศไทย (กกท.) ได้รับมอบหมายจากกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาเป็นหน่วยงานหลักในการจัดตั้งเมืองกีฬาตามแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560 -2564) ยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาอุตสาหกรรมกีฬา เพื่อเป็นส่วนสำคัญในการสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจ ได้ประกาศจัดตั้งเมืองกีฬา (Sports City) ประจำปี 2561 ในวันที่ 20 มิถุนายน 2561 รวม 6 จังหวัด ประกอบด้วย จังหวัดชลบุรี สุพรรณบุรี บุรีรัมย์ ศรีสะเกษ กระบี่และอุดรธานี ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อมุ่งพัฒนาอุตสาหกรรมกีฬาแบบครบวงจรสามารถสร้างมูลค่าเพิ่มและส่งเสริมเศรษฐกิจของประเทศ ในด้านการส่งเสริมอุตสาหกรรมกีฬาการกีฬาเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว โดยทั้ง 6 จังหวัดมีคุณสมบัติที่เป็นเมืองกีฬาตามที่คณะกรรมการกำหนดทั้ง 4 ด้านคือการส่งเสริมการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย การพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ การจัดการแข่งขันกีฬาระดับนานาชาติ และการส่งเสริมอุตสาหกรรมกีฬาและการท่องเที่ยว (กองประชาสัมพันธ์การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2562) ภายหลังจากที่จังหวัดอุดรธานีได้รับการจัดตั้งเป็นเมืองกีฬา (Sports City)

นับตั้งแต่วิกฤตการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) เข้ามากระทบการใช้ชีวิตของผู้คนจำนวนมากส่งผลทำให้พฤติกรรมหลายๆ อย่างของผู้คนเปลี่ยนแปลงไปเกิดการ

ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดำรงชีวิตการใส่ใจดูแลสุขภาพที่มากขึ้น การใส่หน้ากากอนามัย พกเจลแอลกอฮอล์ติดตัวไป อีกทั้งยังได้สร้างมาตรฐาน เงื่อนไขการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ให้เกิดขึ้นในสังคม เช่น การรักษาระยะห่างหรือการทำงานจากบ้าน เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เองที่ถูกเรียกว่าเป็นความปกติรูปแบบใหม่ (New Normal) ที่ผู้คนเริ่มจะคุ้นเคยจากสิ่งที่เกิดขึ้น เกิดการคิดนอกกรอบมากขึ้น จากเดิมอาจจะมึนงงที่สนใจหรือไม่สนใจในการเปลี่ยนแปลงของโลก เพราะ ไม่ได้ถูกบีบบังคับให้ต้องเปลี่ยน แต่วันนี้เป็นการเปลี่ยนแปลงที่บังคับให้ทุกคนต้องคิดใหม่ ทำใหม่ หรือ ฉีกกรอบไปจากเดิม (ชัชชาติ สิทธิพันธุ์, 2564) เพื่อให้เดินหน้าต่อไปได้ นั่นเป็นเพราะว่าการทำในรูปแบบเดิมจะไม่สามารถตอบโจทย์ในยุค COVID-19 ได้ สิ่งสำคัญคือผู้คนส่วนใหญ่หันมาตระหนักถึงการดูแลสุขภาพด้วยการออกกำลังกายมากขึ้น เนื่องจากการมีสุขภาพที่ดีจะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันโรค ป้องกันการเจ็บป่วยที่รุนแรงได้ การออกกำลังกายและก่อนมีการคลายล็อกดาวน์ สถานออกกำลังกายมีความจำเป็นต้องปิดให้บริการ เนื่องจากเป็นสถานที่รวมตัวของคนจำนวนมาก ง่ายต่อการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส การออกกำลังกายนอกบ้านจำเป็นต้องสวมใส่หน้ากากอนามัย อุปกรณ์เสริมสำคัญที่ต้องมีติดตัวด้วยข้อจำกัด ขณะที่สวนสาธารณะอนุญาตให้เข้าใช้ได้แต่ต้องสวมหน้ากากตลอดเวลาขณะออกกำลังกาย แต่ไม่ป้องกันโรค หากมีการไอจามอาจเป็นการแพร่เชื้อโรคได้ง่าย สำหรับผู้ที่อาศัยอยู่ชานเมืองหรือมีบริเวณหมู่บ้านที่สามารถวิ่งออกกำลังกายได้โดยไม่ต้องสวมหน้ากากอนามัย ควรวิ่งโดยเว้นระยะห่างจากคนรอบข้างอย่างน้อย 2 เมตร เมื่อโคโรนาไวรัส 2019 อาจจะไม่หมดไปในเร็ววัน และการใช้ชีวิตประจำวัน จะไม่เหมือนเดิมอีกต่อไป การเรียนรู้และปรับพฤติกรรมแบบวิถีใหม่ หรือ New Normal จึงมีบทบาทและความจำเป็นอย่างยิ่ง (อกนิษฐ์ ศรีสุขวัฒนา, 2564) และโลกกำลังพบกับความท้าทายที่ไม่ธรรมดาและเปลี่ยนแปลงชีวิตอันเนื่องมาจากการแพร่ระบาดของโควิด -19 ทำให้เคลื่อนไหวน้อยลงกว่าเดิม (Hall, G. et al., 2020) ด้วยเหตุผลและสภาพปัจจัยดังกล่าวที่ทำให้ศักยภาพเมืองกีฬามีผลกระทบเช่นเดียวกัน

จากความเป็นและความสำคัญของปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจและเล็งเห็นถึงความสำคัญในการสร้างยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี เพื่อให้สอดคล้องตามสถานการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นในสภาวะปัจจุบัน และให้สอดคล้องกับแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติที่กำหนดยุทธศาสตร์คือให้ประชาชนไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ได้ออกกำลังกาย เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและให้ประเทศไทยมีการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ จะได้เป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในจังหวัดอุดรธานีให้มีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี

2. เพื่อกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ ดำเนินการ 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การศึกษาสภาพและปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี แบ่งการวิจัยเป็น 2 ขั้นตอน

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาสภาพการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เป็นผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้และประสบการณ์ส่งเสริมการออกกำลังกาย รวมทั้งหมด 17 คน โดยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง ซึ่งแบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ 1) ผู้บริหารที่ทำหน้าที่ขับเคลื่อนหรือบริหารจัดการการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬา จำนวน 5 คน 2) นักวิชาการ จำนวน 3 คน 3) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ สมาคมกีฬาจังหวัดและองค์การบริหารส่วนจังหวัดที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬา จำนวน 3 คน และ 4) ประชาชนที่รักสุขภาพและรักการออกกำลังกายเป็นประจำ จำนวน 6 คน

เครื่องมือวิจัย ใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง ได้แก่ ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์ หรือหน่วยงาน เพศ อายุ วุฒิการศึกษา อาชีพ ตำแหน่งปัจจุบัน บทบาทของท่านในการทำงานเกี่ยวกับการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี และสภาพการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี 4 ด้าน ประกอบด้วย 1) ด้านรูปแบบการออกกำลังกาย 2) ด้านวันระยะห่างขณะออกกำลังกาย 3) ด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และ 4) ด้านการรับรู้การออกกำลังกาย ในส่วนการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นมาปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องความเหมาะสมกับปริมาณระหว่างข้อคำถามกับจุดมุ่งหมายที่ต้องการวัดตลอดจนความครอบคลุมของข้อคำถามและความชัดเจนของภาษา

เก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยขอหนังสือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย จากนั้นประสานไปยังกลุ่มผู้ให้ข้อมูลเพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลมาแล้วทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลลำดับต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาและสรุปภาพรวม

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาปัญหาการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี ใช้การวิจัยเชิงปริมาณ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ประชาชนที่ออกกำลังกายเป็นประจำในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี จำนวน 1,028,385 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยการคำนวณจากสูตร Taro Yamane ที่ค่าความเชื่อมั่น 95% ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน

เครื่องมือวิจัย ใช้แบบสอบถาม ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล เก็บรวบรวม ด้วยแบบสอบถามรูปแบบออนไลน์ ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือค่าความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้มีค่ามากกว่า 0.99

การวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ สถิติในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (บุญชม ศรีสะอาด, 2554)

ระยะที่ 2 การกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี

ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาส อุปสรรค โดยใช้เทคนิค SWOT แล้วร่างยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี

ขั้นตอนที่ 2 การประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี

กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี จำนวน 30 คน โดยเลือกแบบเจาะจง ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญที่ให้ข้อมูลความคิดเห็นเกี่ยวกับการศึกษาปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี ซึ่งแบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ 1) กลุ่มผู้บริหารและนักวิชาการที่ทำหน้าที่ขับเคลื่อนหรือบริหารจัดการการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี จำนวน 5 คน 2) กลุ่มผู้นำออกกำลังกาย จำนวน 5 คน 3) กลุ่มหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้แก่ สมาคมกีฬาจังหวัดอุดรธานีจำนวน 5 คน และสำนักงานการกีฬาแห่งประเทศไทยจังหวัดอุดรธานี จำนวน 3 คน สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดอุดรธานี จำนวน 2 คน และ 4) กลุ่มประชาชนที่รักสุขภาพและรักการออกกำลังกายเป็นประจำ จำนวน 10 คน

เครื่องมือที่ใช้วิจัย ได้แก่แบบประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี ลักษณะแบบสอบถามแบบปลายเปิดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

เก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยขอหนังสือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย จากนั้นประสานไปยังกลุ่มเป้าหมายเพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลการประเมิน นำ

แบบประเมินพร้อมหนังสือขอความร่วมมือจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อดำเนินเก็บรวบรวมข้อมูล เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลมาแล้วทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล และนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ สถิติในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน กำหนดเกณฑ์ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไปจึงถือว่ายุทธศาสตร์ ผ่านการประเมิน

ผลการวิจัย

1. ผลศึกษาสภาพและปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมือง กีฬาส่งหวัดอุดรธานี

ผลการวิจัยเชิงคุณภาพ พบว่า ผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็น ดังนี้ 1) ด้านรูปแบบการออกกำลังกายปฏิบัติโดยการเลือกสถานที่สาธารณะเท่าที่กีฬาที่มีความเหมาะสม มีการตรวจวัดอุณหภูมิก่อนเล่น ล้างมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัส การพูดคุยกันขณะออกกำลังกาย ไม่สัมผัสอุปกรณ์ต่างๆ และควรศึกษาวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง 2) ด้านวันระยะห่างขณะออกกำลังกายปฏิบัติโดยให้มีระยะห่างอย่างน้อย 2-4 เมตร หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายเป็นกลุ่ม เป็นคู่ หรือทีม บางชนิดของการออกกำลังกายจะต้องกำหนดจุดยืนให้ชัดเจนและมีระยะห่าง 3) ด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายจะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวปฏิบัติต่างๆ ในยุคโควิด -19 ถึงแนวปฏิบัติก่อนการออกกำลังกาย เช่น สวมหน้ากากอนามัย เว้นระยะห่าง มาตรการในการป้องกันโควิด-19 จัดอบรมให้ความรู้ เลือกเวลาที่เหมาะสมกับตัวเอง เลือกสถานที่รวมถึงสถานการณ์ต่างๆ ที่ควรหลีกเลี่ยง การให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับ อายุ เพศและวัย ความหนัก-เบา ที่เหมาะสมกับอัตราการเต้นของหัวใจและการใช้พลังงานในการออกกำลังกายต่อครั้ง และ 4) ด้านการรับรู้การออกกำลังกายมีแหล่งรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากกลุ่มประชาชนที่ออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน จากทีวี ข่าวประกาศของทางรัฐบาลหรือทางจังหวัดที่ส่งต่อกันมาทางแอปพลิเคชันไลน์หรือเฟสบุ๊ก ป้ายประชาสัมพันธ์ ป้ายประกาศห้ามหรือแนะนำมาตรการในการเข้าใช้สถานที่และสถานการณ์ในปัจจุบันเกี่ยวกับมาตรการโควิด-19 การรับรู้ถึงอันตรายถ้าไม่ปฏิบัติตามมาตรการของทางจังหวัดและรัฐบาล การเลือกใช้สถานที่ที่เหมาะสมในการออกกำลังกายในแต่ละครั้ง

ผลการวิจัยเชิงปริมาณ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คนจำแนกตามสถานภาพ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 232 คน คิดเป็นร้อยละ 58.00 มีอายุระหว่าง 21-25 ปี จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 50.30 สถานภาพโสด จำนวน 307 คน คิดเป็นร้อยละ 76.80 ระดับการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 241 คน คิดเป็นร้อยละ 60.30 มีรายได้ต่อเดือน

น้อยกว่า 10,000 บาท จำนวน 290 คน คิดเป็นร้อยละ 72.50 ออกกำลังกาย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน 163 คน คิดเป็นร้อยละ 40.80 และออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตัวเองโดยการเล่น กีฬา จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 ระดับปัญหาการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ใน เมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี โดยภาพรวมค่าเฉลี่ยระดับปัญหาทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อ เรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยระดับปัญหาจากมากไปหาน้อย ลำดับที่ 1 ปัญหาด้านรูปแบบการออก กายตามแบบวิถีใหม่ ลำดับที่ 2 ปัญหาด้านเว้นระยะห่างขณะออกกำลังกายตามแบบวิถี ใหม่ ลำดับที่ 3 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ และลำดับที่ 4 ปัญหาด้านการรับรู้การออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 สรุปปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬา จังหวัดอุดรธานี โดยภาพรวม

ที่	ประเด็น	ระดับปัญหา		
		$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
1	ด้านรูปแบบการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่	3.72	.62	มาก
2	ด้านเว้นระยะห่างขณะออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่	3.72	.60	มาก
3	ด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่	3.70	.59	มาก
4	ด้านการรับรู้การออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่	3.05	.82	ปานกลาง
รวม		3.54	.65	มาก

2. ผลการกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมือง กีฬาจังหวัดอุดรธานี ยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬา จังหวัดอุดรธานี ประกอบด้วย

วิสัยทัศน์ ประชาชนในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานีได้ออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ มี ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดีถ้วนหน้า

พันธกิจ ได้แก่ 1) พัฒนารูปแบบการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ 2) การเพิ่ม ระยะห่างขณะออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ให้ถูกต้อง 3) เพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับการออก กายตามแบบวิถีใหม่ และ 4) การสร้างการรับรู้การออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่

เป้าประสงค์ ได้แก่ 1) ประชาชนมีการเว้นระยะห่างขณะออกกำลังกายตามแบบวิถี ใหม่ 2) ประชาชนเข้าใจรูปแบบการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ 3) ประชาชนมีความรู้ เกี่ยวกับการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ และ 4) ประชาชนเกิดการรับรู้การออกกำลังกาย ตามแบบวิถีใหม่

ประเด็นยุทธศาสตร์ ได้แก่ 1) ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 พัฒนารูปแบบการออกกำลังกาย ตามแบบวิถีใหม่ 2) ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 2 การเพิ่มระยะห่างขณะออกกำลังกายตามแบบ วิถีใหม่ให้ถูกต้อง 3) ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 3 เพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายตาม

แบบวิถีใหม่ และ 4) ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 4 การเสริมสร้างการรับรู้การออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่

ผลการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ยุทธศาสตร์การส่งเสริมการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ ในเมืองกักงาจังหวัดอุดรธานี พบว่า มีความเหมาะสมและความเป็นไปได้ที่ค่าเฉลี่ยมากกว่า 3.51 ขึ้นไปยอมรับว่ายุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกักงาจังหวัดอุดรธานี สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง ดังตารางที่ 2 และตารางที่ 3

ตารางที่ 2 ผลการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของ วิสัยทัศน์ พันธกิจ เป้าประสงค์ ยุทธศาสตร์การส่งเสริมการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกักงาจังหวัดอุดรธานี

ด้าน	ระดับความเหมาะสม		แปลผล	ระดับความเป็นไปได้		แปลผล
	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	
วิสัยทัศน์ (Vision)	4.50	.57	มาก	4.70	.46	มากที่สุด
พันธกิจ (Mission)	4.50	.63	มาก	4.50	.63	มาก
เป้าประสงค์ (Goal)	4.43	.77	มาก	4.40	.77	มาก
รวม	4.47	.65	มาก	4.53	.62	มาก

ตารางที่ 3 ผลการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของ ประเด็นยุทธศาสตร์การส่งเสริมการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกักงาจังหวัดอุดรธานี

ประเด็นยุทธศาสตร์	ระดับความเหมาะสม		แปลผล	ระดับความเป็นไปได้		แปลผล
	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	
ยุทธศาสตร์ที่ 1 พัฒนารูปแบบการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่	4.63	.61	มากที่สุด	4.63	.61	มากที่สุด
ยุทธศาสตร์ที่ 2 การเพิ่มระยะห่างขณะออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ ให้ถูกต้อง	4.60	.62	มากที่สุด	4.57	.62	มากที่สุด
ยุทธศาสตร์ที่ 3 เพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่	4.50	.73	มาก	4.47	.73	มาก
ยุทธศาสตร์ที่ 4 การเสริมสร้างการรับรู้การออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่	4.70	.46	มากที่สุด	4.70	.46	มากที่สุด
รวม	4.60	.60	มากที่สุด	4.59	.60	มากที่สุด

อภิปรายผล

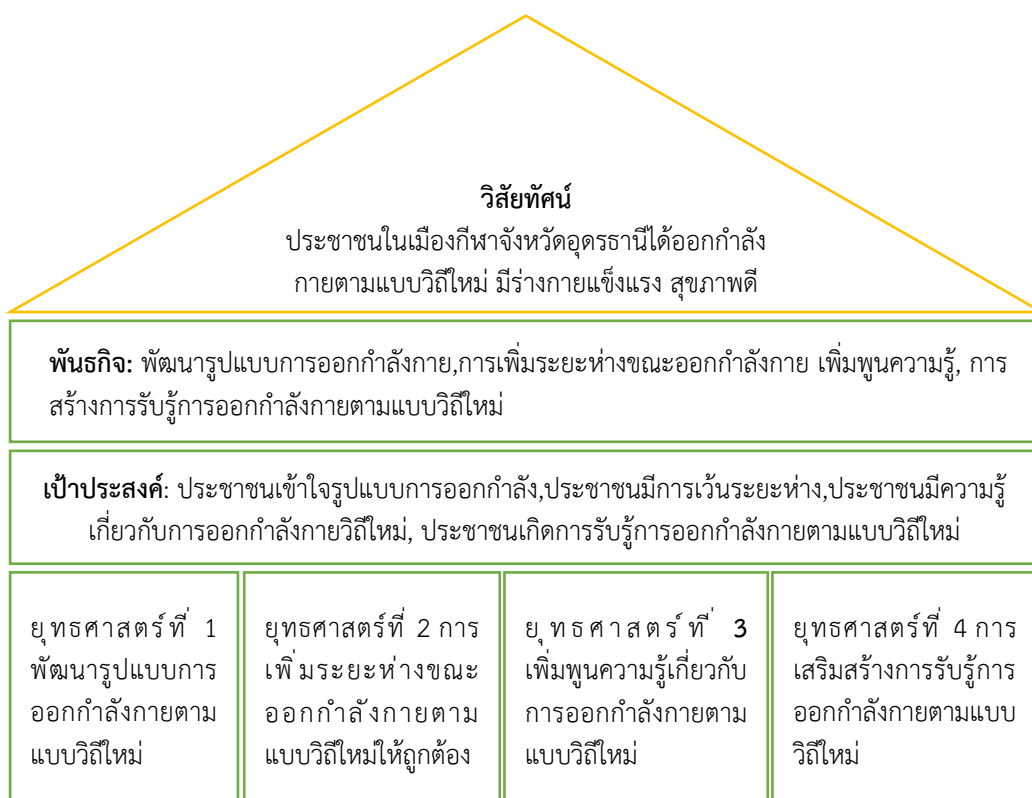
1. ผลการศึกษาสภาพและปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี ลำดับที่ 1 ปัญหาด้านรูปแบบการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ ลำดับที่ 2 ปัญหาด้านวินัยระหว่างขณะออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ ลำดับที่ 3 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ และลำดับที่ 4 ปัญหาด้านการรับรู้การออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ ทั้งนี้อาจมาจากตระหนักและการรับรู้ของประชาชนยังไม่ทั่วถึง และจังหวัดอุดรธานีก็ได้มีมาตรการ ควบคุมโควิดไวรัส 2019 ที่เข้มงวด และสอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีความต้องการของมนุษย์ของมาสโลว์ อับราฮัม ได้กล่าวว่าความต้องการในขั้นนี้จะทำให้ร่างกายมีความสมดุลมีชีวิตรอดและได้รับความสะดวก สบายและความต้องการความ เมื่อความต้องการในขั้นที่ 1 ได้รับการตอบ สนองอย่างเพียงพอแล้ว บุคคลก็จะมีความต้องการ ความปลอดภัย ความมั่นคง ซึ่งได้แก่ความรู้สึกรับประกันความปลอดภัย ความสงบสุข การปราศจากความกลัวและความวิตกกังวล ความต้องการการคุ้มครองจากกฎหมายและบุคคล การป้องกันจากอันตราย เป็นต้น ความต้องการในขั้นนี้เป็นความต้องการความปลอดภัยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ (Maslow, A. H., 1954) สอดคล้องกับงานวิจัยของวงศ์และโบรส ได้ศึกษาเรื่อง ผลกระทบของการแพร่ระบาดของโควิดไวรัส 2019 ต่อกีฬาและการออกกำลังกาย พบว่า ได้รับผลกระทบการมีส่วนร่วมในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายซึ่งโดยทั่วไปถือ ว่าเป็นกิจกรรมที่ดีต่อสุขภาพ แต่การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ร้ายแรงที่ส่ง ผลกระทบไปทั่วโลกในปี 2020 องค์การอนามัยโลกแนะนำให้ห่างเหินทางสังคมและการติดต่อ ระหว่างมนุษย์ ทำให้หลายประเทศตกอยู่ในภาวะถูกปิดกั้นและการแข่งขันกีฬา รวมถึงโอลิมปิก ปี 2020 (Wang, F. & Boros, S., 2020) และคอนสแตนท์และคณะ ได้ศึกษาเรื่อง การออก กกำลังกายในช่วงเวลาที่ต้องออกจากบ้านกรณีศึกษา การวิเคราะห์ผลกระทบของโควิดไวรัส 2019 ต่อระดับและรูปแบบการออกกำลังกายของผู้ใหญ่ในเบลเยียม พบว่า ประเทศต่างๆ ทั่วโลกดำเนินการออกจากระบบเพื่อต่อต้านโควิดไวรัส 2019 การปิดกั้นเหล่านี้ จำกัดความ เป็นไปได้ในการออกกำลังกายของผู้คนอย่างมาก ในขณะที่เดียวกันผู้เชี่ยวชาญก็สนับสนุนให้ เคลื่อนไหวร่างกายเพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพในอนาคต (Constandt, B. et al., 2020) สอดคล้องกับสมบัติ กาวิลเครือ ได้กล่าวถึง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย ซึ่งได้แก่ ความรู้เรื่องการออกกำลังกาย การรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกาย การรับรู้ ความสามารถของตนเองการออกกำลังกาย การรับรู้อุปสรรคการออกกำลังกาย การเข้าถึงพื้นที่ สาธารณะในการออกกำลังกายจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ที่บ้านมีพื้นที่บริเวณบ้านออก กกำลังกาย มีและหรือใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายการได้รับคำแนะนำการออกกำลังกายจาก บุคลากรสุขภาพ และการได้รับข้อมูลข่าวสารกิจกรรมการออกกำลังกายจากองค์กรปกครอง ส่วนท้องถิ่น จะทำให้สามารถออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ (สมบัติ กาวิลเครือ, 2560) สอดคล้องกับเปรมวดี การุหะเดช และคณะ ได้สรุปว่า การออก

กำลังภายในผู้ที่ออกกำลังกายที่สวนสาธารณะส่วนมากจะชอบออกกำลังกายด้วยการวิ่ง และรับรู้เรื่องเวลา ระยะเวลาและประเภทของการออกกำลังกายที่สะดวก ง่ายต่อการปฏิบัติจึงจะเกิดประโยชน์ในการออกกำลังกายและประสิทธิภาพของตนเองเนื่องจากง่ายต่อการปฏิบัติและสามารถกำหนดได้ด้วยตัวเอง (เปรมวดี การุฬะเดช และคณะ, 2562)

2. ผลการกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมือง กิฬางค์หวัดอุดรธานี พบว่า มี 1 วิสัยทัศน์ 4 พันธกิจ 4 เป้าประสงค์ 4 ประเด็นยุทธศาสตร์ ผลการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของยุทธศาสตร์ พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับมากทุกประเด็น จึงถือว่าการยืนยันยุทธศาสตร์ด้วยการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ผ่านการประเมิน เนื่องจากมีค่าเฉลี่ยมากกว่า 3.51 ขึ้นไป สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง อาจเนื่องมาจาก เนื้อหาของยุทธศาสตร์สอดคล้องกับการใช้ชีวิตวิถีใหม่และเป็นไปตามมาตรการของคณะกรรมการควบคุมโรคของจังหวัดอุดรธานี และสอดคล้องกับงานวิจัยของอุดมลักษณ์ เพ็ญรพัฒน์ ได้กล่าวว่ายุทธศาสตร์เป็นการกำหนดเป้าหมายหรือวางแผนทางในการจัดการทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดให้บรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล (อุดมลักษณ์ เพ็ญรพัฒน์, 2560) สอดคล้องกับ คำสุกษะ ทามะวง กล่าวถึงกลยุทธ์ แผนการหรือกระบวนการดำเนิน งานที่ใช้สำหรับการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแบบผสมผสานเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบ และไม่มุ่งเฉพาะด้านใดด้านหนึ่งการใช้ข้อเท็จจริงและการพัฒนาต้องความหลากหลายรวมไปถึงผู้เกี่ยวข้องทุกภาคส่วนทั้งภาครัฐภาคเอกชนชุมชนครัวเรือนและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียสามารถนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพด้านต่างๆ ของครัวเรือนให้พ้นจากความยากจน ซึ่งกลยุทธ์แผนการหรือกระบวนการนั้นต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของหลักวิชาทฤษฎีแนวความคิดและข้อมูลสภาพจริงที่ถูกต้องเหมาะสมกับเรื่องราวที่จะทำการพัฒนาและเหมาะสมเกี่ยวข้องกับบริบทของแต่ละพื้นที่และประกอบด้วยระบบการทำงานที่ดีวิถีการที่ดีและมีเป้าหมายปลายทางที่ดี (คำสุกษะ ทามะวง, 2561) สอดคล้องกับนายแพทย์อภินิษฐ์ ศรีสุขวัฒนา แพทย์ผู้เชี่ยวชาญสาขาอายุรศาสตร์โรงพยาบาลสมิติเวชศรีนครินทร์ได้ให้แนวคิดว่าส่งเสริมการออกกำลังกายแบบวิถีใหม่เพราะนับตั้งแต่วิกฤต Covid-19 เข้ามากระทบ การใช้ชีวิตของผู้คนจำนวนมาก ส่งผลทำให้พฤติกรรมหลาย ๆ อย่างของผู้คนเปลี่ยนแปลงไปเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดำรงชีวิต การใส่ใจดูแลสุขภาพที่มากขึ้น การใส่หน้ากากอนามัย พกเจลแอลกอฮอล์ติดตัวไป อีกทั้งยังได้สร้างมาตรฐาน เงื่อนไขการเปลี่ยนแปลงใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้นในสังคม เช่น การรักษาระยะห่าง หรือ การทำงานจากบ้าน เป็นต้น เพื่อเป็นการป้องกันตนเองเบื้องต้นเมื่อออกจากบ้านและเข้าสู่สังคมซึ่งไม่รู้เลยว่าอะไรจะเกิดขึ้นบ้างจึงทำให้ทุกคนตระหนักในการปรับนับตั้งแต่วิกฤต Covid-19 (อภินิษฐ์ ศรีสุขวัฒนา, 2564)

องค์ความรู้ใหม่

ยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี เกิดจากการมีส่วนร่วมของผู้เกี่ยวข้องที่ผ่านกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณซึ่งมีกระบวนการ ศึกษาสภาพและปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี และกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี พบว่า ได้ 1 วิสัยทัศน์ 4 พันธกิจ 4 เป้าประสงค์ 4 ประเด็นยุทธศาสตร์ ดังแสดงในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 ยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี

สรุป/ข้อเสนอแนะ

บทสรุปและข้อเสนอแนะในเรื่องวิจัยเรื่องยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานีมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาสภาพและปัญหาการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานีและกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานีจากกระบวนการมี

ส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น ได้ 1 วิสัยทัศน์ 4 พันธกิจ 4 เป้าประสงค์ 4 ประเด็นยุทธศาสตร์ การวิจัยเรื่องยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานีมีข้อเสนอแนะ คือควรให้คณะกรรมการกีฬาจังหวัดและคณะกรรมการควบคุมโรคติดต่อ ส่งเสริมออกกำลังกายที่สอดคล้องกับการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ ส่วนผลการกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานีประกอบด้วย วิสัยทัศน์ พันธกิจ เป้าประสงค์ ประเด็นยุทธศาสตร์ 4 ประเด็น เห็นควรให้สมาคมกีฬาจังหวัด กีฬาและการท่องเที่ยวจังหวัด นำไปจัดทำเป็นแผนปฏิบัติการส่งเสริมการออกกำลังกายตามแบบวิถีใหม่ในเมืองกีฬาจังหวัดอุดรธานี การนำยุทธศาสตร์ไปสู่การปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม รวมทั้งการมีส่วนร่วมในการติดตามประเมินผลการดำเนินทั้งระบบ ซึ่งจะทำให้เกิดประโยชน์และสามารถที่จะนำไปประยุกต์ใช้และเชื่อมโยงกับการพัฒนายุทธศาสตร์การท่องเที่ยวในภาพรวมของประเทศได้

เอกสารอ้างอิง

- กองประชาสัมพันธ์การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2562). พิธีมอบป้ายเกียรติยศและเกียรติบัตร เมืองกีฬา (Sports City. เรียกใช้เมื่อ 9 มีนาคม 2564 จาก <https://www.facebook.com/prsatfanpage/posts/2479470615500511>
- คำสุกษะ ทามะวง. (2561). ยุทธศาสตร์การพัฒนาคีฬารวเรือให้พ้นความยากจน เมืองบัวละพา แขวงคำม่วน สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว. ใน ดุษฎีนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาการบริหารการพัฒนา. มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.
- ชัชชาติ สิทธิพันธุ์. (2564). คิดนอกกรอบ. เรียกใช้เมื่อ 25 ตุลาคม 2564 จาก <https://www.thekommon.co/think-outside-box/>
- บุญชม ศรีสะอาด. (2554). การวิจัยเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น.
- เปรมวดี การหะเดช และคณะ. (2562). การรับรู้พฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้ที่ออกกำลังกายที่สวนสาธารณะกรุงเทพมหานคร. วชิรเวชวารสาร, 63(6), 455-466.
- สมบัติ กาวิลเครือ. (2560). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ อำเภอเสริมงามจังหวัดลำปาง. Social Sciences Journal, 7(3), 161-173.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติสำนักงานกฤษฎามนตรี. (2560). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่สิบสอง (พ.ศ. 2560-2564). (เอกสารอัดสำเนา). กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติสำนักงานกฤษฎามนตรี.
- อกนิษฐ์ ศรีสุขวัฒนา. (2564). วิถี New Normal ออกกำลังกายอย่างปลอดภัยและห่างไกลโควิด-19. เรียกใช้เมื่อ 12 มกราคม 2564 จาก <https://www.samitivejhospitals.com/th/article/detail/A2-covid>

- อุดมลักษณ์ เฟื่องนรพัฒน์. (2560). ยุทธศาสตร์การพัฒนาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมของจังหวัดศรีสะเกษ. ใน ดุษฎีนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชายุทธศาสตร์การพัฒนา. มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.
- Constandt, B. et al. (2020). Exercising in times of lockdown: an analysis of the impact of COVID- 19 on levels and patterns of exercise among adults in Belgium. *International journal of environmental research and public health*, 17(11), 4144-4450.
- Hall, G. et al. (2020). A tale of two pandemics: How will COVID- 19 and global trends in physical inactivity and sedentary behavior affect one another. Retrieved March 6, 2021, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7194897>
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row Publisher.
- Wang, F. & Boros, S. (2020). The effect of physical activity on sleep quality: a systematic review. *European Journal of Physiotherapy*, 23(1), 11-18.