

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(5)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(8)
กิตติกรรมประกาศ	(11)
สารบัญ	(13)
สารบัญตาราง	(18)
สารบัญภาพ	(19)
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
คำถามการวิจัย	8
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย	9
ขอบเขตของการวิจัย	9
กรอบแนวคิดในการวิจัย	11
นิยามศัพท์เฉพาะ	12
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	14
ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	15
การออกกำลังกาย และพฤติกรรมการออกกำลังกาย	15
ประโยชน์ของการออกกำลังกาย	15
ปัจจัยที่มีผลต่อการออกกำลังกาย	19
แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ	20
ความหมายของการสร้างเสริมสุขภาพ	20
ปัจจัยการสร้างเสริมสุขภาพ	20
สำนักงานกองทุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และการสนับสนุน	
และการส่งเสริมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย	
ในสถานศึกษา	24
มหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพในประเทศไทย	33
โครงการมหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย	
ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์	35

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
2	แนวคิดเกี่ยวกับยุทธศาสตร์	50
	ความหมายของยุทธศาสตร์	50
	การจัดการเชิงยุทธศาสตร์	50
	การวางแผนยุทธศาสตร์	52
	การวิเคราะห์ SWOT	56
	การจัดการคุณภาพโดยรวม	64
	องค์กรแห่งการเรียนรู้	67
	แนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยอนาคตและเทคนิคเดลฟาย	72
	การวิจัยอนาคต	72
	เทคนิคเดลฟาย	75
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	84
3	วิธีดำเนินการวิจัย	95
	พื้นที่ในการวิจัย	95
	ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	96
	ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	97
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	101
	การสร้างเครื่องมือและการทดสอบคุณภาพเครื่องมือ	102
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	103
	การวิเคราะห์ข้อมูล	103
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	108
	ตอนที่ 1 บริบทและทิศทางด้านการส่งเสริมการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย	
	สงขลานครินทร์	109
	แผนพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ด้านการส่งเสริม	
	การออกกำลังกาย	109
	บริบทและทิศทางด้านการส่งเสริมการออกกำลังกายใน	
	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์	113
	ตอนที่ 2 การพัฒนายุทธศาสตร์	131
	ตอนที่ 3 การยืนยันความเป็นไปได้ของร่างยุทธศาสตร์	133

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
4	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย	134
	ด้านบุคลากรด้านกีฬาและการออกกำลังกาย	
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย	137
	ด้านบุคลากรบุคลากรสายวิชาการและสายสนับสนุน	
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านนักศึกษา	140
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการจัดสรรงบประมาณ	142
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการหาแหล่งทุน	145
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านสถานที่และอุปกรณ์	148
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการประชาสัมพันธ์	151
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการกำหนดนโยบาย แผน และทิศทางการส่งเสริมสุขภาพ	154
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการบริหาร การจัดการ	159
5	สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	164
	สรุป และอภิปรายผลการวิจัย	
	ตอนที่ 1 บริบทและทิศทางการส่งเสริมการออกกำลังกายใน มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์	164
	ตอนที่ 2 ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็น มหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการออกกำลังกาย	171

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
5	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็น มหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย ด้านคน	172
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็น มหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายด้านงบประมาณ	190
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็น มหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย ด้านสถานที่และอุปกรณ์	198
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็น มหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย ด้านการประชาสัมพันธ์	205
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็น มหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย ด้านการกำหนดนโยบาย แผน และทิศทางการส่งเสริมสุขภาพ	210
	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็น มหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย ด้านการบริหารและการจัดการ	216
	บทสรุปยุทธศาสตร์	235
	ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	236
	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	236
	บรรณานุกรม	237
	ภาคผนวก	268
	ภาคผนวก ก	269
	ภาคผนวก ข	273
	ภาคผนวก ค	277
	ภาคผนวก ง	282
	ภาคผนวก จ	285
	ภาคผนวก ฉ	338

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก ช	347
ภาคผนวก ซ	365
ภาคผนวก ฉ	377
ภาคผนวก ฅ	386
ประวัติย่อของผู้วิจัย	387

Prince of Songkla University
Pattani Campus

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	แผนการดำเนินงานของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)	28
2	คำถามสำหรับใช้การวางแผนในกระบวนการจัดการเชิงยุทธศาสตร์องค์กร	62
3	การลดลงของความคลาดเคลื่อนและจำนวนผู้เชี่ยวชาญ	78
4	การพิจารณาความสอดคล้องของความคิดเห็นของกลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ	124
5	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรด้านกีฬาและการออกกำลังกาย	134
6	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรบุคลากรสายวิชาการและสายสนับสนุน	137
7	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านนักศึกษา	140
8	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการจัดสรรงบประมาณ	142
9	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการหาแหล่งทุน	145
10	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านสถานที่และอุปกรณ์	148
11	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการประชาสัมพันธ์	153
12	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการกำหนดนโยบาย แผน และทิศทางการส่งเสริมสุขภาพ	154
13	ยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์สู่การเป็นมหาวิทยาลัย สร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย ด้านการบริหาร การจัดการ	159

สารบัญภาพ

		หน้า
ภาพที่ 1	กรอบแนวคิดการวิจัย	11
ภาพที่ 2	แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพฉบับปรับปรุง (Health Promotion Model Revised)	23
ภาพที่ 3	กรอบแนวคิดยุทธศาสตร์ของแผนของสำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)	32
ภาพที่ 4	กระบวนการ และขั้นตอนการจัดการเชิงกลยุทธ์	51
ภาพที่ 5	ขั้นตอนของกระบวนการวางแผนยุทธศาสตร์	55
ภาพที่ 6	การวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายใน และภายนอกองค์กร	60
ภาพที่ 7	ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	100

Prince of Songkla University
Pattani Campus