TJLR THAI JOURNAL OF LEISURE AND RECREATION
Vol 1 Issue 1 (July - December 2026)
(eISSN: XXXX-XXXX)

เจิดเกิบ: การพัฒนาการละเล่นพื้นบ้านไทยอีสานสู่กีฬานันทนาการสำหรับเยาวชน

JERD GURB: DEVELOPMENT OF ISAN THAI FOLK GAMES TRANSFORMED TO YOUTH LEISURE SPORTS

เตชภณ ทองเติม[1*] เมธาวุฒิ พงษ์ธนู[1] และ จีรนันท์ แก้วมา[2]
Tachapon Tongterm[1*], Metawut Phongthanu[1] and Jeeranan Kaewma[2]

[1]สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ ประเทศไทย
[1]Department of Sports Science, Faculty of Liberal Arts and Science, Sisaket Rajabhat University, Thailand
[2]วิทยาลัยนวัตกรรมและการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ประเทศไทย
[2]College of Innovation and Management, Songkhla Rajabhat University, Thailand
[*]Corresponding author email: spsc_network@hotmail.com

Received: XX XX, XX **Revised:** XX XX, XX **Accepted:** XX XX, XX
DOI: https://doi.org/10.67909/TJLR.exxxxxx

บทคัดย่อ (ไม่เกิน 350 คำ)

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ออกแบบและพัฒนากีฬานันทนาการเจิดเกิบสำหรับเยาวชน ซึ่งในขั้นตอนนี้ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการโดยผ่านกระบวนการทดลองและพัฒนา ทั้งสิ้นจำนวน 3 รอบ กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนสุขภาพดี อายุระหว่าง 18-24 ปี จำนวน 70 คน และ 2) ประเมินคุณภาพของต้นแบบกีฬานันทนาการเจิดเกิบสำหรับเยาวชน ที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้สำหรับประเมินคุณภาพของต้นแบบกีฬานันทนาการเจิดเกิบประกอบด้วย 2.1) ผู้เชี่ยวชาญด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและพลศึกษา จำนวน 9 ท่าน โดยวิธีการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) และ 2.2) นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬานันทนาการเจิดเกิบและผู้ร่วมชมการแข่งขัน จำนวน 40 คน (นักกีฬา 35 คน และผู้ร่วมชมการแข่งขัน 5 คน) ใช้วิธีประเมินความพึงพอใจภายหลังเข้าร่วมงานมหกรรมกีฬาเครือข่ายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา กลุ่มมหาวิทยาลัยราชภัฏแห่งประเทศไทย ประจำปี 2566 ผลการวิจัยพบว่า
.....
.....
.....
.....
.....

คำสำคัญ: นันทนาการ; กิจกรรมทางกาย; การละเล่นพื้นบ้าน; กีฬาพื้นบ้าน; เยาวชน (3-5 คำ)

Abstract (ไม่เกิน 350 คำ)

The purposes of this research were as follows. 1) To design and develop leisure sports for youths between the ages of 18-24 years: At this stage, an action research design was employed through the 3 rounds of experimentation and development process. The samples consisted of 70 healthy youth volunteers aged between 18-24 years. 2) To assess the quality of Jerd Gurb, leisure sports for youths developed by the research team: The samples used in the quality assessment of Jerd Gurb were as follows: 2.1) 9 experts in sports science and physical education using the index of item-objective congruence (IOC) and 2.2) 40 athletes and spectators participating in Jerd Gurb (35 athletes and 5 spectators) using the satisfaction assessment to assess the samples' satisfaction after participating in the 10th edition of Sports Science Network Sports Expo, Rajabhat University of Thailand Group, 2023. The research findings were as follows.
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Keywords: Recreation; Physical activity; Folk games; Folk sports; Youth (3-5 คำ)

บทนำ

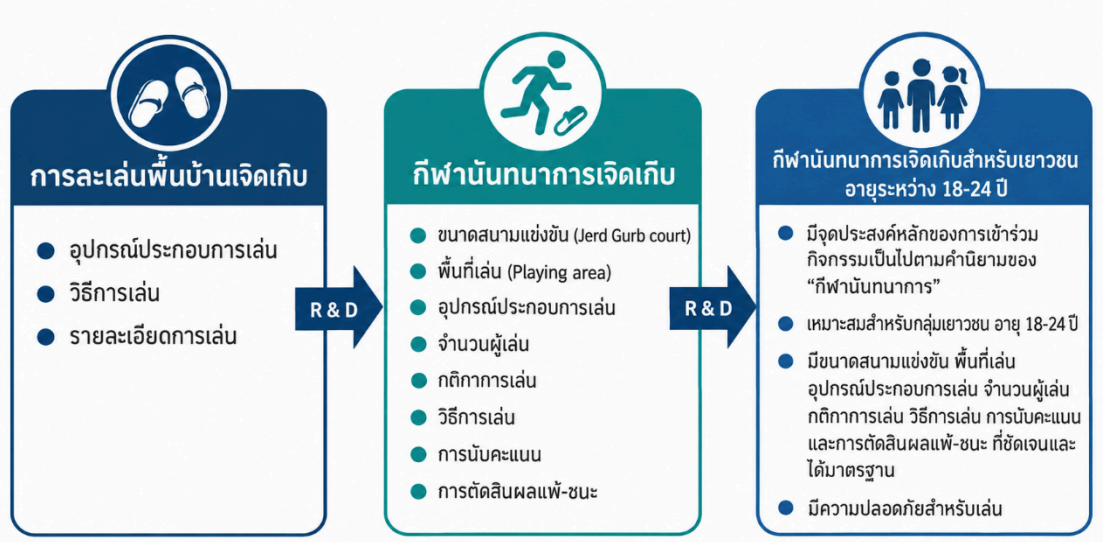
"เด็กวันนี้ คือผู้ใหญ่ในวันหน้า" เป็นวลีที่มาจากตอนหนึ่งของเพลงวันเด็กแห่งชาติ ที่ได้ยินกันมาช้านาน แต่มีความหมายที่แสดงถึงนัยของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ซึ่งเป็นบุคลากรที่สำคัญของประเทศชาติในอนาคต เพราะเด็กถือเป็นกำลังสำคัญที่จะเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่ทำหน้าที่ดูแลและพัฒนาชาติในอนาคตต่อไป (Hossain et al., 2020; Larson et al., 2018; Shonkoff et al., 2016) ดังนั้นการลงทุนด้านการศึกษา สุขภาพ และการเสริมสร้างศักยภาพของเด็กและเยาวชนจึงถือเป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นสำหรับทุก ๆ ประเทศ โดยในบริบทของประเทศไทย พบว่า ปัจจุบันประเทศไทยมีอัตราการเกิดที่ลดน้อยลง

อย่างมากเมื่อเทียบกับในอดีต (Khamsaeng et al., 2022) อีกทั้งด้วยความก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว เทคโนโลยีเหล่านี้ได้เข้ามามีบทบาทและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของเด็กยุคใหม่มากขึ้นเรื่อย ๆ อาทิ การสืบค้นข้อมูล การซื้อขายผ่านระบบออนไลน์ การประชุมออนไลน์ เป็นต้น อินเทอร์เน็ตและสมาร์ทโฟนจึงกลายเป็นเครื่องมือที่สำคัญของเด็กและเยาวชนในยุคปัจจุบัน แต่อย่างไรก็ตามแม้เทคโนโลยีเหล่านี้จะสามารถช่วยส่งเสริมพัฒนาการการเรียนรู้ (Haddock et al., 2022) และเพิ่มความสะดวกสบายในการดำรงชีวิตประจำวันได้มากขึ้น แต่เนื้อหาของสื่อต่าง ๆ ในโลกออนไลน์นั้น มีทั้งข้อมูลที่เป็นประโยชน์และเป็นอันตรายต่อเด็กและเยาวชนด้วยเช่นกัน ดังนั้นเด็กและเยาวชนบางกลุ่ม จึงอาจตกเป็นทาสของสื่อออนไลน์จนถึงขั้นหมกมุ่น หรือเรียนรู้พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมจนนำไปสู่การประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ตลอดจนอาจมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น เข้าถึงสารเสพติดได้ง่ายขึ้น เกิดภาวะเครียด มีปฏิสัมพันธ์กับครอบครัวและคนรอบข้างลดลง (Primack et al., 2017; Tangcharoensathien & Patcharanarumol, 2018; Twenge & Campbell, 2018) ทั้งนี้เนื่องมาจากใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับสื่อบนโลกออนไลน์ที่มากเกินไป นอกจากนี้พฤติกรรมการเสพติดโซเชียลมีเดียยังส่งผลต่อสุขภาพในระยะยาวของเด็กและเยาวชนอีกด้วย (Levenson et al., 2016) ซึ่งจากแนวโน้มของปัญหาสังคมที่หลากหลาย หากเด็กและเยาวชนไทยไม่มีความเข้มแข็งมากพอที่จะจัดการกับปัญหาที่ประสบได้ ย่อมนำไปสู่การหาทางออกที่ไม่พึงปรารถนา

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

จากสถานการณ์ การมีกิจกรรมทางกายในกลุ่มเด็กและเยาวชนไทยที่มีแนวโน้มลดลงในปัจจุบัน อีกทั้งด้วยความเจริญในมิติต่าง ๆ ที่ทำให้เด็กและเยาวชนไทยยุคใหม่มุ่งสู่การเรียนรู้และการแข่งขันเพื่อประสบความสำเร็จมากขึ้น การละเล่นพื้นบ้านไทยจึงถูกลดบทบาทความสำคัญลง โดยการละเล่นบางประเภทยังคงมีอยู่แบบกระท่อนกระแท่น และการละเล่นบางประเภทได้สูญหายไปจากประเทศไทยแล้ว (Tongterm, 2013) ดังนั้นเพื่อเป็นการส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนไทยมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ตลอดทั้งเพื่อร่วมอนุรักษ์การละเล่นพื้นบ้านไทยให้คงอยู่สืบไป คณะผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการวิจัยเรื่อง “เจิดเกิบ : การพัฒนาการละเล่นพื้นบ้านไทยอีสานสู่กีฬานันทนาการสำหรับเยาวชน” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ออกแบบและพัฒนากีฬานันทนาการเจิดเกิบสำหรับเยาวชน อายุระหว่าง 18-24 ปี และ 2) เพื่อประเมินคุณภาพของต้นแบบกีฬานันทนาการเจิดเกิบสำหรับเยาวชน ที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ซึ่งคณะผู้วิจัยคาดว่าผลการวิจัยนี้จะช่วยเพิ่มกีฬานันทนาการทางเลือกที่มีความเหมาะสมสำหรับกลุ่มเยาวชนและมีความสนุกสนาน อีกทั้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายสำหรับเยาวชนไทยได้อีกด้วย โดยมีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังแผนภูมิที่ 1



แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายงานวิจัยเรื่อง “การพัฒนาการละเล่นพื้นบ้านไทยสู่กีฬาสำหรับเยาวชน” ใช้รูปแบบการวิจัยและพัฒนา (Research & Development: R&D) ในการดำเนินงาน ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ เลขที่โครงการวิจัย HE651012 ลงวันที่ 1 ธันวาคม 2565 กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการวิจัยได้รับการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ ประโยชน์ ความเสี่ยง และขั้นตอนการเข้าร่วมโครงการวิจัย และได้ลงนามในเอกสารยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยทุกคน มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังนี้

ประชากร

.....
.....
.....
.....
.....
.....

กลุ่มตัวอย่าง

.....
.....
.....
.....
.....
.....

เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการวิจัย

.....
.....
.....
.....
.....
.....

เกณฑ์การคัดกลุ่มตัวอย่างออกจากโครงการวิจัย

.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....

เครื่องมือที่ใช้ในวิจัย

.....
.....
.....
.....
.....
.....

การเก็บรวบรวมข้อมูล

.....
.....
.....
.....
.....
.....

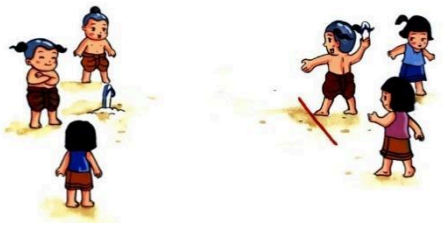
การวิเคราะห์ข้อมูล

.....
.....
.....
.....
.....
.....

ผลการวิจัย

1) ผลการออกแบบและพัฒนากีฬานันทนาการเจิดเกิบสำหรับเยาวชน อายุระหว่าง 18-24 ปี

จากการศึกษาอุปกรณ์ประกอบการเล่นและวิธีการเล่นเจิดเกิบโดยการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง พบว่า รูปแบบการละเล่นพื้นบ้านไทยเจิดเกิบที่นิยมเล่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มี 4 รูปแบบ ได้แก่ การเล่นเจิดเกิบรูปแบบพื้นฐาน รูปแบบสร้างกระโจม รูปแบบสร้างพีระมิด และรูปแบบวงกลม (ดังภาพที่ 1-4)





ภาพที่ 1 การเล่นเจิดเกิบ รูปแบบพื้นฐาน ที่มา: ภาพวาดโดยคณะผู้วิจัย

ภาพที่ 2 การละเล่นเจิดเกิบ รูปแบบสร้างกระโจม ที่มา: ภาพวาดโดยคณะผู้วิจัย





ภาพที่ 3 การละเล่นเจิดเกิบ รูปแบบสร้างพีระมิด ที่มา: ภาพวาดโดยคณะผู้วิจัย

ภาพที่ 4 การละเล่นเจิดเกิบ รูปแบบวงกลม ที่มา: ภาพวาดโดยคณะผู้วิจัย

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2) การเปรียบเทียบผลการพัฒนา

.....
.....
.....
.....
.....
.....ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 .....

Item	Experimental Group		Control Group	
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.

ที่มา: .....

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย คณะผู้วิจัยได้ต้นแบบกีฬานันทนาการเจิดเกิบสำหรับเยาวชน อายุ 18-24 ปี จำนวน 1 ต้นแบบ โดยต้นแบบดังกล่าวมีขนาดพื้นที่การเล่น ขนาดสนามแข่งขัน อุปกรณ์ประกอบการเล่น วิธีการเล่น กฎและกติกาการเล่น จำนวนผู้เล่น วิธีการนับคะแนน การฟาวล์ (foul) และวิธีการตัดสินผลแพ้-ชนะ ที่กำหนดไว้อย่างชัดเจน มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) จากการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 9 ท่าน อยู่ในเกณฑ์ยอมรับได้ (IOC = 0.89) และมีผลการประเมินความพึงพอใจจากนักกีฬาและผู้ร่วมชมการแข่งขันกีฬานันทนาการเจิดเกิบ จำนวน 40 คน อยู่ในเกณฑ์ความ พึงพอใจระดับมาก (= 4.47 คะแนน) ซึ่งจากผลของการออกแบบและพัฒนา จะพบได้ว่ากีฬานันทนาการเจิดเกิบสำหรับเยาวชน มีคุณสมบัติเป็นกีฬานันทนาการตามกรอบแนวคิดการวิจัยที่ตั้งไว้ กล่าวคือ.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปได้ว่ากีฬานันทนาการเจิดเกิบที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ให้คุณค่าในด้านนันทนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา มีความเหมาะสมและปลอดภัยสำหรับเยาวชน อีกทั้งมีอุปกรณ์ประกอบการเล่นที่สามารถหาซื้อได้ง่ายราคาถูก หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถใช้เป็นกีฬาทางเลือกเพื่อช่วยส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอในกลุ่มเยาวชนไทยได้ นอกจากนี้การเล่นกีฬานันทนาการเจิดเกิบยังถือเป็นการร่วมอนุรักษ์การละเล่นพื้นบ้านไทยให้คงอยู่คู่ประเทศไทยสืบต่อไปอีกด้วย โดยมีข้อเสนแนะดังนี้

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1.
.....
.....

2.
.....
.....

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1.
.....
.....

2.
.....
.....

การมีส่วนร่วมของผู้นิพนธ์

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ผลประโยชน์ทับซ้อน

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ประกาศการใช้ปัญญาประดิษฐ์

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....

เอกสารอ้างอิง (ใช้รูปแบบ APA7 ไม่เอียง)

American College of Sports Medicine. (2021). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription (11th ed.). Wolters Kluwer.

Bussamongkhon P, Thonglong T. (2024). The Effects of Traditional Thai Northeastern Dance Exercise Program on Health – Physical Fitness in Elderly of Thailand: A Randomized Controlled Trial. JEPonline, 27(1), 49-61.

Fong Yan, A., Cobley, S., Chan, C., Pappas, E., Nicholson, L., Ward, R. E., & Murdoch, R. (2018). The effectiveness of dance interventions on physical health outcomes compared to other forms of physical activity: A systematic review and meta-analysis. Sports Medicine, 48(4), 933–951. https://doi.org/10.1007/s40279-017-0853-5

Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents. The Lancet Child & Adolescent Health, 4(1), 23–35.

การอ้างอิงและเอกสารอ้างอิง

วารสารกำหนดให้การอ้างอิงในเนื้อหาและการเขียนเอกสารอ้างอิงยึดหลัก American Psychological Association, 7th edition (APA 7) และปรับรูปแบบบางประการให้สอดคล้องกับรูปแบบของ Thai Journal of Leisure and Recreation (TJLR) หรือ TJLR house style โดยใช้แบบอักษร TH Sarabun New ขนาด 12 พอยต์ ตัวอักษรปกติ และไม่ใช้ตัวเอียง ในรายการเอกสารอ้างอิงทั้งหมด ทั้งชื่อวารสาร ชื่อหนังสือ และเลขปีที่ (volume) ขณะที่ลำดับองค์ประกอบของรายการอ้างอิง การระบุผู้แต่ง ปี ชื่อเรื่อง แหล่งเผยแพร่ DOI/URL และหลักการอ้างอิงโดยรวมให้ยึดตาม APA 7

สำหรับรายการเอกสารอ้างอิงภาษาไทย วารสารกำหนดให้เขียนชื่อ–นามสกุลของผู้แต่ง

ตามที่ปรากฏในแหล่งต้นฉบับ ใช้เครื่องหมายจุลภาค (,) คั่นระหว่างชื่อผู้แต่งทุกคน และใช้คำว่า “และ” ก่อนชื่อผู้แต่งคนสุดท้าย เช่น เตชภณ ทองเติม, พิทักษ์ มีดี, และจีรนันท์ แก้วมา.

สำหรับรายการภาษาอังกฤษให้ใช้รูปแบบ APA 7 คือ นามสกุลตามด้วยอักษรย่อของชื่อ ใช้เครื่องหมายจุลภาคคั่นผู้แต่ง และใช้ & ก่อนผู้แต่งคนสุดท้าย เช่น Tongterm, T., Boonprom, T., & Kaewma, J.

กรณีมีผู้แต่งไม่เกิน 20 คน ต้องแสดงชื่อผู้แต่งทุกคนในรายการเอกสารอ้างอิง ไม่ใช้ “และคณะ” หรือ et al. หากมีผู้แต่งตั้งแต่ 21 คนขึ้นไป ให้แสดงผู้แต่ง 19 คนแรก ตามด้วยเครื่องหมาย (…) และผู้แต่งคนสุดท้าย โดยไม่ใส่ & ก่อนชื่อสุดท้าย ซึ่งตรงกับหลัก APA 7

ผู้นิพนธ์ควรให้ความสำคัญกับ บทความวิจัยจากวารสารวิชาการที่ผ่านการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิและสามารถสืบค้นตรวจสอบได้ โดยควรใช้เอกสารที่เผยแพร่ ย้อนหลังไม่เกิน 5 ปี นับถึงปีที่ส่งต้นฉบับเป็นสัดส่วนหลัก เพื่อสะท้อนองค์ความรู้ร่วมสมัย ทั้งนี้ สามารถใช้งานที่เก่ากว่า 5 ปีได้เมื่อเป็นทฤษฎีหรือแนวคิดต้นกำเนิด งานคลาสสิก เครื่องมือหรือวิธีวิจัยต้นฉบับ หลักฐานทางประวัติศาสตร์หรือวัฒนธรรม กฎหมาย มาตรฐาน หรือเอกสารสำคัญที่จำเป็นต่อการศึกษา

เอกสารอ้างอิงทุกรายการต้องมีอยู่จริง สามารถตรวจสอบย้อนกลับได้ และตรงกับแหล่งข้อมูลที่ผู้นิพนธ์ได้ตรวจสอบ ผู้นิพนธ์ต้องตรวจสอบชื่อผู้แต่ง ปี ชื่อเรื่อง ชื่อวารสาร ปีที่ ฉบับที่ เลขหน้า หมายเลขบทความ DOI และ URL ก่อนส่งต้นฉบับ ห้ามใช้เอกสารอ้างอิงที่ไม่มีอยู่จริง หรือเอกสารอ้างอิงที่สร้างขึ้นจากปัญญาประดิษฐ์โดยไม่ได้ตรวจสอบกับแหล่งต้นฉบับ อีกทั้งรายการเอกสารอ้างอิงใช้รูปแบบย่อหน้าห้อย (hanging indent) 0.75 นิ้ว

1. การอ้างอิงในเนื้อหา

การอ้างอิงใช้ระบบผู้แต่ง–ปี (author–date) สำหรับเอกสารภาษาไทย หากมีผู้แต่ง 1 คน ใช้ (เตชภณ ทองเติม, 2568) หรือ เตชภณ ทองเติม (2568) หากมีผู้แต่ง 2 คน ใช้ (เตชภณ ทองเติม และคำล่า มุสิกา, 2568) และหากมีผู้แต่งตั้งแต่ 3 คนขึ้นไป ใช้ชื่อผู้แต่งคนแรกตามด้วย “และคณะ” ตั้งแต่การอ้างครั้งแรก เช่น (เตชภณ ทองเติม และคณะ, 2567)

สำหรับเอกสารภาษาอังกฤษ หากมีผู้แต่ง 1 คน ใช้ (Tongterm, 2026) ผู้แต่ง 2 คนใช้ (La-bantao & Tongterm, 2025) และผู้แต่งตั้งแต่ 3 คนขึ้นไปใช้ (Tongterm et al., 2026) ตั้งแต่การอ้างครั้งแรก ตามหลัก APA 7

กรณีคัดลอกข้อความโดยตรงต้องระบุเลขหน้าหรือข้อมูลตำแหน่งตามความเหมาะสม เช่น (Tongterm, 2026, p. 705) หรือ (Tongterm, 2026, pp. 705–707)

2. บทความวารสารวิชาการ

ใช้สำหรับบทความที่ตีพิมพ์ในวารสารวิชาการ โดยระบุผู้แต่ง ปี ชื่อบทความ ชื่อวารสาร ปีที่ ฉบับที่ และเลขหน้าหรือหมายเลขบทความ หากมี DOI ให้ระบุ DOI ในรูปแบบ URL เต็ม https://doi.org/... โดยไม่ใช้คำว่า DOI: นำหน้า

รูปแบบภาษาอังกฤษ:

Author, A. A., Author, B. B., & Author, C. C. (Year). Title of article. Journal Title, volume(issue), page–page. https://doi.org/xxxxx

ตัวอย่างจากผลงานจริง:

Tongterm, T., Boonprom, T., & Kaewma, J. (2026). Development and

preliminary psychometric validation of the Hopscotch Motor Fitness Test (HMFT): A culturally grounded assessment of integrated motor competence in young adults. Retos, 79, 734–750. https://doi.org/10.47197/retos.v79.119116

อีกตัวอย่าง:

Tongterm, T., & Kaewma, J. (2026). Factors associated with happiness and aging preparation among LGBTQ+ individuals in rural communities. Journal of SciTech-ASEAN (JSTA), 7(2), e262002. https://doi.org/10.67909/JSTA.e262002

รูปแบบภาษาไทย:

ผู้แต่งคนที่ 1, ผู้แต่งคนที่ 2, และผู้แต่งคนสุดท้าย. (ปี). ชื่อบทความ. ชื่อวารสาร, ปีที่(ฉบับที่), หน้า–หน้า. DOI หรือ URL

ตัวอย่าง:

เตชภณ ทองเติม, พิทักษ์ มีดี, และจีรนันท์ แก้วมา. (2566). เรือมมะม็วด: คุณค่าทางนันทนาการ. วารสารสังคมศาสตร์และวัฒนธรรม, 7(5), 181–198.

ตัวอย่างที่มี URL:

เตชภณ ทองเติม, และคำล่า มุสิกา. (2568). “เกย์วัฒนธรรม” กับการต่อรองอัตลักษณ์ผ่านนันทนาการเชิงวัฒนธรรมในสังคมไทยร่วมสมัย: กรณีศึกษาประเพณีแห่เทียนพรรษา จังหวัดอุบลราชธานี. วารสารศิลปวัฒนธรรมสวนสุนันทา, 5(2), 12–33. https://so01.tci-thaijo.org/index.php/artsjournal_ssru/article/view/283114

3. หนังสือหรือตำรา

ใช้เมื่ออ้างอิงหนังสือทั้งเล่ม โดยระบุผู้แต่ง ปี ชื่อหนังสือ ครั้งที่พิมพ์หากมี และสำนักพิมพ์ APA 7 ไม่ต้องระบุเมืองหรือจังหวัดของสำนักพิมพ์

รูปแบบ:

ผู้แต่ง. (ปี). ชื่อหนังสือ (ครั้งที่พิมพ์). สำนักพิมพ์.

ตัวอย่างจากผลงาน:

เตชภณ ทองเติม. (2566). การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 2. บีบี ก็อปปี้.

หาก “ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 2” เป็นข้อมูล edition ที่แยกจากชื่อเรื่อง ให้เขียนเป็น:

เตชภณ ทองเติม. (2566). การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ (ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 2). บีบี ก็อปปี้.

4. บทในหนังสือที่มีบรรณาธิการ

ใช้เมื่ออ้างเฉพาะบทหนึ่งของหนังสือรวมบทความ โดยระบุผู้แต่งบท ปี ชื่อบท บรรณาธิการ ชื่อหนังสือ เลขหน้า และสำนักพิมพ์

รูปแบบ:

Author, A. A. (Year). Title of chapter. In E. E. Editor & F. F. Editor (Eds.), Title of book (pp. xx–xx). Publisher. DOI/URL

หากไม่มี DOI หรือ URL ให้จบที่ชื่อสำนักพิมพ์

5. วิทยานิพนธ์หรือดุษฎีนิพนธ์

ใช้เมื่ออ้างอิงวิทยานิพนธ์หรือดุษฎีนิพนธ์ โดยระบุประเภทผลงานและมหาวิทยาลัยในวงเล็บเหลี่ยม หากเผยแพร่ผ่านฐานข้อมูลหรือคลังสถาบัน ให้ระบุชื่อฐานข้อมูลหรือคลังและ URL ต่อท้าย

รูปแบบ:

ผู้แต่ง. (ปี). ชื่อวิทยานิพนธ์ [วิทยานิพนธ์ปริญญา..., ชื่อมหาวิทยาลัย]. ชื่อฐานข้อมูลหรือคลังสถาบัน. URL

ตัวอย่าง:

เตชภณ ทองเติม. (2557). เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพในการปฏิบัติกิจกรรมและการนำไปใช้คัดกรองความเสี่ยงในการล้มและภาวะพึ่งพาในผู้สูงวัยไทย [วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย].

6. รายงานวิจัยหรือรายงานของหน่วยงาน

ใช้สำหรับรายงานวิจัย รายงานทางวิชาการ หรือรายงานขององค์กร โดยระบุผู้แต่งหรือหน่วยงาน ปี ชื่อรายงาน และหน่วยงานผู้เผยแพร่ หากผู้แต่งและสำนักพิมพ์เป็นองค์กรเดียวกัน ไม่ต้องเขียนชื่อองค์กรซ้ำ

รูปแบบ:

ผู้แต่ง. (ปี). ชื่อรายงาน. หน่วยงานผู้เผยแพร่. URL

ตัวอย่าง:

อารีรัตน์ สุพุทธิธาดา, ประวิตร เจนวรรธนะกุล, ชัยพัฒน์ หล่อศิริรัตน์, และเตชภณ ทองเติม. (2559). การสร้างและพัฒนาแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้สูงอายุไทย. สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.

7. บทความที่ตีพิมพ์ในรายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการ

ต้องแยกจาก “การนำเสนอในการประชุม” อย่างชัดเจน หากผู้เขียนอ้าง **บทความฉบับเต็มที่ได้รับการตีพิมพ์และมีเลขหน้าในรายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการ** ให้เขียนในลักษณะผลงานที่เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งพิมพ์รวม โดย TJLR ประยุกต์โครงสร้างจาก APA 7 สำหรับ edited collection/proceedings เนื่องจาก APA 7 ไม่ได้กำหนดสูตรเฉพาะสำหรับ proceedings ทุกลักษณะ

กรณีมีบรรณาธิการของ Proceedings

รูปแบบ:

ผู้แต่งคนที่ 1, ผู้แต่งคนที่ 2, และผู้แต่งคนสุดท้าย. (ปี). ชื่อบทความ. ใน ชื่อบรรณาธิการ (บ.ก.), ชื่อรายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการ (น. xx–xx). หน่วยงานผู้จัดพิมพ์. DOI/URL

ภาษาอังกฤษ:

Author, A. A., Author, B. B., & Author, C. C. (Year). Title of paper. In E. E. Editor & F. F. Editor (Eds.), Title of proceedings (pp. xx–xx). Publisher. DOI/URL

กรณี Proceedings ไม่มีการระบุบรรณาธิการ

TJLR กำหนดให้ **ละส่วนบรรณาธิการออก** และไม่สร้างชื่อบรรณาธิการขึ้นเอง

รูปแบบ:

ผู้แต่งคนที่ 1, ผู้แต่งคนที่ 2, และผู้แต่งคนสุดท้าย. (ปี). ชื่อบทความ. ใน ชื่อรายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการ (น. xx–xx). หน่วยงานผู้จัดพิมพ์. URL

ตัวอย่าง

เตชภณ ทองเติม, เมธาวุฒิ พงษ์ธนู, ขนิษฐา ฉิมพาลี, ธรรญญพร เพ็งสีแสง, กุลวุฒิ แสนศักดิ์, และจีรนันท์ แก้วมา. (2566). จิกเส้น: การพัฒนาการละเล่นพื้นบ้านไทยสู่กีฬาเพื่อนันทนาการสำหรับเยาวชน. ใน รายงานสืบเนื่องการประชุมวิชาการแห่งชาติ สมาคมสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการแห่งประเทศไทย (น. 124–143).

8. การนำเสนอในการประชุมวิชาการที่ไม่ได้ตีพิมพ์เป็นบทความใน Proceedings

ใช้เมื่อผลงานเป็น paper presentation, conference session, keynote หรือ poster และไม่มีบทความฉบับเต็มที่ตีพิมพ์เป็นแหล่งเผยแพร่

รูปแบบ:

Author, A. A., & Author, B. B. (Year, Month Day–Day). Title of presentation [Paper presentation]. Name of Conference, City, Country.

ตัวอย่างลักษณะภาษาไทย:

ผู้แต่ง. (ปี, วันที่ เดือน). ชื่อเรื่อง [การนำเสนอผลงานวิจัย]. ชื่อการประชุมวิชาการ, จังหวัด, ประเทศ.

APA 7 แยก conference presentation ประเภทนี้ออกจากงานที่ได้รับการตีพิมพ์อย่างชัดเจน

9. เว็บไซต์หรือหน้าเว็บ

ใช้สำหรับหน้าเว็บไซต์ที่ไม่ใช่บทความวารสาร โดยระบุผู้แต่งหรือหน่วยงาน วันที่ ชื่อหน้าเว็บไซต์ ชื่อเว็บไซต์หากไม่ซ้ำกับผู้แต่ง และ URL

รูปแบบ:

Author or Organization. (Year, Month Day). Title of webpage. Site Name. URL

หากผู้แต่งกับชื่อเว็บไซต์เป็นองค์กรเดียวกัน ไม่ต้องระบุชื่อเว็บไซต์ซ้ำ

10. บทความเผยแพร่ออนไลน์ก่อนจัดเข้าฉบับ

กรณีบทความเผยแพร่ออนไลน์แล้วแต่ยังไม่ได้รับ volume, issue หรือเลขหน้า ให้ใช้ข้อมูลที่แหล่งเผยแพร่กำหนด เช่น Advance online publication พร้อม DOI

รูปแบบ:

Author, A. A. (Year). Title of article. Journal Title. Advance online publication. https://doi.org/xxxxx

เมื่อมีข้อมูลฉบับสมบูรณ์แล้ว ให้เปลี่ยนมาใช้อ้างอิงฉบับสมบูรณ์

11. บทความที่ได้รับการตอบรับแล้วแต่ยังไม่ตีพิมพ์

ใช้ (in press) ในตำแหน่งของปี ไม่ใส่ปีแล้วตามด้วยคำว่า in press

รูปแบบ:

Author, A. A. (in press). Title of article. Journal Title.

TJLR อาจกำหนดภาษาไทยว่า:

ผู้แต่ง. (อยู่ระหว่างการตีพิมพ์). ชื่อบทความ. ชื่อวารสาร.

12. DOI และ URL

หากเอกสารมี DOI ให้ใช้ DOI เป็นหลักในรูป

https://doi.org/10.xxxx/xxxxx
ไม่ใช้ DOI: และโดยทั่วไปไม่ใช้ Retrieved from ก่อน DOI/URL ตาม APA 7

13. การจัดเรียงรายการเอกสารอ้างอิง

TJLR กำหนดให้รายการภาษาไทยและภาษาอังกฤษอยู่ภายใต้หัวข้อ **“เอกสารอ้างอิง (References)”** เดียวกัน โดยเรียงเอกสารภาษาไทยตามลำดับ ก–ฮ และเอกสารภาษาอังกฤษตามลำดับ A–Z

ทุกรายการใช้ **TH Sarabun New ขนาด 12 พอยต์ ตัวอักษรปกติ ไม่ใช้ตัวเอียง และใช้ hanging indent 1.27 เซนติเมตร**

สำหรับภาษาไทย **ใช้เครื่องหมายจุลภาคคั่นรายชื่อผู้แต่งทุกคนเสมอ** ตัวอย่างที่ TJLR ต้องการคือ

เตชภณ ทองเติม, ขนิษฐา ฉิมพาลี, และจีรนันท์ แก้วมา. (2567). การพัฒนาแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็ก โดยใช้รูปแบบการละเล่นพื้นบ้านไทย. วารสารสาธารณสุขและสุขภาพศึกษา, 4(1), e266377.

ไม่ใช้แบบ:

❌ เตชภณ ทองเติม ขนิษฐา ฉิมพาลี และจีรนันท์ แก้วมา.

แต่ใช้:

✅ **เตชภณ ทองเติม, ขนิษฐา ฉิมพาลี, และจีรนันท์ แก้วมา.**

ผู้นิพนธ์ควรเลือกใช้อ้างอิงจากบทความวิจัยในวารสารวิชาการที่สามารถสืบค้นและตรวจสอบได้ และควรเน้นเอกสารที่เผยแพร่ย้อนหลังไม่เกิน 5 ปีนับถึงปีที่ส่งต้นฉบับ เพื่อให้การทบทวนวรรณกรรมสะท้อนองค์ความรู้ร่วมสมัย ทั้งนี้ สามารถใช้งานที่เก่ากว่าได้เมื่อเป็นทฤษฎีต้นกำเนิด งานคลาสสิก เครื่องมือหรือวิธีวิจัยต้นฉบับ หลักฐานทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม กฎหมาย มาตรฐาน หรือเอกสารสำคัญที่จำเป็นต่อการศึกษา ผู้นิพนธ์เป็นผู้รับผิดชอบในการตรวจสอบความถูกต้องและการมีอยู่จริงของเอกสารอ้างอิงทุกรายการ