



ประกาศคณะกรรมการกีฬานักศึกษา มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี
เรื่อง รายการทดสอบและเกณฑ์การผ่านการทดสอบสมรรถภาพทางกายและเกณฑ์ทางสถิติ
ของผู้สมัครเป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

เพื่อให้การดำเนินการทดสอบสมรรถภาพทางกายและทดสอบสถิติ ของผู้สมัครเป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี เป็นไปด้วยความเรียบร้อยตามประกาศมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี เรื่อง คุณสมบัติของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ ๔๗ ลงวันที่ ๒ กันยายน ๒๕๖๒ ข้อที่ ๗ นักกีฬาต้องผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ตามที่มหาวิทยาลัยอุบลราชธานีได้กำหนดไว้

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๑๘ และมาตรา ๒๑ แห่งพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี พ.ศ.๒๕๓๓ ประกอบกับมติที่ประชุมคณะกรรมการกีฬานักศึกษา ครั้งที่ ๑/๒๕๖๒ เมื่อวันที่ ๑๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ และคำสั่งมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ที่ ๑๘๖๐/๒๕๖๒ เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการกีฬานักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี มีมติเห็นชอบให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายทางกายนักกีฬาก่อนการเข้าร่วมการแข่งขัน จึงได้ออกประกาศไว้ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ รายการทดสอบและเกณฑ์การผ่านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ให้เป็นไปตามรายละเอียดในเอกสารแนบท้ายประกาศนี้ โดยจะต้องผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ เปอร์เซนต์ ของรายการที่ทดสอบ สำหรับชนิดกีฬาที่มีการทดสอบ ๑๒ นาที Test (เมตร) ต้องผ่านเกณฑ์ดังกล่าวด้วย

ข้อ ๒ เปอร์เซนต์ไขมันในร่างกาย ไม่นำมาคิดรวมกับเกณฑ์การผ่านการทดสอบ

ข้อ ๓ เกณฑ์การทดสอบทางสถิติ ให้ใช้สถิติอันดับที่ ๘ ในรอบชิงชนะเลิศ การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย รอบมหกรรม ปีที่ผ่าน หากรายการใด ไม่มีสถิติอันดับที่ ๘ ให้ย้อนดูผลการแข่งขันในปีก่อนหน้า ไม่เกิน ๓ ปี หากยังไม่สามารถหาสถิติอันดับที่ ๘ ได้ ให้ใช้สถิติ อันดับสุดท้ายรอบชิงชนะเลิศ ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย รอบมหกรรม ของปีที่ผ่านมา ในรายการนั้นๆ

ข้อ ๔ ให้ประธานคณะกรรมการกีฬานักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี รักษาการตามประกาศนี้และให้มีอำนาจวินิจฉัยชี้ขาดปัญหาอันเกิดจากประกาศนี้ คำวินิจฉัยของประธานคณะกรรมการกีฬานักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ให้เป็นที่สุด

ประกาศ ณ วันที่ ๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

(นางสาวจรรยาพร แสนทวีสุข)

รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนานักศึกษาและศิษย์เก่าสัมพันธ์
ประธานคณะกรรมการกีฬานักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

รายละเอียดแนบท้ายประกาศมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี
เรื่อง รายการทดสอบและเกณฑ์การผ่านการทดสอบสมรรถภาพทางกายและเกณฑ์ทางสถิติของ
ผู้สมัครเป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

.....

กีฬาฟุตบอลและกีฬาฟุตซอล		
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย
		เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๙ - ๑๗.๐
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๑๙
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๕ - ๐.๗๑
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๔๗ - ๒.๙๓
๕	ยืนกระโดดสูง (ซม)	๔๙ - ๕๒
๖	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๑๗ - ๑๐.๗๒
๗	วิ่งเร็ว ๔๐ เมตร (วินาที)	๕.๕๙ - ๕.๘๐
๘	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘
๙	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐

กีฬาบาสเกตบอล			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๙ - ๑๗.๐	๒๖.๙ - ๒๙.๒
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๑๙	๑๖ - ๑๙
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๕ - ๐.๗๑	๐.๕๗ - ๐.๖๒
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๔๗ - ๒.๙๓	๒.๐๑ - ๒.๔๔
๕	ยืนกระโดดสูง (ซม)	๔๙ - ๕๒	๓๖ - ๔๐
๖	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๑๗ - ๑๐.๗๒	๑๑.๕๖ - ๑๒.๑๓
๗	วิ่งเร็ว ๔๐ เมตร (วินาที)	๕.๕๙ - ๕.๘๐	๖.๕๐ - ๖.๙๔
๘	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๙	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬารักบี้ฟุตบอล		
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย
		เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๙ - ๑๗.๐
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๑๙
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๕ - ๐.๗๑
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๔๗ - ๒.๙๓
๕	ดันพื้น ๑ นาที (ครั้ง)	๓๐ ขึ้นไป
๖	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๑๗ - ๑๐.๗๒
๗	วิ่งเร็ว ๔๐ เมตร (วินาที)	๕.๕๙ - ๕.๘๐
๘	วิ่งเร็ว ตำแหน่งกองหน้า ๔๐ เมตร (วินาที)	ไม่เกิน ๗.๐๐
๙	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘
๑๐	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐
๑๑	๑๒ นาที Test ตำแหน่งกองหน้า (เมตร)	๒๒๐๐

กีฬาฮอกกี้			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๙ - ๑๗.๐	๒๖.๙ - ๒๙.๒
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๑๙	๑๖ - ๑๙
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๕ - ๐.๗๑	๐.๕๗ - ๐.๖๒
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๔๗ - ๒.๙๓	๒.๐๑ - ๒.๔๔
๕	ยืนกระโดดสูง (ซม)	๔๙ - ๕๒	๓๖ - ๔๐
๖	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๑๗ - ๑๐.๗๒	๑๑.๕๖ - ๑๒.๑๓
๗	วิ่งเร็ว ๔๐ เมตร (วินาที)	๕.๕๙ - ๕.๘๐	๖.๕๐ - ๖.๙๔
๘	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๙	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาโอลิมปิกและวอลเลย์บอลชายหาด			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๒ - ๑๖.๕	๒๖.๗ - ๒๙.๒
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๒๑	๑๖ - ๑๘
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๘ - ๐.๗๓	๐.๕๙ - ๐.๖๓
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๖๑ - ๓.๐๖	๒.๑๑ - ๒.๕๒
๕	ยืนกระโดดสูง (ซม)	๕๒ - ๕๖	๓๙ - ๔๒
๖	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๒๙ - ๑๐.๗๕	๑๑.๖๘ - ๑๒.๓๒
๗	วิ่งเร็ว ๔๐ เมตร (วินาที)	๕.๖๑ - ๕.๙๔	๖.๖๐ - ๗.๐๒
๘	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๙	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาซอฟท์บอล			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๒ - ๑๖.๕	๒๖.๗ - ๒๙.๒
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๒๑	๑๖ - ๑๘
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๘ - ๐.๗๓	๐.๕๙ - ๐.๖๓
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๖๑ - ๓.๐๖	๒.๑๑ - ๒.๕๒
๕	ยืนกระโดดสูง (ซม)	๕๒ - ๕๖	๓๙ - ๔๒
๖	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๒๙ - ๑๐.๗๕	๑๑.๖๘ - ๑๒.๓๒
๗	วิ่งเร็ว ๔๐ เมตร (วินาที)	๕.๖๑ - ๕.๙๔	๖.๖๐ - ๗.๐๒

กีฬาเซปักตะกร้อ			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๒ - ๑๖.๕	๒๖.๗ - ๒๙.๒
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๒๑	๑๖ - ๑๘
๓	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๖๑ - ๓.๐๖	๒.๑๑ - ๒.๕๒
๔	ยืนกระโดดสูง (ซม)	๕๒ - ๕๖	๓๙ - ๔๒
๕	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๖	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาเทนนิส			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๙.๙ - ๒๑.๕	๒๖.๔ - ๒๙.๐
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๔ - ๑๘	๑๖ - ๑๙
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๘ - ๐.๗๕	๐.๕๗ - ๐.๖๒
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๔๙ - ๓.๑๘	๒.๐๑ - ๒.๓๔
๕	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๔๓ - ๑๑.๐๒	๑๓.๗๘ - ๑๕.๘๕
๖	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๗	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาเทเบิลเทนนิส			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๙.๙ - ๒๑.๕	๒๖.๔ - ๒๙.๐
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๔ - ๑๘	๑๖ - ๑๙
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๘ - ๐.๗๕	๐.๕๗ - ๐.๖๒
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๔๙ - ๓.๑๘	๒.๐๑ - ๒.๓๔
๕	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๔๓ - ๑๑.๐๒	๑๓.๗๘ - ๑๕.๘๕
๖	ก้าวเดิน ๒๐ วินาที (ครั้ง)	๓๓ - ๓๘	๓๔ - ๓๘
๗	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๘	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาแบดมินตัน			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๙.๙ - ๒๑.๕	๒๖.๔ - ๒๙.๐
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๔ - ๑๘	๑๖ - ๑๙
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๘ - ๐.๗๕	๐.๕๗ - ๐.๖๒
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๔๙ - ๓.๑๘	๒.๐๑ - ๒.๓๔
๕	ยืนกระโดดสูง (ซม)	๔๙ - ๕๓	๓๖ - ๓๙
๖	วิ่งเก็บของ ๒ จุด (วินาที)	๑๐.๔๓ - ๑๑.๐๒	๑๓.๗๘ - ๑๕.๘๕
๗	ก้าวเดิน ๒๐ วินาที (ครั้ง)	๓๓ - ๓๘	๓๔ - ๓๘
๘	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๙	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาเทควันโดและกีฬาคาราเต้-โด			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๒ - ๑๗.๓	๒๖.๔ - ๓๐.๔
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๑๙	๑๕ - ๑๘
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๙ - ๐.๗๖	๐.๕๔ - ๐.๕๙
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๕๙ - ๓.๐๒	๑.๙๗ - ๒.๒๘
๕	ยืนกระโดดสูง (ซม)	๔๘ - ๕๒	๓๖ - ๓๙
๖	ก้าวเดิน ๒๐ วินาที (ครั้ง)	๓๔ - ๓๙	๓๖ - ๔๐
๗	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๘	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาตาบไทย กีฬาตาบสากล			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๓.๒ - ๑๗.๓	๒๖.๔ - ๓๐.๔
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๖ - ๑๙	๑๕ - ๑๘
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๙ - ๐.๗๖	๐.๕๔ - ๐.๕๙
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๕๙ - ๓.๐๒	๑.๙๗ - ๒.๒๘
๕	ก้าวเดิน ๒๐ วินาที (ครั้ง)	๓๔ - ๓๙	๓๖ - ๔๐
๖	Anaerobic capacity ของ RAST test (วัตต์/กก.)	๗.๐ - ๗.๘	๓.๘ - ๔.๔
๗	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาเปตอง			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๖.๐ - ๑๙.๖	๒๗.๒ - ๓๑.๕
๒	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๑ - ๑๒	๑๑ - ๑๗
๓	แรงบีบมือ (กก./กก.)	๐.๖๖ - ๐.๗๒	๐.๕๔ - ๐.๖๒
๔	แรงเหยียดขา (กก./กก.)	๒.๐๗ - ๒.๖๑	๑.๗๕ - ๒.๐๔
๕	๑๒ นาที Test (เมตร)	๒๒๐๐	๑๘๐๐

กีฬาหมากระดาน กีฬาบริดจ์ กีฬาเอแม็ท			
ลำดับที่	รายการทดสอบ	ชาย	หญิง
		เกณฑ์	เกณฑ์
๑	% ไขมันในร่างกาย	๑๖.๐ - ๑๙.๖	๒๗.๒ - ๓๑.๕
๒	ความดัน	๑๓๐ - ๘๐	๑๓๐ - ๘๐
๓	ความอ่อนตัว - แบบนั่งงอตัว (ซ.ม.)	๑๑ - ๑๒	๑๑ - ๑๗