

สารบัญ

หน้า

กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
สมมติฐานการวิจัย	3
ขอบเขตการวิจัย	3
กลุ่มตัวอย่าง	3
ประโยชน์ที่ได้รับ	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
สมรรถภาพทางกาย	5
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ	6
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	15
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	17
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	17
ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย	17
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	18
การวิเคราะห์ข้อมูล	19
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	20

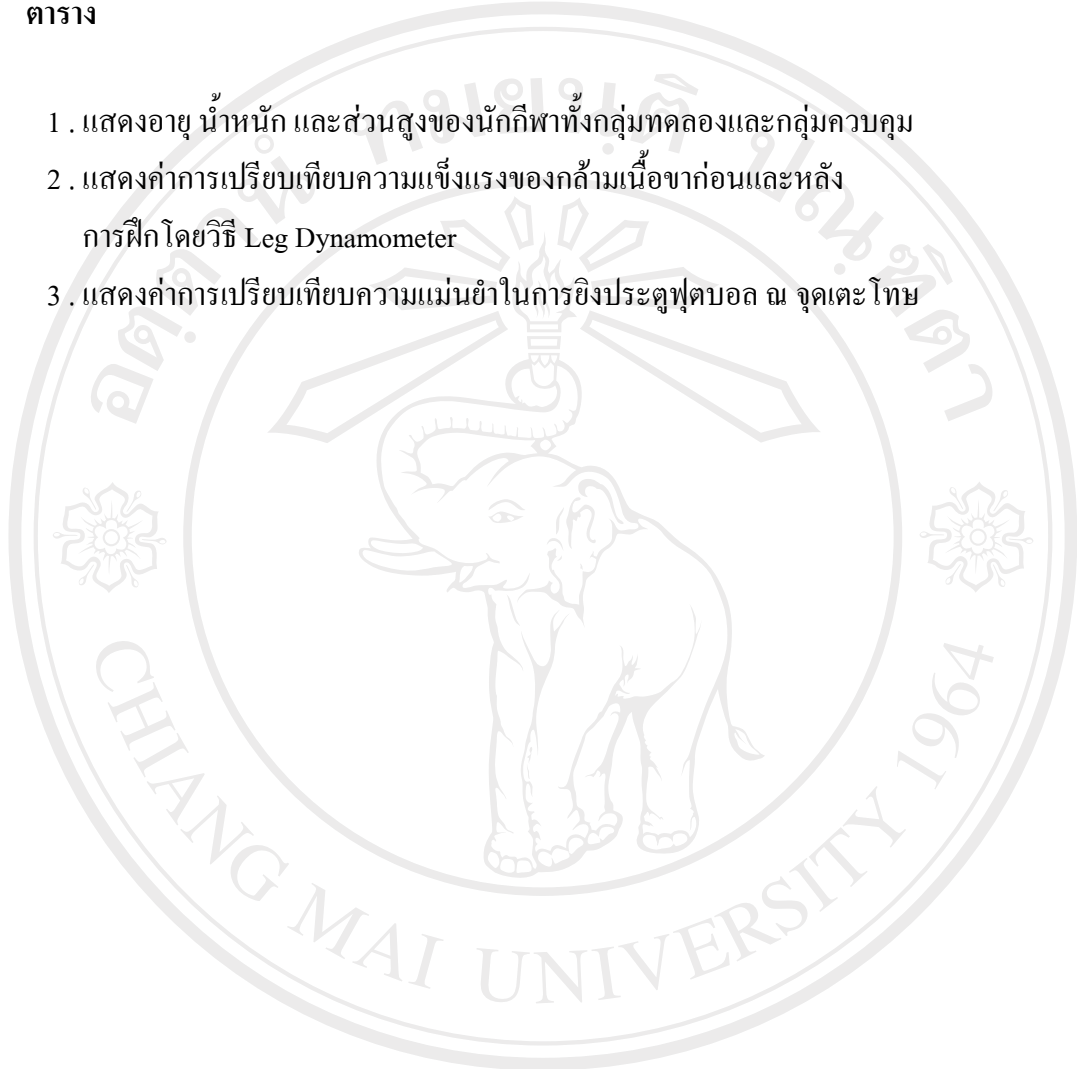
สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	22
สรุปผลการวิจัย	22
อภิปรายผลการวิจัย	23
ข้อเสนอแนะ	24
บรรณานุกรม	25
ภาคผนวก	27
ประวัติผู้เขียน	41

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 . แสดงอายุ น้ำหนัก และส่วนสูงของนักกีฬาทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	20
2 . แสดงค่าการเปรียบเทียบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขา ก่อนและหลัง การฝึก โดยวิธี Leg Dynamometer	21
3 . แสดงค่าการเปรียบเทียบความแม่นยำในการยิงประตูปุ่ตบอล ณ จุดเตะไทย	21



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved