

บรรณานุกรม

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 4 (พ.ศ. 2550 – 2554)

กรุงเทพฯ: กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2550.

กิตติพร ภู่อึ้งเรือง. ผลการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาที่มีต่อการทุ่มในนักกีฬา 유도. ปรินญา

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2548.

งานวิชาการกองการฝึกอบรมสำนักพัฒนาบุคลากรกีฬา. คู่มือการฝึกกีฬาตะกร้อ. การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2548.

เจริญ กระบวนรัตน์. การฝึกสมรรถภาพทางกาย. ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2536.

เจริญ กระบวนรัตน์. เทคนิคการฝึกความเร็ว. ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2538.

เจริญ กระบวนรัตน์. หลักการฝึกซ้อมกีฬา. ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2544.

เจริญ กระบวนรัตน์. หลักการและเทคนิคการฝึกกรีฑา. ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545.

ดนัย ถักไทย. ผลของการฝึกด้วยน้ำหนักที่มีต่อความแม่นยำในการเลี้ยงลูกบอลเข้ายิงประตูได้ห่วง

บาสเกตบอล. ปรินญาานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542.

ธนา กิตติศรีวรพันธุ์. ผลของการใช้รองเท้าน้ำหนักฝึกกล้ามเนื้อขาที่มีต่อความแม่นยำในการยิง

ประตูฟุตบอล. ปรินญาานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2522

นพดล อินทะปัญญา. ผลของการฝึกพลัยโอเมตริกที่มีต่อความแม่นยำในการกระโดดยิงประตู

บาสเกตบอลของนักกีฬาบาสเกตบอล. ปรินญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์

การกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2547.

บริคณห์ มายวัน. ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาที่มีต่อความแม่นยำในการยิงประตู

ฟุตบอล ณ จุดเตะโทษ. ปรินญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2550.

พรรณณี สมชัย. ผลการฝึก Weight Training ของขาที่มีต่อการทรงตัวในนักกีฬาเซปักตะกร้อชาย.

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2548
พิชิต ภูติจันทร์. สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. พิมพ์ครั้งที่ 2, กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์, 2535.

ศิลปชัย สุวรรณชาติ. จิตวิทยาการกีฬา. วารสารสุขศึกษา พลศึกษาและสันตนาการ.
2531.

สนธยา สีละมอด. หลักการฝึกกีฬาสำหรับผู้ฝึกสอนกีฬา. พิมพ์ครั้งที่ 1, กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่ง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เสาวลักษณ์ ศิริปัญญา. ผลของการฝึกเชิงซ้อนแบบผสมผสานการฝึกด้วยน้ำหนักกับการเคลื่อนที่
ในลักษณะแรงระเบิดที่มีต่อสมรรถภาพของกล้ามเนื้อในนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิงทีมชาติ
ไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต แผนกวิชาสรีรวิทยาการกีฬา สำนักวิชาวิทยาศาสตร์
การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2551.

สุชาติ มุกข์กันต์. วิธีการฝึกตะกร้อ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ท่าพระ. 2527.

ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. สมรรถภาพทางการและทางการกีฬา. คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
มหาวิทยาลัยมหิดล. กรุงเทพฯ: 2539.

อนันต์ อัฐชู. กายวิภาคและสรีรวิทยา. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช, 2526.

Adams, k., O'Shea, J., O'Shea, K., and Climstein, M. The effect of six weeks of squat,
plyometrics and squat-plyometric training on power production. **Journal of Applie
Sport Science Research** 6. 1992

Anshel, M. **Sport psychology: From theory to practice**. Scottsdale, AZ: Gorsush
Scarisbrik, 1990.

Amheim, Daniel D.; & Prentice, William E. (1993). 8 th ed. **Principle of Athletic Training**.

Dodd, D.J., and B.A. Alvar. Analysis of acute explosive training modalities to improve
lower-body power in baseball players. **J.Strength Cond. Res.**2007.

Hoeger, W.W.K. **Lifetime physical fitness and wellness**. 2 nd ed. Colorado : Morton
Publishing, 1989.