

บรรณานุกรม

- กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย. งานส่งเสริมสมรรถภาพ
กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ, 2531.
- กรณ์ย์ ปัญโญ. ผลของโปรแกรมสร้างสมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโอลิมปิก. ปรินญา
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. วิทยาศาสตร์การกีฬา. โรงพิมพ์ดอกเบี๋ย, 2542.
- คณาจารย์วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา.
วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sports Science). กรุงเทพฯ: มีเดีย เพรส, 2548.
- จรวพร ธรณินทร์. กายวิภาคและสรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนา
พานิช, 2521.
- เจริญ กระบวนรัตน์. เทคนิคการฝึกความเร็ว. กรุงเทพฯ: ไทยมิตรการพิมพ์, 2538.
- เจริญ กระบวนรัตน์. หลักการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา. เอกสารประกอบการอบรม
เชิงปฏิบัติการ วิทยาศาสตร์การกีฬา: กองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
กรกฎาคม 2543.
- ชูศักดิ์ เวชแพทย์. สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. ดวงกมลการพิมพ์, กรุงเทพฯ: 2536.
- ประจักษ์ สุวรรณธีระกิจ. ผลการฝึกความคล่องตัวของนักกีฬาโอลิมปิกชายมหาวิทยาลัย
เทคโนโลยีราชมงคลล้านนา วิทยาเขตภาคพายัพ. ปรินญาวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2548.
- ประโยค สุทธิสง่า. แบบทดสอบมาตรฐานทักษะฟุตบอล. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์
ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2541.
- ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา. การกีฬาแห่งประเทศไทย. กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา.
สารวิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ดอกเบี๋ย, 2549.
- พิชิต ภูติจันทร์. วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์, 2547.
- พิชิต ภูติจันทร์. เวชศาสตร์การกีฬา. ภาควิชาพลศึกษาและนันทนาการ คณะครุศาสตร์.
สหวิทยาลัย อีสานใต้ อุบลราชธานี, 2535.
- มงคล แผงสาเคน. การฝึกฟุตบอล. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์, 2545.
- มงคล แผงสาเคน. โภชนาการเพื่อสร้างพลังนักกีฬา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์, 2547.

- ยรรยงค์ สมทรง. ผลของการฝึกความอ่อนตัว และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ที่มีต่อความ
 แม่นยำในการโหม่งลูกฟุตบอลของนิสิตชาย สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ:
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.
- วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ. การออกกำลังกายสำคัญไฉน. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิชย์, 2527.
- วิรุพท์ เหล่าภัทรเกษม. กีฬาวงศศาสตร์. กรุงเทพฯ: พี.บี. ฟอเรนบุคส์เซนเตอร์, 2537.
- วัชรินทร์ มีทรัพย์. โปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาโอลิมปิกบอล
 สหประชาชาติ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ปรินญาวิทยาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การ
 กีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2547.
- วุฒิพงษ์ ปรมัตถากร, อารี ปรมัตถากร. วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนา
 พานิช, 2537.
- สุริโย ธีราช. โปรแกรมการฝึกเพื่อพัฒนาความเร็วในระยะ 60 เมตร ของนักวิ่งระยะสั้นประเภท
 100 เมตร. ปรินญาวิทยาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2548.
- สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา. สำนักงานพัฒนากีฬาและนันทนาการ. กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
 การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาในระดับอายุ 10 – 12 ปี.
 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ), 2548.
- อภิชาติ สมัครธัญกิจ. การสร้างโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มความคล่องแคล่วว่องไวของนักกีฬา
 ฟุตบอลรุ่นอายุ 16 ปี โรงเรียนอัสสัมชัญ ธนบุรี. ปรินญาวิทยาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2548.
- Bennett. Steve. "Sprint Training Ideas 100m, 200m, & 400m." Sydney Athletics 2001.
www.pnc.com.au/~stevebn/sprint.html, (30 june 2001).
- Bennett. Steve. "Sprint Training Ideas for the the Developing Athlete." Sydney
 Athletics 2001. www.pnc.com.au/~stevebn/sprint.html, (30 june 2001).
- MacKenzie, B. **Agility Training Sport Coach**. [On-line] Available
www.brianmac.demon.co.uk, (2001, March).
- MacKenzie, B. **Speed Training Sport Coach**. [On-line] Available
www.brianmac.demon.co.uk, (2001, March).
- Mathewe. **Measurement in Physical Education**. New York. W.B. Saunders company, 1971.
- Zakas. **The effect of stretching during warming-up on the flexibility of junior Handball
 players**. The Journal of Sports Medicine And physical Fitness, (2003).