

บรรณานุกรม

- กิตติคุณ ศิลปวิทยากุล.(2544).วอลเลย์บอล กฏกติกา พื้นฐานการเล่น. กรุงเทพฯ:สำนักพิมพ์บ้าน
ปัญญา.
- ขันติ พุทธพงศ์. (2535). ผลของการฝึกเสริมแบบพลัยโอเมตริกที่มีต่อพลังกล้ามเนื้อขาของนักกีฬา
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ขวัญเรียม ก้อนแก้ว. (2546).ผลการฝึกพลัยโอเมตริกเทคนิค Rim Jumps และ Split Squat Jump
ที่มีต่อแรงเหยียดขาและความสามารถในการกระโดดของกีฬาวอลเลย์บอล ปริญญาวิทยาศา
ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2544) เทคนิคการฝึกความเร็ว. กรุงเทพฯ: ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2544) หลักการฝึกซ้อมกีฬา. กรุงเทพฯ: ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ชิตินทรีย์ บุญมา. ผลของการฝึกพลัยโอเมตริกและการฝึกด้วยน้ำหนักที่มีต่อความแม่นยำในการยิง
ประตูบาสเกตบอลแบบเลย์อัพ.ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา)
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่,2545
- เพชรชัย คำวงษ์. เอกสารประกอบการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา
ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2537
- ณัฐพงศ์ ดีไพร.(2544). ผลการฝึกพลัยโอเมตริกต่อการเปลี่ยนแปลงการกระโดดแนวตั้งของนักกีฬา
บาสเกตบอล.ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ยุติธรรม วัฒนาวงศ์. โปรแกรมการฝึกการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอล. ปริญญา
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา) สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544
- สมพงษ์ วัฒนา โภคยกิจ. ผลของการฝึกด้วยพลัยโอเมตริกโดยใช้กล่องระดับความสูงต่างๆกันที่มี
ความ สามารถในการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอลชาย. ปริญญาวิทยาศาสตร
มหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา) สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา ภาควิชาวิทยาศาสตร์การ
กีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544

- อุทัย สวงพงศ์. ทุ่มมือวอลเลย์บอล. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2534
- อุเทน ปัญญ. ระเบียบวิธีวิจัย . สาขาวิชาวิจัยสถิติ ภาควิชาประเมินและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2543, อัดสำเนา
- Blucker, C.A. (1995). *Foundation of physical education*. Saint Louis: The C. V. Mosby company.
- Brown ME, Mayhen JL, and Boleach LW. (1986). *The effect of plyometric training on the vertical jump of high school boys basketball players*. *J Sports Med. Phys. Fitness*. 26: 1-4.
- Chu. D.A. (1992). *Into Plyometric: Champaign IL*. Leisure Press.
- Chu. D.A. (1983). *Plyometrics: The link between strength and speed*. *NSCA Journal*. 5:20-21.
- Chu. D.A. and L. Plummer. (1984). *Jumping in to plyometrics: The language of Plyometrics*. *NSCA Journal*; 6:30-31.
- Duda M. (1988). *Plyometric; A legitimate form of power training ?*. *Physician Sport Med*; 1988.
- Huber. J. *Increasing a driving vertical jump throughing*. *Assoc. J.* 1987.
- Parcell, R. *The effect of depth jumping and weight training on vertical jump*. Unpublished master's thesis. Ithama college, Ithama, NY, 1977.
- S.T.A.R. Systems. *Explosive Jumping training products from S.T.A.R Systems Sports Performance, Jumping Power*. (Online). Available, 1999.
- Verkhoshanki Y. (1973). *Depth Jumping in the training of Jumps*. *Track Technique*.