

บรรณานุกรม

- การกีฬาแห่งประเทศไทย. การทดสอบความสมบุรณ์ทางกายนักกีฬา. งานสมรรถภาพกีฬา กอง
วิทยาศาสตร์การกีฬา ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา, 2542.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. วิทยาศาสตร์การกีฬา สำหรับผู้ฝึกสอนกีฬา และนักกีฬา. ฝ่ายวิทยา
ศาสตร์การกีฬา, 2542.
- ขันติ พุทธพงศ์. ผลของการฝึกเสริมแบบพลัยโอเมตริกที่มีต่อพลังกล้ามเนื้อขาของนักกีฬา.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2535.
- เจริญ กระบวนรัตน์. เทคนิคการฝึกความเร็ว. ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2538.
- เจริญ กระบวนรัตน์. หลักการฝึกซ้อมกีฬา. ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2540.
- เจริญ กระบวนรัตน์. หลักการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายนักกีฬา. เอกสารประกอบการอบรมเชิง
ปฏิบัติการวิทยาศาสตร์การกีฬา งานกีฬากองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่,
กรกฎาคม 2543.
- เจริญ กระบวนรัตน์. พื้นฐานของการฝึกซ้อมกีฬา. เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการวิทยา
ศาสตร์การกีฬา งานกีฬากองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, กรกฎาคม 2543.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์ และ กันยา ปาละวิวัฒน์. สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: ชรรคมล
การพิมพ์, 2536.
- ชลัษ ภิรมย์. การฝึกฟุตบอลสมัยใหม่. วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดสมุทรสาคร, 2539.
- ธวัช วีระศิริวัฒน์. หลักและการฝึกกีฬา.(พิมพ์ครั้งที่ 1) กรุงเทพมหานคร : โอเอส พรินติ้ง เฮ้าส์,
2538.
- นิพนธ์ กิติกุล. หลักการเล่นฟุตบอลสมัยใหม่. ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2525.
- ประโยค สุทธิสง่า. ตำราการฝึกและการตัดสินกีฬาฟุตบอล. (พิมพ์ครั้งที่ 1) กรุงเทพมหานคร: ไทย
วัฒนาพานิช, 2528.

- เพียรชัย คำวงษ์. “การฝึกกำลังกล้ามเนื้อด้วยวิธี Stretch-Shortening Exercise”. สารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา. ฉบับที่ 1 : 4, 2537. (53-65)
- พรหมเมศ จักขุรักษ์. ผลของการเสริมการฝึกด้วยน้ำหนักและพลัยโอเมตริกที่มีต่อความแข็งแรงและพลังกล้ามเนื้อของนักกีฬารักบี้ฟุตบอล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาดุษฎีบัณฑิต. สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. หลักและวิธีการสอนพลศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2523.
- วุฒิพงษ์ ปรมัตถากรและ อารี ปรมัตถากร. วิทยาศาสตร์การกีฬา. (พิมพ์ครั้งที่ 3/2539, 58-60)
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2541.
- อวย เกตุสิงห์. “การพลศึกษาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ.” วารสารสุขศึกษาและสันทนาการ ปีที่ 3 เล่มที่ 1-4 (มกราคม – ตุลาคม). 2520.
- อุทัย สงวนพงษ์. หนังสืออ่านเพิ่มเติม พละนามัย ฟุตบอลระดับมัธยมศึกษา. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, 2542.
- Chu. D.A. and L. Plummer. **Jumping into plyometrics: The language of plyometrics.** NSCA Journal. 6 : 30-31, 1984.
- Huber. J. **Increasing a driving verticle jump throughing.** Assoc. J. 9 : 34-36. 1987.
- Verkhoshanski Y. **Prespectives in the improvement of speed-strength preparation of jumpers.** Yessis Review of Soviet Physical Education and Sports. 4 : 28-29, 1969.