

บรรณานุกรม

- กรมอนามัย. (2540) การออกกำลังกายและกีฬาเพื่อสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 2, กรุงเทพฯ
โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ : องค์การส่งเสริมกีฬาผ่านศึกษา
กองคลังข้อมูลและสนเทศสถิติ สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2542) . การสำรวจพฤติกรรมการเล่น
กีฬาและการดูกีฬาของประชาชนไทย พ.ศ. 2540. กรุงเทพฯ : (ม.ป.ท.)
สำนักงานสถิติแห่งชาติ, สำนักนายกรัฐมนตรี.
กองสุขศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. (2541) แนวปฏิบัติเพื่อตอบสนองนโยบาย
สาธารณสุขในการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพสำหรับเจ้า
หน้าที่สาธารณสุข. กรุงเทพฯ:สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข
เกษม นครเขตต์. (2540). พฤติกรรมการออกกำลังกาย และการรับรู้ถึงความสัมพันธ์ของ
ออกกำลังกาย ภายและสุขภาพจิตของข้าราชการ เจ้าหน้าที่ กระทรวงสาธารณสุข.
เอกสารโรเนียว. กรมสุขภาพจิต.
คำรณ ธารธร. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการออกกำลังกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต , บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
จตุพร ณ นคร และคณะ. (2528). ผลของการฝึกออกกำลังกายแบบแอโรบิกดานซ์ต่อการ
เปลี่ยนแปลงทางกายสภาพของหญิงไทยวัยผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ : องค์การส่งเสริมกีฬา
แห่งประเทศไทย.
จิราภรณ์ มงคลศิริ. (2540) พฤติกรรมการออกกำลังกายและสมรรถภาพทางกายของผู้
บริหารกระทรวงสาธารณสุข สังกัดจังหวัดจันทบุรี. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์
มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครทรวิโรฒ ประสานมิตร.
เจริญทัศน์ จิตเสรี. (2535). "สตรีวิทยาของการออกกำลังกาย" ในคู่มือส่งเสริม การออกกำลังกาย
เพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : องค์การส่งเสริมกีฬาผ่านศึกษา.
ชูศักดิ์ เวชแพทย์ และกันยา ปาละวิวัฒน์. (2536). สตรีวิทยาของการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ
:ธรรมกมลการพิมพ์.
ดวงเดือน พันธุโยธี. (2539) ความสัมพันธ์ระหว่างความสำคัญของสุขภาพ การรับรู้
ประโยชน์ของการออกกำลังกาย และพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ
ในจังหวัดเชียงใหม่, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัย เชียงใหม่.

- ถนอมขวัญ ทวีบุรณ์และคณะ. (2537). ผลการตอบก้ำลังกายแบบแอโรบิกดานซ์ต่อสมรรถภาพทางกาย ไชมัน และฮอร์โมนเพศในเลือดของผู้สูงอายุ.วารสารพยาบาล, 43 (4)
- เบญจมาศ จรรยาวัฒนานนท์. (2544). แรงจูงใจและอุปสรรคในการออกก้ำลังกายของบุคลากรสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุรินทร์. หัวข้อโครงร่างวิทยานิพนธ์,สาขาส่งเสริมสุขภาพ คณะศึกษาศาสตร์,มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พัลลพ คำลือ. (2543) ปัจจัยที่มีผลต่อการออกก้ำลังกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยพายัพ วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต,มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- วรชาติ เตชะ. (2544) พฤติกรรมและการรับรู้เกี่ยวกับการออกก้ำลังกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนพุทธโสภณ จังหวัดเชียงใหม่. การค้นคว้าแบบอิสระ, สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- วุฒิพงษ์ และอารี ปรมัตถากร. (2532). วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สกล เจริญวงศ์. (2532) ความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกก้ำลังกายของประชาชนที่ออกก้ำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพฯ. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- เสก อักษรานุเคราะห์. (2525). การออกก้ำลังกายเพื่อชะลอความชรา. กรุงเทพฯ :จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย. (ม.ป.ป.). การออกก้ำลังกายในสถานประกอบการ. กรุงเทพฯ : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- อุเทน ปัญญา. (2543). ระเบียบวิธีวิจัย. ภาควิชาประเมินผลและวิจัยการศึกษา, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- American College of Sport Medicine. (1991). Guideline for exercise testing and prescription. Philadelphia : Lea & Febiger.
- Berelson and Steiner. (1964). Human Behavior : An Inventory of Scientific Findings. New York. : Harcourt. P. 240
- Canadian Society for Exercise Physiology. (2000). Why Physical Activity is Importance for You. (From : Science Direct).
- Dishman, R.K (1982). Compliance / adherence in health related exercise. Health Psychology. USA : McGraw – Hill