

ผลการฝึกพลัย โอเมตริกด้วยเทคนิค Multiple Box-to-Box  
Squat Jumps และ Depth Jump ที่มีต่อการกระโดด  
ของนักกีฬาโอลิมปิก

รัชพล หน่อแก้ว

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา  
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

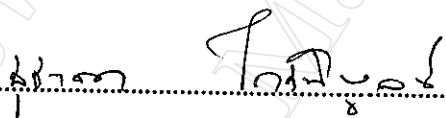
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
พฤศจิกายน 2545

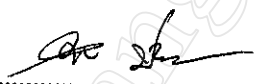
ผลการฝึกพลัยโอเมตริกด้วยเทคนิค Multiple Box-to-Box  
Squat Jumps และ Depth Jump ที่มีต่อการกระโดด  
ของนักกีฬาโอลิมปิก

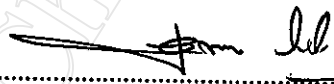
รัชพล น้อยแก้ว

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

  
..... ประธานกรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุตาคา ไกรพิบูลย์

  
..... กรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาयনী ประรตนาผล

  
..... กรรมการ  
รองศาสตราจารย์อุเทน ปัญโญ

12 พฤศจิกายน 2545

©ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

### กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาอย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา ไกรพิบูลย์ ประธานกรรมการ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สายนที ปรรารถนาผล และรองศาสตราจารย์อุเทน ปัญญา กรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระซึ่งกรุณาให้ความรู้ คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ และตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่อง รวมทั้งให้ข้อคิดต่าง ๆ ผู้ศึกษารู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ นักกีฬาบอลเลย์บอล ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บข้อมูล ขอขอบพระคุณบุคลากรของโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 26 ตำบลน้ำดิบ อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูนทุกท่านที่เป็นกำลังใจในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบคุณ คุณชิตินทรีย์ บุญมา และคุณปริยาพัชร ไสแสง ที่ให้ความช่วยเหลือ และให้คำปรึกษา เป็นกำลังใจมาโดยตลอด ขอขอบคุณเพื่อนนักศึกษาศาखाวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา ที่คอยเป็นกำลังใจเสมอมา

และที่จะขาดมิได้ ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬาทุกท่าน ที่ได้กรุณาถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจ และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ในการศึกษาครั้งนี้ จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี คุณค่า และประโยชน์ของการค้นคว้าแบบอิสระนี้ ขอมอบแด่ผู้มีพระคุณทุกท่าน

รัชพล หน่อแก้ว