

ผลของการฝึกความแข็งแรงกล้ามเนื้อแกนกลางต่อการทรงตัวแบบเคลื่อนที่  
ของนักกีฬาฟุตบอลโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ณัฐภูมิ จันทราช

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กุมภาพันธ์ 2555

ผลของการฝึกความแข็งแรงกล้ามเนื้อแกนกลางต่อการทรงตัวแบบเคลื่อนที่  
ของนักกีฬาฟุตบอลโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ณัฐภูมิ จันทราช

วิทยานิพนธ์นี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา  
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
All rights reserved  
กุมภาพันธ์ 2555

ผลของการฝึกความแข็งแรงกล้ามเนื้อแกนกลางต่อการทรงตัวแบบเคลื่อนที่  
ของนักกีฬาฟุตบอลโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ณัฐภูมิ จันทราช

วิทยานิพนธ์นี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



.....ประธานกรรมการ  
รศ. ธนกร ช้างน้อย

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์



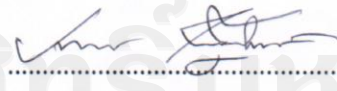
.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก  
ผศ.ดร. เพียรชัย คำวงษ์



.....กรรมการ  
ผศ.ดร. เพียรชัย คำวงษ์



.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม  
ผศ.ดร. ประภาส โปธิ์ทองสุนันท์



.....กรรมการ  
ผศ.ดร. ประภาส โปธิ์ทองสุนันท์

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

12 กุมภาพันธ์ 2555

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพียรชัย คำวงษ์ ประธานกรรมการวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์ คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ธนกร ช่างน้อย ที่ได้ให้คำปรึกษาและแนะนำตลอดจนช่วยแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ รวมถึงอาจารย์สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอน ถ่ายทอดความรู้ที่เป็นประโยชน์ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ คุณมณี จันทราช และ สุภาพ จันทราช ที่มอบโอกาสในการศึกษาระดับปริญญาโทสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา ทั้งเป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือตลอดการศึกษา

ขอขอบพระคุณ คุณมรกต จันทราช และ คุณปวีณ วิทยาภรณ์ ที่เป็นกำลังใจตลอดจนให้คำปรึกษาและช่วยเหลือให้การศึกษานี้สำเร็จได้

ขอขอบพระคุณ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการใช้สถานที่ในฝึกกลุ่มทดลอง และเก็บข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้

ขอขอบคุณนักกีฬาฟุตบอลชายรุ่น 40 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมการศึกษาครั้งนี้

ณัฐภูมิ จันทราช