

## บรรณานุกรม

### หนังสือ

กานดา พูนลาภทวี. 2539. สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ : ฟิสิกส์เซ็นเตอร์.

เจริญ กระบวนรัตน์. 2538. เทคนิคการฝึกความเร็ว. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

\_\_\_\_\_. 2545. หลักการและเทคนิคการฝึกกรีฑา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เจริญทัศน์ จิตนเสรี. 2539. การฝึกสมรรถภาพทางกาย. กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์.

ชูศักดิ์ เวชแพศย์. 2525. สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. พิมพ์ครั้งที่ 2.

กรุงเทพฯ : ภาควิชาสรีรวิทยา. คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.

ชูศักดิ์ เวชแพศย์และกันยา ปาละวิวัฒน์. 2536. สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. พิมพ์ครั้งที่ 4.

กรุงเทพมหานคร : ชรรคมลการพิมพ์.

จิตติกร ศิริสุขเจริญพร. 2540. วิทยาศาสตร์การกีฬา. ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์.

สถาบันราชภัฏสวนดุสิต

ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร. 2533. การฝึกความแข็งแรงสำหรับกลุ่มนักกีฬาว่ายน้ำ. วารสารสมาคมผู้ฝึกสอนว่ายน้ำ. (1 กุมภาพันธ์ 2533), 20-29.

ทวีศักดิ์ นารายณ์. 2521. กรรมการเจ้าหน้าที่ว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา.

เทเวศร์ พิริยะพจนท์. 2527. ผู้ฝึกและกรรมการกีฬาว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ธวัช วีระศิริวัฒน์. 2538. หลักการและการฝึกกีฬา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

นที รักษ์พลเมืองและวิชัย วนดุรงค์สุวรรณ. 2530. กีฬาวงศศาสตร์พื้นฐาน.

กรุงเทพฯ : ภาควิชาศัลยแพทย์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด คณะแพทยศาสตร์  
ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.

นันท์ บุรณะศิริ. 2532. วารสารสมาคมผู้ฝึกสอนว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ : สมาคมผู้ฝึกสอนว่ายน้ำ.  
ฉบับที่ 1/2532 ประจำเดือนมีนาคม.

ประจวบ ตันตราภรณ์. 2538. วารสารเก็บเล็กผสมน้อยเกี่ยวกับการว่ายน้ำ สระว่ายน้ำ. ปีที่ 8  
ฉบับที่ 8 ประจำเดือนพฤศจิกายน 2536 – มกราคม 2537.

ประทุม ม่วงมี. 2527. รากฐานทางสรีรวิทยาของการออกกำลังกายและการพลศึกษา.

กรุงเทพมหานคร : บุรพาสาน.

ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย. ม.ป.ป. การฝึกสมรรถภาพทางกาย.

กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์.

พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

\_\_\_\_\_. 2540. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 7.

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์และทำปกเจริญผล.

พีระพงษ์ บุญศิริ. 2532. สรีรวิทยาการออกกำลังกาย (วิทยาศาสตร์การกีฬา).

กรุงเทพฯ : โอ เอส พรินติ้ง เฮ้าส์.

มงคล แฝงสาเคน. 2541. วิทยาศาสตร์การกีฬา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : โสภณการพิมพ์.

วารสารว่ายน้ำเชิงวิชาการ. (2545 : 2546). วิธีการวิเคราะห์การแข่งขันกีฬาว่ายน้ำ.  
พฤษภาคม 2545 – เมษายน 2546. (ฉบับรวมเล่ม : 26-30).

วัลภา ชัยยงค์. 2537. ประโยชน์ของการทดสอบสมรรถภาพทางกาย. สารว่ายน้ำ.  
(พฤษภาคม – กรกฎาคม 2537). 14.

วัลลีย์ ภัทโรภาส. 2531. หลักการฝึกนักกีฬาว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

วุฒิพงษ์ ปรมัตถการและอารี ปรมัตถการ. 2539. วิทยาศาสตร์การกีฬา.  
กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. 2539. สมรรถภาพทางกายและทางกีฬา. กรุงเทพฯ : โรงเรียนกีฬาเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล.

สุพิตร สมาหิโต. 2532. ยุทธศาสตร์สำหรับผู้ฝึกสอนกีฬา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

สมศักดิ์ กลับหอม. 2540. กลยุทธ์การฝึกและการจัดการกีฬาว่ายน้ำ.  
วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง. กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ.

สุรินทร์ จูดีดำรงค์พันธ์, นายแพทย์. 2545. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ.  
ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์. คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

สุเทพ บุณกุล และคณะ. 2532. คู่มือการฝึกสอนว่ายน้ำระดับเบื้องต้น.  
กรุงเทพฯ : บริษัท สตรามิต จำกัด.

สุนต นวกิจกุล. 2524. การสร้างสมรรถภาพทางกาย. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช

หาญพล บุญยะเวชชีวัน. 2535. **Sport Conditioning**. วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ  
(18 เมษายน 2535), 22-23.

อนันต์ อัฐชู. 2521. ภายวิภาคและสรีรวิทยา. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

\_\_\_\_\_. 2527. สรีรการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

\_\_\_\_\_. 2538. หลักการฝึกกีฬา. พิมพ์ครั้งที่ 2. สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช : กรุงเทพฯ.

### วิทยานิพนธ์

เฉลิม ทรทัฬ. 2544. “ผลของการฝึกว่ายน้ำด้วยเวลาพักต่างกันที่มีต่อความเร็วในการว่ายน้ำท่ากบ ระยะทาง 100 เมตร”. วิทยานิพนธ์ ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (สำเนา)

เฉลิมพล ลาเลิศ. 2547. “ผลการฝึกว่ายน้ำโดยการควบคุมเวลาพัก และการกำหนดเวลาพักด้วยอัตราการเต้นของชีพจรที่มีต่อความเร็วในการว่ายน้ำท่าครอว์ล ระยะทาง 50 เมตร”. วิทยานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (สำเนา)

ชัยเวช สุวรรณวงศ์. 2531. “ผลของการวิ่งเหยาะและการฝึกแอโรบิคตามที่มีต่อสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย”. วิทยานิพนธ์ คุรุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (สำเนา)

บรรจบ ชำนาญภักดี. 2547. “เปรียบเทียบระยะเวลาฟื้นตัวของการว่ายน้ำ โดยวิธีการยื่นพักในน้ำกับการดำน้ำเป่าลมที่ใช้ระยะเวลาเวลาที่แตกต่างกัน”. วิทยานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (สำเนา)

ไพฑูรย์ แยมประสาน. 2529. “ผลของการอบอุ่นร่างกายที่มีของช่วงเวลาพักแตกต่างกันต่อสมรรถภาพการจับออกซิเจนสูงสุดและการปรับตัวของระบบไหลเวียนโลหิตเมื่อออกกำลังกายถึงระดับเกือบสูงสุดด้วยวิธีออสเตรานด์”. วิทยานิพนธ์ คุรุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (สำเนา)

- ไพรัช เลิศเกียรติศักดิ์. 2526. “เปรียบเทียบการฟื้นตัวหลังการออกกำลังกายระหว่างวิธีการดื่มน้ำเย็นการชะโลมตัวด้วยน้ำเย็นและการนั่งพักในห้องอุณหภูมิต่ำ”. ปรินญานิพนธ์ ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (สำเนา)
- ภาสกร บุญนิยม. 2533. “ระยะเวลาฟื้นตัวหลังการออกกำลังกายโดยวิธีการสูดออกซิเจนกับการนั่งพัก. ปรินญานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)
- มาลินี คล่องเชิงสาร. 2540. “ระยะเวลาการฟื้นตัวกลับสู่สภาพปกติของอัตราชีพจรหลังการออกกำลังกายของนักเรียนประถมศึกษา”. ปรินญานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)
- ศิริพร ทองศิริ. 2530. “อัตราชีพจรและปริมาณแลคเตทในเลือดในช่วงการฟื้นตัวโดยวิธีพักเฉย ๆ แบบไม่หยุดนิ่ง”. ปรินญานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)
- ศุภิพร แซ่ฉั่ว. 2529. “การเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายบางด้านของนักเรียนชายอายุ 15-17 ปี ภายหลังจากฝึกเดินและวิ่งเหยาะ”. ปรินญานิพนธ์ ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (สำเนา)

### Books

- Counsilman, James E & Counsilman, Brain E. (1994). **The New Science of Swimming**. New Jwesy : Eglewood Clifs.
- Counsilman, James E. 1987. **Competitive Swimming Manual for Coaches and Swimmers**. London : Pelham Books Ltd.
- \_\_\_\_\_, James E. 1996. **The Science of Swimming**. New Jwesy : PrenticeHall, Inc.
- Pook Talter. Sard & and Harold J. Vandery. **Foundation and Princibles of Physical Education**. P.134 – 136.

Hardayal, Singh. **Sport Training General Theory B Method**. India : Phylkian Press.

Hutinger, Paul Willard. 1972. “**Comparisons of Isokinetic, Isotonic and Isometric Development Strength to Speed in Swimming the Crawl Stroke**,” Dissertation Abstracts International.

Juba, Kelvin. 1988. **Fit for Swimming**. London : Pavilion Books Limited.

Klafs, Carl E. and Amheim, Daniel D. 1973. **Modern Principle of Athletic Training**. Saint Louis : The C.V. Mosby Company.

Mollet, Rsout. “**Interval Training LeSport – Revue**, April; 1958.

OCorner, Nancy Jane. 1972 “**The Effects of Two Training Methods in Swimming Class on Human Pulse Rates and Swimming Time**,” Dissertation Abstracts International.

Siebers, Lynn S. and McMurray, Robert G. 1981. “**Effect of Swimming and Walking on Exercise Recovery and Subsequent Swim Performance**,” The Research Quarterly.

Treefene, R.J. Predict Performance. 1978. “**Heart Rate Monitoring for Swim Training**,” The International Swimmer.

Treefene, R.J. 1987. **Swimming Performer Test on Anarobic Training Theory**. Scots, Mcd.

Zhenying, Jiang. 1992. “**The Effect of Qi Gong Training on Post Workout Anxiety, Mood State and Heart Rate Recovery of High School Swimmers**,” Dissertation Abstracts International.