

บรรณานุกรม

ขวัญชัย เชาว์สุโข และปรีดา รอดโพธิ์ทอง. 2523. ตำรากริษา. กรุงเทพมหานคร :
ไอเดียเนสโตร์.

เจริญ กระบวนรัตน์. 2538. เทคนิคการฝึกความเร็ว. กรุงเทพมหานคร :
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ชัยสิทธิ์ สุริยจันทร์ และคณะ. 2525. กริษา. ม.ป.ท. : วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่.

ชัยรัตน์ ศรีเพ็ชรดี. 2531. “การฝึกความอ่อนของลำตัว”, ปริญญาานิพนธ์การศึกษา
มหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
(สำเนา)

ชอุณห รุ่งประพันธ์. 2519. “ผลการฝึกความอ่อนตัวแบบบอลิสติกที่มีต่อความเร็วในการ
ว่ายน้ำแบบครอว์ล”, ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)

ชูศักดิ์ เวชแพศย์ และกัลยา ปาละวิวัฒน์. 2528. สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย.
พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : เทพรรัตน์การพิมพ์.

----- 2536. สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย.
พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร : ชรรคมลการพิมพ์.

ชูศรี วงศ์รัตน์. 2525. สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพมหานคร : คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ประคอง วรรณสุด. 2522. สถิติศาสตร์ประยุกต์สำหรับครู. กรุงเทพมหานคร :
ไทยวัฒนาพานิช.

ประเสริฐศักดิ์ โลหะไพบุลย์กุล. 2528. “ผลการฝึกความอ่อนตัวที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำแบบครอว์ลระยะทาง 100 เมตร”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)

ปิยะพงศ์ อางองค์. 2523. “ผลของการฝึกการถ่วงน้ำหนักที่มีต่อความเร็วในการวิ่ง”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร. (สำเนา)

มาโนช บุตรเมือง. 2539. “ผลของการฝึกความอ่อนตัวแบบอยู่กับที่และแบบเคลื่อนที่ที่มีต่อความเร็วในการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ ระยะทาง 50 เมตร”, วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (สำเนา)

ยุทธนา โฉมงาม. 2535. “ผลของการฝึกความอ่อนตัวที่มีต่อทักษะในกีฬาชกกี”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)

วัฒนา สุริยจันทร์. 2531. “ผลการฝึกความอ่อนตัวที่มีต่อความสามารถในการวิ่งข้ามรั้ว”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร. (สำเนา)

วิชัย วนคุรงค์วรรณ และคณะ. 2539. กีฬาเวชศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วิลาวัณย์ ตั้งฤดี. 2526. “ผลการฝึกความอ่อนตัวที่มีต่อความสามารถในการเล่นบาสเกตบอล”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)

วีระ วิเศษสมิต. 2523. เอกสารประกอบการเรียนวิชา PE.241. กรุงเทพมหานคร :

โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

วุฒิพงษ์ ปรมัตถากร และอารี ปรมัตถากร. 2532. วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพมหานคร :

ไทยวัฒนาพานิช.

ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. 2539. สมรรถภาพทางกายและทางกีฬา. โรงเรียนกีฬาเวชศาสตร์.

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล.

สุปราณี สิ้นพรหมราช. 2521. “ผลของการฝึกกล้ามเนื้อโดยใช้น้ำหนักที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร. (สำเนา)

สุนทร แม้นสงวน. 2525. กรีฑา 3. กรุงเทพมหานคร : คุณพินอักษรกิจ.

สุรีย์ อรรถกร. 2535. “ผลการฝึกความอ่อนตัวที่มีต่อการขึ้นกระโดดไกล”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร. (สำเนา)

สมนึก มากภิบาล. 2531. “ผลของการฝึกความอ่อนตัวที่มีต่อความสามารถในการกระโดดสูง”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)

สมชาย กำปั่นทอง. 2532. “ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อควบคู่กับการฝึกความอ่อนตัวที่มีต่อความแม่นยำในการยิงประตูบาสเกตบอลแบบยืนยิงมือเดียว”, ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)

หาญพล บุญยะเวชชีวิน. 2535. "Sport Conditioning", วารสารศึกษาศาสตร์ศึกษา และ
สันทนาการ. 18 (4) 22-23.

อนันต์ อัดชู. 2536. หลักการฝึกกีฬา. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.

อภิรักษ์ ชัยครุฑ. 2535. ยืดเส้นเสริมสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : รุ่งแสงการพิมพ์.

เอื้อมพร จันลอย. 2520. "เปรียบเทียบผลของการฝึกทักษะอย่างเดียวกับการฝึกทักษะควบ
คู่กับการฝึกกล้ามเนื้อที่มีต่อความสามารถในการพุ่งแหลน", ปรินญา
นิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร. (สำเนา)

Baley, James A. 1977. Illustrated Guide to Developing Athletic Strength, Power And
Agility. New York : Parker Publishing Company Inc.

Bloom, Joyce L. 1982. "A Study of the Effects of Static and Ballistic Stretching
Exercise Program on Flexibility", Dissertation Abstracts International. 43 :
(October 1982) 1078-A.

Boling, Robert B. 1972. "The Investigation of Four Method of Training in Developing
Plantar Flexion and Strength of the Lower Leg in the College Male",
Dissertation Abstracts International. 33 : (October 1972) 1483-A.

Corbin, Charles B. and others. 1970. Concept in Physical Education with Laboratories
and Experiments. Iowa : W.M.C. Brown.

Corbin, Charles B. 1978. Concept in Physical Education with Laboratories and
Experiments. Iowa : W.M.C. Brown.

- Devries, Herbert A. 1962. "Evaluation of Static Stretching Procedures for Improvement of Flexibility", The Research Quarterly. 33 : (May 1962) 222-229 .
- Devries, Herbert A. 1980. Physiology of Exercise for Physical Education and Athletic.
3re. s.l.: s.n.
- Dintiman, George B. 1965. "The Effect of Various Training Program on Running Speed", Dissertation Abstracts International. 25 : (July 1965) 270.
- Jorndt, George T. 1973. "The Effects of Exercise and Ankle Flexibility on Three Swimming Kicks", Dissertation Abstracts International. 34 :
(September 1973) 1118-A.
- Pollock, Michael L., Jank H. Wilmore and Sammel M. Fod. 1978. Health and Fitness Through Physical Activity. Canada : John Wiley and Son.
- Priest, Nila Nelson. 1986. "Comparative Effects of Two Programs of Aerobic Dance on Flexibility, Body Composition and General Physical Condition of Selected College Woman", Dissertation Abstracts International. 44 :
(January 1986) 2086-A.
- Ross, Aewin T. 1970. "Selected Training Procedures of the Development of Arm Extensor Strength and Swimming Speed of the Sprint Crawl Stroke", Dissertation Abstracts International. 31 : (June 1970) 2727-A.
- Shasby, Gregory B. 1977. "The Flexibility Response of Young and Elderly Subjects to the Eight Program of Static Stretching Exercise", Dissertation Abstracts International. 38 : (July 1977) 158-A.