

**บรรณานุกรม**

## บรรณานุกรม

### หนังสือ

- กานดา พูนลาภทวี. 2538. สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพมหานคร : ฟิสิกส์เซ็นเตอร์.
- กานดา ใจภักดี. 2542. วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : ดวงกมล.
- กรรวิ บุญชัย. 2540. คีเนสิโอโลยีเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เจริญ กระบวนรัตน์. 2545. หลักการ และเทคนิคการฝึกกรีฑา. กรุงเทพมหานคร :  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ชาญชัย โพธิ์คลัง. 2539. หลักพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ในการฝึกกรีฑา. กรุงเทพมหานคร :  
โอ.เอส.พรินติ้งเฮาส์.
- ชูศักดิ์ เวชแพทย์และกัญญา ปาละวิวัฒน์. 2536. สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. พิมพ์ครั้งที่ 4.  
กรุงเทพมหานคร : ชรรคมกมลการพิมพ์.
- ธวัช วีระศิริวัฒน์. 2538. หลัก และการฝึกกรีฑา. กรุงเทพมหานคร : โอ. เอส. พรินติ้ง เฮ้าส์.
- พิชิต ภูมิจันทร์. 2535. วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพมหานคร : โอ. เอส. พรินติ้ง เฮ้าส์.
- พีรพงศ์ บุญศิริ. 2538. วิทยาศาสตร์ว่าด้วยกลไกการเคลื่อนไหวของร่างกาย. พิมพ์ครั้งที่ 2.  
กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พรินติ้งเฮาส์.
- \_\_\_\_\_. 2536. จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพมหานคร : โอ. เอส. พรินติ้ง เฮ้าส์.
- ฟอง เกิดแก้ว. 2535. กรมพลศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร : วัฒนาพานิช.

อภิรักษ์ เทียนทอง. 2549. การฝึกด้วยน้ำหนักเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

### วิทยานิพนธ์

ขันติ พุทธพงศ์. 2535. ผลของการฝึกเสริมแบบพลัยโอเมตริกที่มีต่อพลังกล้ามเนื้อขาของนักกีฬา. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (สำเนา)

ชลิต ประทุมศรี. 2526. ผลการฝึกโดยใช้เครื่องลากถ่วงน้ำหนักที่ต่อความเร็วในการวิ่ง 100 เมตร. วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.(สำเนา)

दनัย ดวงภูมิเมศรี. 2544. ผลของการฝึกยกน้ำหนัก 6 RM การฝึกยกน้ำหนัก 12 RM และการฝึกพลัยโอเมตริกที่มีต่อกำลังกล้ามเนื้อขา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.(สำเนา)

ถาวร กุมทศรี. 2541. ผลของการฝึกยกน้ำหนักในระดับความหนักต่างกันที่มีต่อกำลังกล้ามเนื้อขา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.(สำเนา)

ธนา กิตติวีรพันธ์. 2522. ผลของการใช้รองเท้าน้ำหนักฝึกกล้ามเนื้อขาที่มีต่อความแม่นยำในการยิงประตูฟุตบอล. วิทยานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.(สำเนา)

เนตร ทองธาระ. 2545. ผลของการฝึกเสริมพลัยโอเมตริกด้วยน้ำหนักที่มีต่อการพัฒนาความเร็วของนักกีฬาฟุตบอล. วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (สำเนา)

บัณฑิต แพนกลิ่นฟ้า. 2523. เปรียบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาระหว่างวิธีวิ่งกระโดดข้ามรั้วกับวิธีวิ่งขึ้นบันได. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (สำเนา)

ประวิทย์ ประมาณ. 2546. การเปรียบเทียบการฝึกยกน้ำหนักด้วยพีระมิดสองรูปแบบที่มีต่อการพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (สำเนา)

ปรีชา ร่มบ้านโหล๊ะ. 2540. ผลการฝึกแบบโคลสไคเนติกเซนกับโอเพนไคเนติกเซนต่อการเพิ่มความแข็งแรง ความเร็วและพลังของกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (สำเนา)

ปิยนุช ขุนสวัสดิ์. 2543. ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อควบคู่กับความอ่อนตัวที่มีต่อความเร็วในการว่ายน้ำท่ากบ 100 เมตร. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (สำเนา)

พรหมเมศ จักขุรักษ์. 2534. ผลของการเสริมการฝึกด้วยน้ำหนักและพลัยโอเมตริกที่มีต่อความแข็งแรงและ พลังกล้ามเนื้อของนักกีฬารักบี้ฟุตบอล. วิทยานิพนธ์มหาวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (สำเนา)

เร่ม มณีธรรม. 2546. ผลของการฝึกพลัยโอเมตริกและการฝึกด้วยน้ำหนักที่มีต่อความเร็วในการวิ่งระยะทาง 50 เมตร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (สำเนา)

วีรศักดิ์ อักษรเศ. 2546. ผลของการฝึกกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าแบบโคลสไคเนติกเซนและโอเพนไคเนติกเซน ต่อความเร็วในการว่ายน้ำท่ากบ. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (สำเนา)

สวนรรณ ช่วยสงฆ์. 2548. ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและความอ่อนตัวของนักกีฬาว่ายน้ำชายที่มีต่อความเร็วในการว่ายน้ำท่าผีเสื้อระยะทาง 100 เมตร. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (สำเนา)

โสภา กุศลวงศ์. 2543. ผลของโปรแกรมการฝึกต่างแบบที่มีต่อพลังกล้ามเนื้อและเวลาตอบสนองของการเตะเฉียงในกีฬาเทควันโด. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (สำเนา)

อัปเดตหาดี อุซึ่ง.2541. ผลของการฝึกยกน้ำหนักในระดับความหนักต่างกันที่มีต่อความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าขา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.  
(สำเนา)

Freddid, H.Fu. 1992. “ Currnt Concepts for Rehabilitation Following Anterior Cruciate Ligameent Reconstruction,” **Journal of Orthopaedic Sport Physical Therapy**. 15  
(June.1992).270-277.

Frost, Reuben B. 1975. **Physical Education Foundatiion Practices Principles**.New York :  
Addison Wesley Publishing Company.

Glenn, Lee Bestor. 1972. “**The Effect of an Isotonic Weight Training Program on Speed in Three Competitive Strode in College in Swimming**”. Dissertation Abstracts  
International. 32(9) (March 1972) : 5012-A.

Gould, James A.1990. **Orthopaedic Sport Physical Therapy**. Saint Louis :The C.V. Mosby  
Company.

Hamiton, Nancy. Ph.D., Luttgens, Kathryn.Ph.D. 2002. **Kinesiology**. Tenth Edition. USA : The  
McGraw-Hill Companies.

Hutinger, Paul Willard. 1971. “**Compresion of Isokinetic Isomertic and Isotonic Developed Strength to Speed in Swimming the Crawl Stroke**”. Dissertation Abstracts  
International. 31(9) (March 1971 ) : 4522-A

Jacobson, Bert Hans. 1984. “**The Effect of two Type of Isotonic Resistance Training, Movement Time, and Reaction Time in the knee Extension Muscle**”. Dissertation  
Abstracts International. 45 (1984.September) : 785-A.

- Olson, Kevin.1984. **“An Isotonic Universal Gym Weight Training Program for Dancers to Increase Strength,Dispel Mytths,and Increase Subjective and Objective Dance Technique”**. Dissertation Abstracts International. 45 (July.1991) : 118-A.
- Pauletto, Bruno. 1991. **Strength Training for Coaches**. linois:Leisure press.
- Penny, Guy Dee. 1971. **“A Study of the Effect of Resistance Running on Speed,Strength Power muscular Endurance and Agility”**. Dissertation Abstracts International. 31(May.1971).39337-A
- Razzook, Noayyak Ezzat. 1979. **“A Comparison of effects of Standard Weight Training Program and a Dynamic Weight Lifting Program on the Muscular Development of Male College Students”**. DissertationAbstractsInternational. UU40 (December1979). 3188-A
- Susan J. Hall, PH. D. 1999. **Basic Biomechanics**. Third edition. Singapore : McGraw-Hill Book Co.
- Thompson, Hugh L.and Stull, Alan g. 1958, **“Effect of Various Training Program on Speed of Swimming”**. The research Quarterly. 30 (December 1958) : 479-485
- Wilcox, Ronald Jack. **“A comparion of Two Weight Traing Methods Design to Develop Leg Strength”**. Dissertation Abstracts International. 32 (October.1971) :1908 A.