

บรรณานุกรม

- กิตติกุล ศิลปวิทยกุล. **วอลเลย์บอล กฏกติกา พื้นฐานการเล่น**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์บ้านปัญญา, 2544
- เจริญ กระบวนรัตน์. **การอบรมเชิงปฏิบัติการวิทยาศาสตร์การกีฬา : การพัฒนาวัดความสามารถของนักกีฬาและการจัดการแผนการซ้อม**, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544
- เจริญ กระบวนรัตน์. **เทคนิคการฝึกซ้อมกีฬา**. ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2540
- ฉัตรชัย แผงสาเคน และเสรี สุวรรณภักดิ์. **วอลเลย์บอล**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์เอ็มพันธ์จำกัด, 2545
- ชัยรัตน์ วังศิริไพศาล. **วอลเลย์บอล**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์วังอักษร, 2542
- ชิตินทรีย์ บุญมา. **ผลการฝึกพละยโสมตริกการฝึกด้วยน้ำหนักที่มีความแม่นยำในการยิงประตู** **บาสเกตบอลแบบเลย์-อัฟ**. ปรินญาวิทยาสาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2545
- ณัฐพงศ์ ดีไพโร. **ผลการฝึกพละยโสมตริกต่อการเปลี่ยนแปลงการกระโดดแนวตั้งของนักกีฬา** **บาสเกตบอล**. ปรินญาวิทยาสาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544
- ประเสริฐศักดิ์ บุญศิริโรจน์. **ผลการฝึกพละยโสมตริกการฝึกด้วยน้ำหนักที่มีผลต่อความสามารถในการยืนกระโดดแตะฝ่าผนัง**. ปรินญาศิลปศาสตร มหาบัณฑิต(พลศึกษา) สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2538
- พานิช ไชยศรี. **หลักวิทยาศาสตร์ในการฝึกกีฬา**. กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2539
- เพียรชัย คำวงษ์. **การฝึกกำลังกล้ามเนื้อด้วยวิธี Stretch – Shortening Exercise**. สารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬาปีที่ 4 ฉบับที่ 1, 2537
- ยุติธรรม วัฒนาวงศ์. **โปรแกรมการฝึกการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอล**. ปรินญาวิทยาสาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 2544
- สมพงษ์ วัฒนาโกคยกิจ. **ผลของการฝึกด้วยพละยโสมตริกโดยใช้ถ่วงระดับความสูงต่าง ๆ กันที่มี** **ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอลชาย**. ปรินญาวิทยาสาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2541
- อุทัย สงวนพงศ์. **คู่มือวอลเลย์บอล**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสปอร์ต, 2534
- อุเทน ปัญโญ . **ระเบียบวิธีวิจัย**. สาขาวิชาวิจัยและสถิติ ภาควิชาประเมินและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544

- Adam K, O'Shea JP, O'Shea KL and Climstein M.(1992) **The Effect of 6 weeks of Squat, Plyometric and Squat-Plyometric Training on Power Production.** Journal of Applied Sport Science.
- Allerheikigen, W.B.(1994)**Speed Development and Plyometric Training, In T.R. Baechle (ed).** Essentials of strength training and conditioning. Human kinetics,
- Blattner. S. and L. Noble.(1979) **Relative Effects of Kinetic and Plyometric Training Onvertical Jumping Performance.** Res.Q
- Brown ME, Mayhew JL and Boleach LW.(1986) **The Effect of Plyometric Training on The Vertical Jump of High School Boy's Basketball Players.** J Sports Med Phys Fitness.
- Baechle TR and Earle RW. **Essentials of Strength Training and Conditioning** 2nd ed. Human Kinetics, Hong Kong. (1994)
- Chu.D.A. (1991) **Jumping Into Plyometric:** Champaign IL. Leisure Press.
- Chu.D.A.(1992) **Jumping Into Plyometric:** Champaign IL. Leisure Press.
- Chu.D.A.and L.Plummer.(1984) **Jumping Into Plyometric:** The language of plyometric. NSCA Journal. <http://www.spinalhealth.net/plyometric.html>. (2001,Sep,21)
- Chu.D.A.(1983)**Plyometric:The Link Between Strength and Speed.** NSCA Journal
- Duda M. Plyometric.(1988) **Plyometric: A Legitimate Form of Power Training.** The physician Sports Med; 13:213 – 218.
<http://www.verticaljump.com/thml/trial.html>
- Parcells,R. (1977) **The Effect of Depth Jumping and Weight Training on Vertical Jump.** Unpublished master's thesis. Ithaca College, Ithaca,NY.
- Polhemus.R.and Burdhardt E, (1980) **The Effect of Plyometric Training Drill on The Physical Strength Gains of collegiate Football Plays.** NSCA Journal
- S.T.A.R. Sytems. (1999) **Explosive Jumping Training Products from S.T.A.R Systems Sports Performance;Jumping Power.**(Online) <http://www.starsystems.com/exjump.htm> (2001,July,13)
- Verkhoshanski Y. (1969) **Prespectives in The Improvement of Speed-Stregth Preparation of Jumps.** Yessis Review of Soviet Physical Education and Sports.
- Verkhoshanski Y. (1973) **Depth Jumping in The Training of Jumps.** Track Technique.