

บรรณานุกรม

- จรรยาพร ธรนินทร์. **กายวิภาคและสรีรวิทยาการออกกำลังกาย**. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2522.
- เจริญ กระบวนรัตน์. **การฝึกสมรรถภาพทางกาย**. ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย. ไทยมิตรการพิมพ์, 2536.
- เจริญ กระบวนรัตน์. **เทคนิคการฝึกความเร็ว**. ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2538.
- เจริญ กระบวนรัตน์. **การอบรมเชิงปฏิบัติการ"วิทยาศาสตร์การกีฬา : การพัฒนาขีดความสามารถของนักกีฬา และการจัดทำแผนฝึกซ้อม"** มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544.
- เจดีย์ พิมพ์พันธ์. **บาดเจ็บบอล**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2537.
- ชูศักดิ์ เวชแพทย์ และกันยา ปาละวิวัฒน์. **สรีรวิทยาการออกกำลังกาย**. กรุงเทพฯ. ชรรคมลการพิมพ์, 2536.
- ณัฐพงษ์ ดีไพร .**ผลการฝึกพละไอเมตริกต่อการเปลี่ยนแปลงการกระโดดแนวตั้งในนักกีฬาบาดเจ็บบอล**. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544.
- ประพันธ์ กิ่งมิ่งแฮ. **คินิสิโอโลยี**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มิตรสยาม, 2521.
- ปิยพงษ์ ร่องหานาม. **ผลการฝึกกำลังกล้ามเนื้อแบบไอโซโทนิกด้วยความเร็วต่างอัตราที่มีต่อความสามารถในการขึ้นกระโดดในแนวตั้ง**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์ , 2531.
- พิชิต ภูติจันทร์. **สรีรวิทยาการออกกำลังกาย**. พิมพ์ครั้งที่ 2 , กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2535.
- เพชรชัย คำวงษ์. **การฝึกกำลังกล้ามเนื้อด้วยวิธี Stretch-Shortening Exercise**. สารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬาปีที่ 4 ฉบับที่ 1, 2537.
- ภูษิต ถาดา. **การเปรียบเทียบผลการฝึกเสริมไอโซโทนิกควบคุมพละไอเมตริก, กับไอโซโทนิก, ไอโซเมตริกควบคุมพละไอเมตริก ที่มีต่อพลังกล้ามเนื้อขาและแขน**. วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (พลศึกษา) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- วุฒิพงษ์ ปรมัตถากร และอารี ปรมัตถากร. **วิทยาศาสตร์การกีฬา**. พิมพ์ครั้งที่ 1 , กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2532.

- วัลลีย์ ภัทรโรภาส. **ว่ายน้ำ**. ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2531.
- สมชาย ประเสริฐศิริพันธ์. **การฝึกสมรรถภาพทางกาย**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยมิตร, 2536.
- สุริยงค์ ชวนขยัน. **ผลของการฝึกกล้ามเนื้อที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ในการฝึกทักษะการเล่นกีฬา
บาสเกตบอล**. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2522.
- Allerheiligen. WB. **Speed Development and Plyometric Training**. Essentials of strength
training and condition. Chapter 20, 1994.
- Blucher , C.A. **Foundation of Physical Education**. Saint Louis : the C.V Mosby Company.
1965.
- Brown Me, Mayhew JL and Boleach LW. **The effect of plyometric training on the vertical
jump of high school boys'basketball player**. J sports Med Physical Fitness, 1986.
- Chu. D.A. **Plyometric**:The link Between Strength and Speed. NSCA Journal, 1983.
- Chu. D.A. and Plummer L. **Jumping into plyometric:The language of plyometrics**. NSCA
Journal, 1984.
- Duncan, J.J., Gordon , N.F. and Scott. **Women walking for health and fitness**. Journal of the
American Medical Assiciation. 226:3295-3299, 1992.
- Dura M. Plyometric. **Plyometric:A Legitimate Form of Power Training**. The physician Sports
Med; 13:213-218. 1988.
- Huber. J. **Increasing a driving vertical jump throughing**. Assoc.J . 1987.
- Parcells, R. **The effect of depth jumping and weight training on vertical jump**. Unpublished
master's thesis. Ithaca college, Ithaca, NY, 1977.
- Radcliffe. J.P., and Farentinos. **Plyometrics**. (2 nd.ed.) Illinois: Human Kinetics Publishing,
1976.
- Verkhoshanski Y. **Perspectives in the improvement of speed-strength preparation of
Jumpers**. Yessis Review of Soviet Physical Education and sports, 1969.
- Westcott, W.L. **Stregth Fitness**: Physiological principles and training techniques. Boston:Allyn
and Bacon, 1987

Wilk and other. **Stretch-Shortening drills for the upper extremities** : Theory and clinical

J.Appl. Sport & Phy. Trng. 17:255-239, 1993.

<http://www.bodybuilding.com/fun/inmag21.htm>

<http://www.home.who.r.r.com/tkohl/jmptrain.htm>



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved