

บรรณานุกรม

- การกีฬาแห่งประเทศไทย.2526.การฝึกสมรรถภาพทางกาย.ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬา
แห่งประเทศไทย.กรุงเทพฯ.
- ขันติ พุทธิพงศ์.2535.ผลของการฝึกเสริมรูปแบบพลัยโอเมตริกที่มีต่อความแข็งแรงและพลัง
กล้ามเนื้อของนักกีฬา.วิทยานิพนธ์ปริญญาโท.จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.กรุงเทพฯ.
- ฐิติกร สิริสุขเจริญพร.2540.วิทยาศาสตร์การกีฬา.สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.กรุงเทพฯ.
- ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร.2534.การฝึกพลัยโอเมตริกที่มีผลต่อพลังของกล้ามเนื้อ.วารสาร
สุขศึกษาพลศึกษาและสันทนาการ.
- ประเสริฐศักดิ์ บุญศิริโรจน์.2538. ผลของการฝึกแบบพลัยโอเมตริกและการฝึกด้วยน้ำหนัก
ที่มีต่อความสามารถในการกระโดดตะเฝ้านั่ง.ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
(วิทยาศาสตร์การกีฬา).สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เพ็ชรชัย คำวงษ์.2537.การฝึกกำลังกล้ามเนื้อด้วยวิธี Streth-Shortenning Exercise.สาร
วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยีการกีฬาปีที่4.ฉบับที่ 1.
- สมพงษ์ วัฒนาโกคยกิจ.2541.ผลของการฝึกพลัยโอเมตริกโดยใช้กล่องระดับความสูงต่าง
กันที่มีต่อความสามารถในการกระโดดของนักวอลเลย์บอลชาย.ปริญญาศิลป
ศาสตรมหาบัณฑิต(วิทยาศาสตร์การกีฬา).สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา ภาควิชาวิทยา
ศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สมรรถชัย น้อยศิริ.2536.ผลการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่มีต่อความแม่นยำต่อการ
กระโดดยิงประตูบาสเกตบอล.วิทยานิพนธ์ปริญญาโท.มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.กรุงเทพฯ.
- สนธยา ลีละมาต.2547.หลักการฝึกกีฬาสำหรับผู้ฝึกสอนกีฬา.จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
กรุงเทพฯ.
- อุเทน ปัญโญ.2541.ระเบียบวิจัย.สาขาวิจัยและสถิติ ภาควิชาประเมินและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อบรม สีนภิบาล.2524.เทนนิส.พิมพ์ครั้งที่2. โอเดียนส โตร์.กรุงเทพฯ.

Adel,A.M.1988.**Response of Female Atletes to Twelve - Week Plyometric Deap –
Jump Training.** Dissertation Abstracts International.

Boneto,M.J.1997.**Comparison of plyometric progarm on sprint speed and Vertical jump
height.** Diss.Abstr.Int.35(4):937-A

Bluher,C.A.1965.**Foudation of Physical Education.** Saint Louis: The C.V. Mosby Company

Kritpet,T.T.1988.**The Effects of Six Weeks of Squat and Plyometric Training On Power
Production.** Dissertation Abstracts International.50 (November1988):1244-A

Mcaardle,William D., Frank I. Katch and Victor L.Katch.2000.**Essentials of Exercise
Physiology.**2nd ed. Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins.

Roundtable,J.1986.**Practical consideration for utilizing plyometric.**Part II
Nat.Stre.Alloc.J.8:14-22

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved