

ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหลังโดยใช้ยางในรถจักรยานยนต์



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พฤศจิกายน 2550

ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหลังโดยใช้ยางในรถจักรยานยนต์



ทศพล สุภาหาญ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

พฤศจิกายน 2550

ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหลังโดยใช้ยางในรถจักรยานยนต์

อดิ ตานันท์ ทมยนต์
ทศพล สุภาหาญ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

.....
.....
.....

ประธานกรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชดา ไกรพิบูลย์

กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญรัช คำวงษ์

กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์

23 พฤศจิกายน 2550

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความช่วยเหลือและสนับสนุนอันดีจากบุคคลหลายฝ่ายด้วยกัน ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชาดา ไกรพิบูลย์ ประธานกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพียรชัย คำวงษ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์ กรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ซึ่งได้กรุณาให้ความรู้คำแนะนำ ทั้งในส่วนของเนื้อหาและแนวทางการทำวิจัย อีกทั้งข้อคิดต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในครั้งนี้ ตลอดจนตรวจทานและแก้ไขข้อบกพร่องในงานวิจัยให้แก้ไขให้ถูกต้องและถี่ถ้วน ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณคณาจารย์สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาทุกท่านที่ได้ให้ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและคำแนะนำอันเป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัยตลอดระยะเวลาในการศึกษาและการทำวิจัย รวมถึงเจ้าหน้าที่ของสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาที่ได้อำนวยความสะดวกด้านต่างๆ

ขอขอบพระคุณอาจารย์จันทร์เพ็ญ ศีลางค์สวัสดิ์ อาจารย์ภาควิชาฟิสิกส์ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ให้คำแนะนำเรื่องการสร้างเครื่องมือทดลอง

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์เจริญศรี พันผาสุข สาขาวิชาภาษาอังกฤษ ภาควิชามนุษยศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ที่ได้แก้ไขบทคัดย่อภาษาอังกฤษ

ขอขอบพระคุณ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา รุ่นที่ 7 ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือในการให้คำปรึกษาและเป็นกำลังใจในการทำวิจัยครั้งนี้จนสำเร็จไปด้วยดี

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณ นางบัวดา สุภาหาญ ผู้เป็นมารดาที่รักและเคารพอย่างยิ่ง ที่คอยให้กำลังใจ อีกทั้งสนับสนุนให้ไปเรียนไปรู้ และวางรากฐานชีวิตทั้งด้านการศึกษาและการทำงานทำให้พบกับความสำเร็จในวันนี้ รวมถึงกำลังใจจาก รศ.ดร.นริทธิ์ สีตะสุวรรณ คุณณัฐธิดา พันผาสุข และคุณทศพร ลีลาวานานนท์ ที่ช่วยให้ฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ จนสำเร็จ คุณค่าและประโยชน์จากการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้ขอมอบแด่ผู้มีพระคุณทุกท่าน

ทศพล สุภาหาญ