

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ณ
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	<b>1</b>
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การศึกษา	3
สมมติฐานการศึกษา	4
ขอบเขตของการศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ประโยชน์ที่จะได้รับจากการศึกษา	6
<b>บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	<b>7</b>
เวลาปฏิภิกิริยา	7
พลัยโอเมตริก	17
ความมั่นคงของลำตัว	24
เอกสารที่เกี่ยวข้องเทควันโต	26
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย	29
<b>บทที่ 3 วิธีการดำเนินการศึกษา</b>	<b>34</b>
กลุ่มตัวอย่างในการศึกษา	35
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	35
การเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ผลทางสถิติ	36

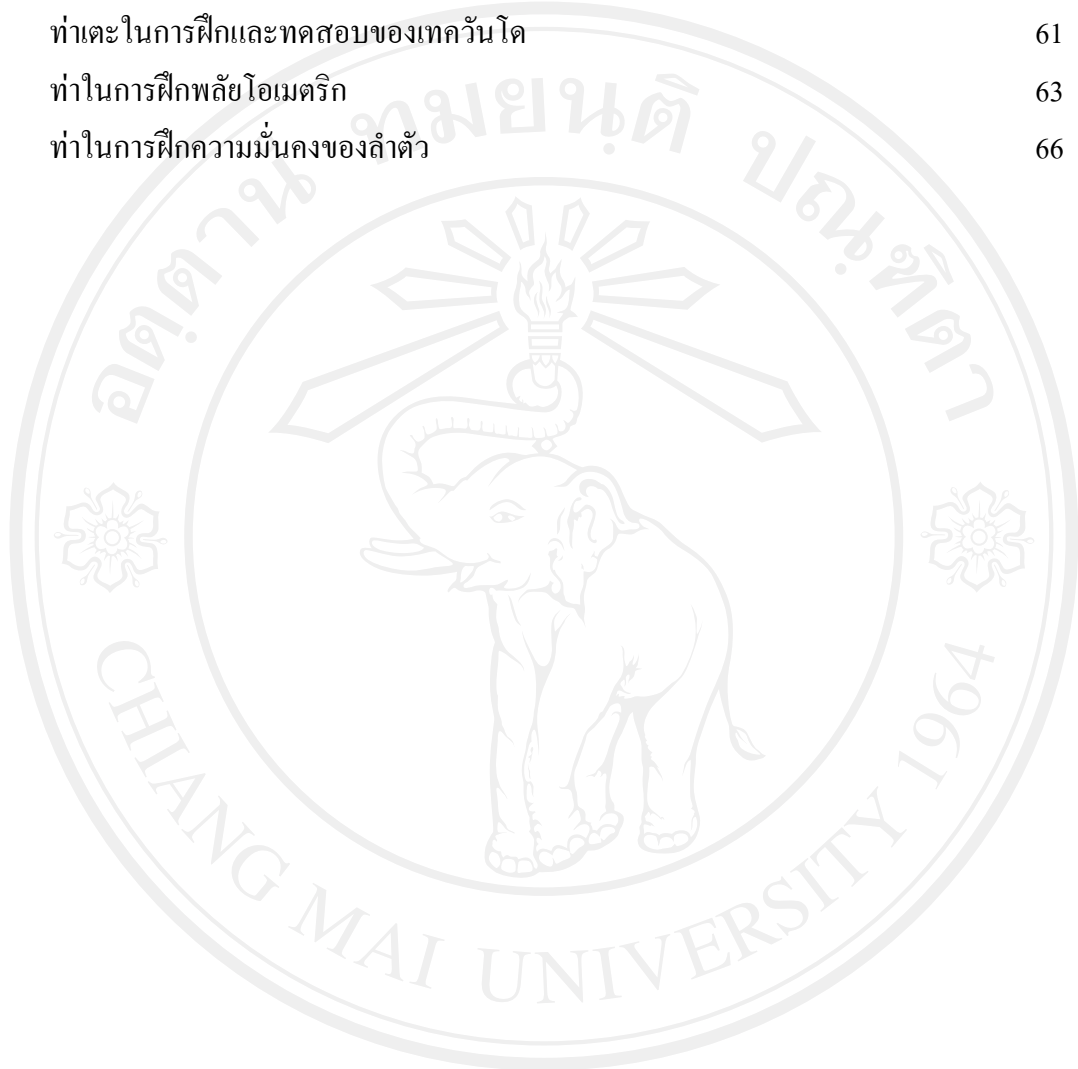
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	38
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ	43
สรุปผลการศึกษา	43
อภิปรายผลการศึกษา	45
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้	49
ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป	50
บรรณานุกรม	51
ภาคผนวก	55
ภาคผนวก ก แบบสอบถามและใบบันทึกผล	56
ภาคผนวก ข ภาพประกอบการศึกษา	59
ภาคผนวก ค โปรแกรมการฝึกซ้อม	70
ประวัติผู้เขียน	75

## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 การกระตุ้นด้วยสิ่งเร้า หลายอย่างในเวลาเดียวกัน จะมีการตอบสนอง ได้เร็วกว่าการกระตุ้นด้วยสิ่งเร้าตัวเดียว	9
2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาการตอบสนอง ในท่าหมุนตัวเตะเฉียง (Turning Round kick)	39
3 เปรียบเทียบเวลาการตอบสนองในท่าหมุนตัวเตะเฉียง (Turning Round kick)	40
4 การทดสอบค่าสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของเวลาการตอบสนอง ในท่าหมุนตัวเตะเฉียง (Turning Round kick)	41
5 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ของเวลาการตอบสนอง ในท่าหมุนตัวเตะเฉียง (Turning Round kick)	42
6 โปรแกรมการฝึกระยะเวลา 6 สัปดาห์	73

สารบัญภาพ

ภาพ		หน้า
1	เครื่องมือและอุปกรณ์ในการทดลอง	60
2	ท่าตะในการฝึกและทดสอบของเทควันโด	61
3	ท่าในการฝึกพลัยโอเมตริก	63
4	ท่าในการฝึกความมั่นคงของลำตัว	66



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
 Copyright© by Chiang Mai University  
 All rights reserved