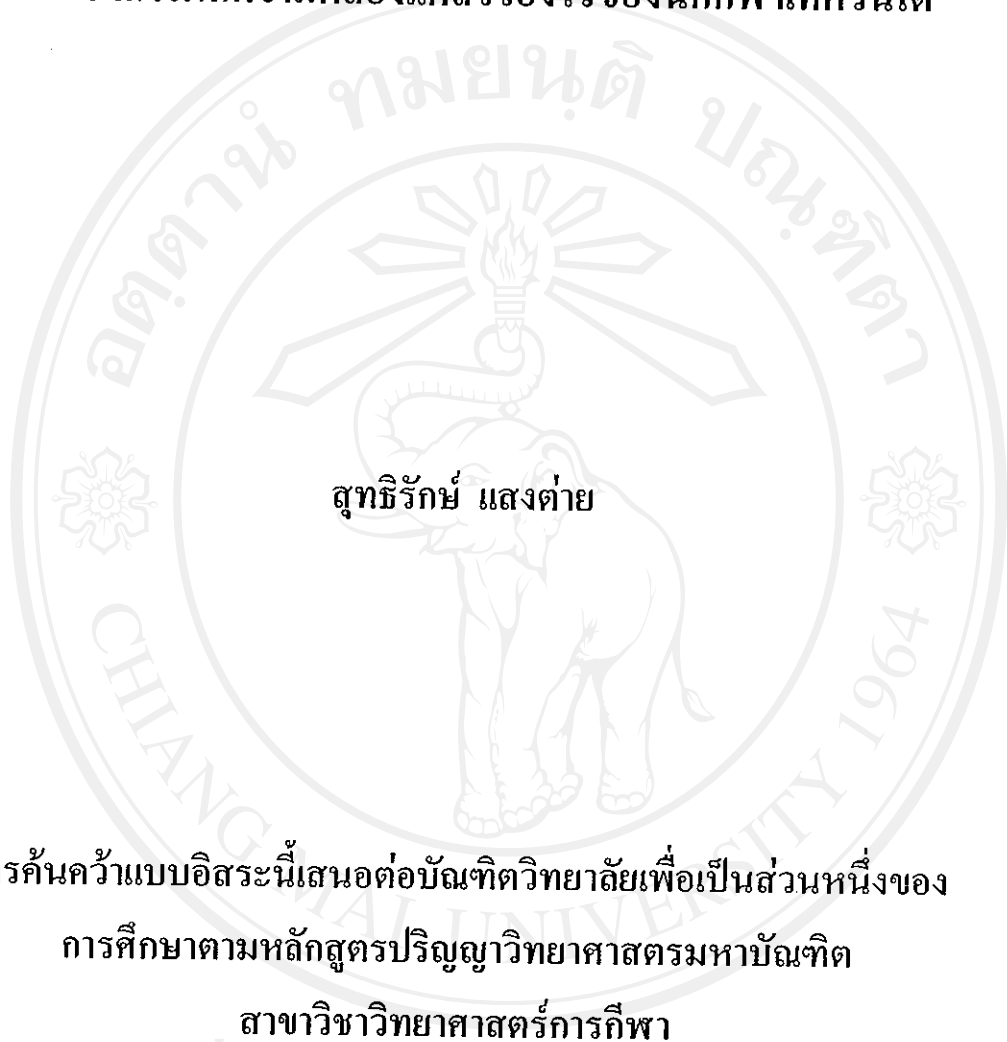


ผลของการฝึกความคล่องแคล่วว่องไวของนักกีฬาเทควันโด



การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

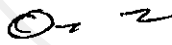
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
มิถุนายน 2550

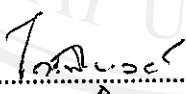
ผลของการฝึกความคล่องแคล่วองไวของนักกีฬาเทควันโด

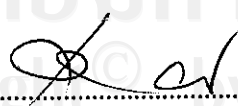
สุทธิรักษ์ แสงต่าย

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ


.....ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ อเนก ช้างน้อย


.....กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชาดา ไกรพิบูลย์


.....กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพียรชัย คำวงษ์

9 มิถุนายน 2550

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระเรื่องผลของการฝึกความคล่องแคล่วว่องไวในกีฬาเทควันโด นี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจาก รองศาสตราจารย์ อเนก ช้างน้อย ประธานกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชาดา ไกรพิบูลย์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ชรชัย คำวงษ์ ที่ได้กรุณาเสียสละเวลาในการให้คำปรึกษาต่อข้อสงสัยต่างๆ รวมไปถึงให้ความรู้ คำแนะนำต่างๆ ที่มีประโยชน์สำหรับการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ และยังช่วยตรวจแก้ไขจุดผิดพลาด และข้อบกพร่องต่างๆ ในการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระนี้จนกระทั่งออกมาเสร็จสมบูรณ์ ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ อาจารย์ไพรัช สุธีรทัตต์ อาจารย์ผู้สอน เทควันโด ที่ได้ให้ความรู้ในการนำวิธีฝึกทักษะ ที่มีสำคัญของเทควันโดมาปรับและประยุกต์ให้เหมาะสมเพื่อนำมาใช้ในแบบฝึกความคล่องแคล่วว่องไวในการศึกษาทดลองนี้

ขอขอบคุณ เจ้าหน้าที่ทุกท่านของสมาคมศิษย์เก่าโรงเรียนยุพราชวิทยาลัย ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์เรื่องสถานที่ ที่ใช้ในการทดลองเป็นอย่างดี

และขอขอบคุณ อาจารย์พิทยา ศรีสุวรรณ อาจารย์ผู้สอนเทควันโด ที่มีส่วนสำคัญในการให้คำปรึกษา และยังให้กำลังใจในการแก้ไขปัญหาต่างๆ จนทำให้การค้นคว้าแบบอิสระนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

สุดท้ายนี้ ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าการค้นคว้าแบบอิสระนี้จะเป็นประโยชน์ได้ สำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องและสนใจที่จะศึกษาในรายละเอียดด้านต่างๆ ที่เกี่ยวกับการฝึกความคล่องแคล่วว่องไวของกีฬาเทควันโดและกีฬาอื่นๆ ที่ต้องใช้ความคล่องตัวเช่นกัน