

บรรณานุกรม

- ขันติ พุทธิพงศ์. 2535. ผลของการฝึกเส้นรีฟแบบพลัยโอเมตริกที่มีต่อความแข็งแรงและพลังกล้ามเนื้อของนักกีฬา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ.
- เฉลี่ย พิมพ์พันธ์. 2538. บาสเกตบอล. สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, กรุงเทพฯ.
- ชลชาติ พุ่มมาก. 2544. เอกสารประกอบการสอนวิชาบาสเกตบอล1. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุโขทัย.
- ชิตินทรีย์ บุญมา. ผลการฝึกพลัยโอเมตริกการฝึกด้วยน้ำหนักที่มีความแม่นยำในการยิงประตูแบบเลย์-อัฟ. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาวิทาลัยบัณฑิตสาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2545
- ณรงค์ กงสมปราชญ์. 2534. ผลการฝึกความอ่อนคลายเครียดของกล้ามเนื้อที่มีต่อความแม่นยำในการยิงประตูบาสเกตบอลแบบยืนยิงมือเดียว. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร. 2534. การฝึกพลัยโอเมตริกที่มีผลต่อพลังของกล้ามเนื้อ. วารสารศึกษาศาสตร์ศึกษาและสันตนาการ. 3(6)
- เทพประสิทธิ์ กุศลรัชวิชัย. 2541. เทคนิคและทักษะกีฬาบาสเกตบอล. สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ.
- ธงชาติ ภูเจริญ. 2530. ความแม่นยำของการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลโดยวิธีกระแทกและไม่กระแทกกระดานหลังในทิศทางและระยะทางที่กำหนด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- ธนา กิติศรีวรพันธ์. 2522. ผลของการใช้รองเท้าน้ำหนักฝึกกล้ามเนื้อขาที่มีต่อความแม่นยำในการยิงประตูฟุตบอล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- ฝนทอง ศิริพงษ์. 2525. ผลของการฝึกสมาธิตามแนวอาณานิจติที่มีต่อความแม่นยำในการยิงประตูบาสเกตบอล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- เพียรชัย คำวงษ์. 2537. ผลการฝึกกำลังกล้ามเนื้อด้วยวิธี Stretch shortenign exercise. สารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา. 4(1)

- สมรรถชัย น้อยศิริ. 2536. ผลการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่มีต่อความแม่นยำต่อการกระโดด
ยิงประตูบาสเกตบอล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสาน
มิตร. กรุงเทพฯ.
- สมเกียรติ นุกิจรังสรรค์. 2530. ความแม่นยำในการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลในระยะและมุม
ต่าง ๆ ของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- สุนทร กายประจักษ์. 2536. เทคนิคการเล่นบาสเกตบอลระดับโลก. เจเนอรัล นุกเซ็นเตอร์, กรุงเทพฯ.
- สุพิตร สมาหิโต. 2538. จิตวิทยากับความวิตกกังวล. เอกสารประกอบการสอนวิชาจิตวิทยาการกีฬา
การกีฬา. ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- สมรรถชัย น้อยศิริ. 2526. ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่มีต่อความแม่นยำในการ
กระโดดยิงประตูบาสเกตบอล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- อำนาจ คชนทร์เดชา. 2536. คู่มือบาสเกตบอล. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขต
พลศึกษา, กรุงเทพฯ.
- อุทัย สงวนพงศ์. 2533. บาสเกตบอล. พิมพ์ครั้งที่ 6. อักษรเจริญทัศน์, กรุงเทพฯ.
- Allerheigen, W. B. 1994. **Speed Development and Plyometric Training.**
In T. R. Bachelor (ed) *Essential of Strength Training and Condition.*
Human Kinetic, New York. United State of America.
- Bonetto, M. J. 1997. **Comparison of plyometric program on sprint speed and
Vertical jump height.** Diss. Abstr. Int.35 (4): 937-A
- Chu, D. A. 1992. **Jumping into Plyometrics.** Leisure Press, Illinois. 80p.
- Gary , A. D. and T. H. Robert. 1994 . **Nerromuscular adaptation of condittioing.** pp 12-18
In T.R. Bachelor (ed) *Essential of Strength Training and Coudition.*
Human Kinetic, New York. United State of America.
- Goodrich G.S. 1976. **Gail Goodrich's wining basketball.** Chicago. Lllinois, Contemporary Book. Inc. ,
142p
- Hay, J. P. 1985. **The Effect of Weigh Training upon The Accuracy of Basket Ball Jump
Shooting** Diss. Abstr. Int 33: 606-A
- Hazeldinge, R. 1985. **Fitness for Sport.** The Crowood Press. Maibrough , London. 119 p.

Huber, J. 1987. **Increasing a Driver and vertical jump through Plyometric training.**

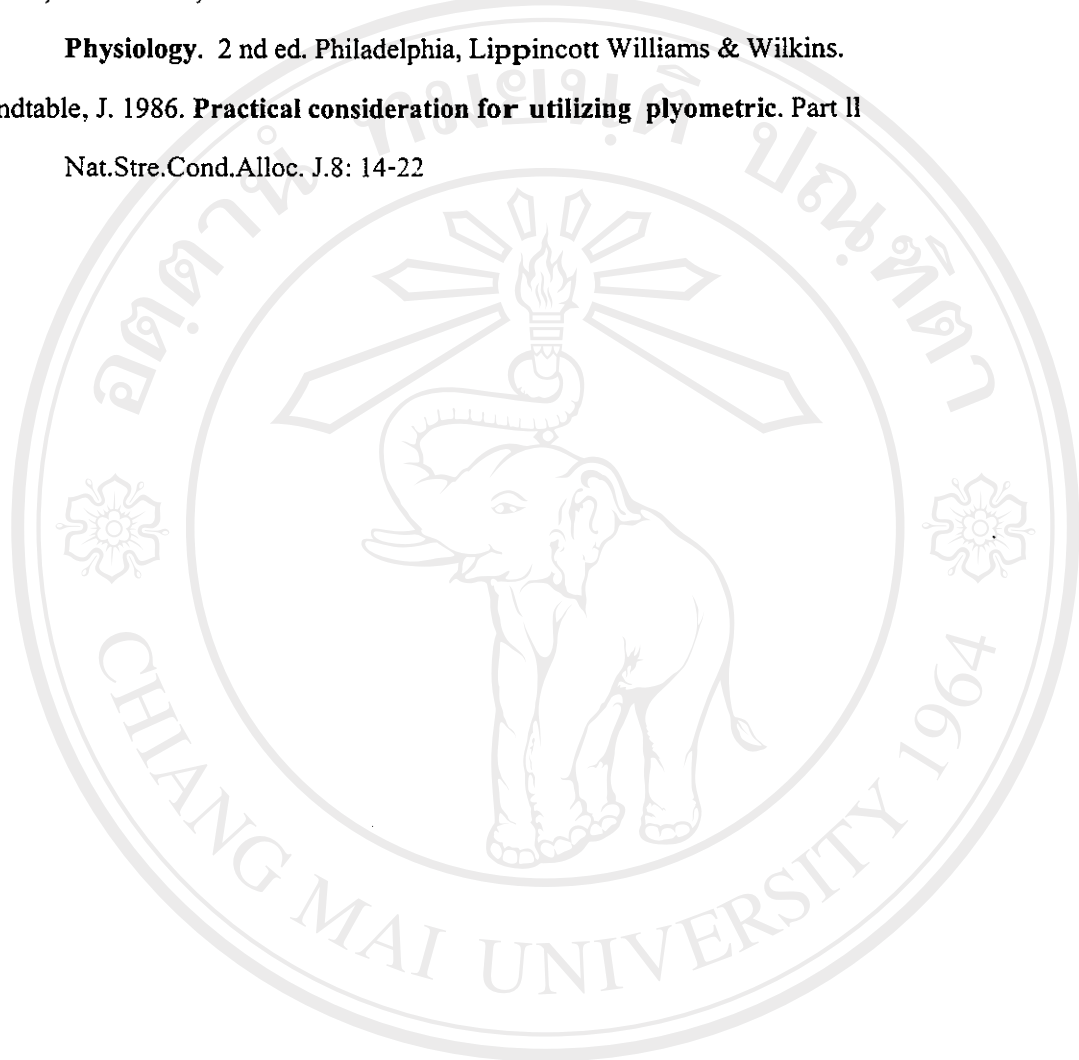
Nat.Stre.Cond.Assoc. J. 9 (1): 34-36

Mcardle, William D. , Frank I. Katch and Victor L. Katch. 2000. **Essentials of Exercise**

Physiology. 2 nd ed. Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins.

Roundtable, J. 1986. **Practical consideration for utilizing plyometric.** Part II

Nat.Stre.Cond.Alloc. J.8: 14-22



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved