

ผลของการฝึกพลัยโอเมตริกต่อเวลาการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ระยะ 50 เมตร



ปรากฏ นิลเนตร

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

เมษายน 2548

ผลของการฝึกพลัยโอเมตริกต่อเวลาการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ระยะ 50 เมตร

ปรากฏ นิลเนตร

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา  
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมษายน 2548

ผลของการฝึกพลัยโอเมตริกต่อเวลาการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ระยะ 50 เมตร

ปรากฏ นิลเนตร

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

..... ประธานกรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส โปธิทองสุนันท์

..... กรรมการ

อาจารย์ ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล

..... กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพียรชัย คำวงษ์

ลิขสิทธิ์ © by Chiang Mai University  
All rights reserved

10 เมษายน 2548

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาอย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์ ประธานกรรมการ อาจารย์ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพียรชัย คำวงษ์ กรรมการ ซึ่งกรุณาให้ความรู้คำแนะนำ ตรวจสอบแก้ไข ข้อบกพร่อง รวมทั้งข้อคิดต่างๆ ที่เป็นประโยชน์อย่างมาก ผู้ศึกษารู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

การเก็บข้อมูลนี้ได้รับความร่วมมือ จากผู้ปกครองและนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชน โครงการส่งเสริมกีฬาทางน้ำรุจิรวงศ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และงานกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่เอื้อต่อสถานที่ในการฝึกซ้อมและเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬาทุกๆ ท่าน ที่กรุณา ถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจ และ ข้อคิดต่างๆ ที่สามารถนำมาเป็นพื้นฐานในการศึกษาครั้งนี้

ขอขอบคุณพระคุณ เพื่อนๆ สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬารุ่นที่ 5 ที่ให้ความช่วยเหลือให้ คำปรึกษาและให้กำลังใจ สุดท้ายนี้ที่สำคัญที่สุดคือ คุณพ่อ มงคล คุณแม่ สุพรรณ นิลเนตร และครอบครัว ที่คอยเป็นกำลังใจให้การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้ประสบผลสำเร็จ คุณค่าและประโยชน์จากการค้นคว้าแบบอิสระนี้ขอมอบแด่ผู้มีพระคุณทุกๆ ท่าน

ปราการ นิลเนตร

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved