

ผลการใช้โปรแกรมการฝึกความแข็งแรงของแขนต่อความแม่นยำ  
ในการยิงประตูปืนอากาศบดระยะไกล

นรินทร์ แสงศรีจันทร์

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
ธันวาคม 2552

ผลการใช้โปรแกรมการฝึกความแข็งแรงของแขนต่อความแม่นยำ  
ในการยิงประตูปาตเกตบอลระยะไกล

นรินทร์ แสงศรีจันทร์

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ธันวาคม 2552

ผลการใช้โปรแกรมการฝึกความแข็งแรงของแขนต่อความแม่นยำ  
ในการยิงปืนยิงประตูปาสเกตบอลระยะไกล

นรินทร์ แสงศรีจันทร์

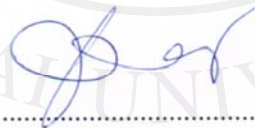
การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ



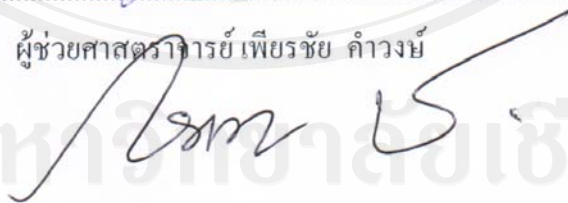
ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์ มนัส ยอดคำ



กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพียรชัย คำวงษ์



กรรมการ

รองศาสตราจารย์ ชนกร ช้างน้อย

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

8 ธันวาคม 2552

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาในการให้ความร่วมมือ ช่วยเหลือ และสนับสนุนอันดีจากบุคคลหลายฝ่ายด้วยกัน ผู้ศึกษาขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ มนัส ยอดคำ ประธานกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพียรชัย คำวงษ์ และรองศาสตราจารย์ ธนกร ช้างน้อย กรรมการการค้นคว้าแบบอิสระ ที่ได้กรุณาให้ความรู้และให้คำแนะนำแก้ไขข้อบกพร่อง ตั้งแต่เริ่มดำเนินการจนสำเร็จ

ขอขอบพระคุณคณาจารย์สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาทุกท่านที่ได้ให้ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา ตลอดจนคำแนะนำอันเป็นประโยชน์แก่ผู้ศึกษาตลอดระยะเวลาในการศึกษาและทำการวิจัย

ขอขอบพระคุณสถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตเชียงใหม่ ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ในเรื่องของอุปกรณ์ต่างๆ รวมทั้งสถานที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอขอบคุณนักกีฬาบาสเกตบอลทีมเยาวชนชายจังหวัดเชียงใหม่ ปี 2552 ที่ได้ให้ความร่วมมือช่วยเหลือในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณบิดา มารดา ครอบครัว และเพื่อน ๆ ทุกคนที่ให้ความรัก ความอบอุ่น เป็นกำลังใจในการเล่าเรียน และคำแนะนำที่ดีโดยตลอด

สุดท้ายนี้ คุณค่าและประโยชน์ของการค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้ ผู้ศึกษาขอมอบแด่ผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่านด้วยความเคารพยิ่ง

นรินทร์ แสงศรีจันทร์