

บรรณานุกรม

- กรันย์ ปัญโญ. สมรรถภาพทางกายและออกกำลังกาย. เอกสารประกอบวิชานันทนาการและกีฬา เพื่อคุณภาพชีวิต. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย, ศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ. **ข้อบัญญัติ 10 ประการสำหรับผู้ออกกำลังกาย.**, 2531.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. **คู่มือการทดสอบสมรรถภาพทางกายประชาชนไทย.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ บริษัทนิวไทยมิตรการพิมพ์ (1996) จำกัด, 2545.
- จรรยาพร ธรณินทร์. **กายวิภาคและสรีรวิทยาการออกกำลังกาย.** กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2525.
- จรรยาพร ธรณินทร์. **พลศึกษาสำหรับคนพิการ.** กรุงเทพมหานคร: เทพนิมิตรการพิมพ์, 2526.
- จรรยาพร ธรณินทร์. “เกณฑ์หลักการและรูปแบบของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ”. **คู่มือส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ.** กรุงเทพฯ: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2535.
- จันทร์ ผ่องศรี, สมบัติ กาญจนกิจ และอนันต์ อัดชู. ความสนใจในการกีฬาของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. **พัฒนากีฬาสาร 9.** (พฤศจิกายน): 9, 2521.
- เฉก ธนะศิริ. **การเพิ่มประสิทธิภาพของชีวิต.** กรุงเทพฯ: บริษัทแปลนพับลิชิ่งจำกัด, 2534.
- ชูศักดิ์ เวชแพทย์. **สรีรวิทยาการออกกำลังกาย.** กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสรีรวิทยา มหาวิทยาลัยมหิดล, 2519.
- คารณี คชศรีสวัสดิ์. **คู่มือการดำเนินการทดสอบสมรรถภาพทางกาย.** กรุงเทพฯ: โครงการผลิตเอกสารและตำราวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2543.
- ดุสิต สุขประเสริฐ. **การทดสอบสมรรถภาพทางกาย.** เชียงใหม่: วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่, 2542.
- บุญมา พื้นงาม. **การพลศึกษาสำหรับเด็กพิการ.** กรุงเทพมหานคร: อมรการพิมพ์, (ม.ป.ป.)
- ผดุง อารยะวิญญู. **การศึกษาพิเศษในปัจจุบัน.** กรุงเทพมหานคร: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2523.
- ฟอง เกิดแก้ว. **กายบริหารแบบมาตรฐาน.** กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2515.
- ฟอง เกิดแก้ว. **บรรดิกการทางพลศึกษา.** กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2526.
- วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ. **หลักและวิธีการออกกำลังกาย.** กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช, 2527.

- วัลภา ไชยวงศ์, สุรศักดิ์ เกิดจันทิก, นิตยา เกิดจันทิก. การทดสอบความสมบูรณ์ทางกายนักกีฬา. ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2541.
- ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา. **เกณฑ์มาตรฐานการทดสอบสมรรถภาพทางกายของประชาชนไทย ชาย หญิง อายุ 10-60 ปี.** การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2529.
- ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา. **มาตรฐานการทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬา นักศึกษา เยาวชน และประชาชนไทย.** พิมพ์ครั้งที่ 3. การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2532.
- ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย. **คู่มือการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ.** พิมพ์ครั้งที่ 7. การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2536.
- ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. **การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและทางกีฬา.** โรงเรียนกีฬาเวชศาสตร์ ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์ คณะแพทยศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล, 2534.
- สมหวัง สมใจ. **การออกกำลังกายและการพักผ่อน.** วารสารสุขภาพ., 2520.
- สุชา จันทน์เอม. **จิตวิทยาเด็กพิเศษ.** กรุงเทพมหานคร: อักษรบัณฑิต, 2525.
- สุชา จันทน์เอม. **จิตวิทยาทั่วไป.** กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, ม.ป.ป.
- อวย เกตุสิงห์. **การอภิปรายเรื่องการพลศึกษาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ.** วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสหนาการ 2: มกราคม-ตุลาคม; 9, 2520.
- อวย เกตุสิงห์. **ผลร้ายของกีฬาเพื่อสุขภาพและการป้องกัน.** วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสหนาการ 6: มีนาคม; 12, 2523.
- Aitkens SG, McCrory MA, Kilmer DD, Bernauer EM. Effect of high resistance program : Its effect in slowly progressive neuromuscular disease. **Arch Phys Med Rehabil:** 560-3, 1993.
- Astrand, P.O. **Work Tests with The Bicycle Ergometer.** Varberg, Sweden: Monark Crescent AB. Chromiak JA, Smedley B, Carpenter W, Brown R, Koh YS, Lamberth JG, et al. Effect of a 10-week strength training program and recovery drink on body composition, muscular strength and endurance, and anaerobic power and capacity. **Nutrition;** 20 (5): 420-7, 2004.
- Comella CL, Stebbins GT, Brown-Toms N, Goetz CG. Physical therapy and Parkinson's disease: a controlled clinical trial. **Neurology;** 44 (3 Pt 1): 376-8, 1994.
- Fabio Salinas Duran., Luz Lugo., Lina Ramirez., Eusse. E. Effect of an exercise programe on the rehabilitation of patients with spinal cord injury. **Arch Phys Med Rehabil;** 82: 792-7, 2001.

Gordon NF, Gulanick M, Costa F, Fletcher G, Franklin BA, Roth EJ, et al. Physical activity and exercise recommendations for stroke survivors: an American Heart Association scientific statement from the Council on Clinical Cardiology, Subcommittee on Exercise, Cardiac Rehabilitation, and Prevention; the Council on Cardiovascular Nursing; the Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism; and the stroke Council. **Circulation**; 109 (16): 2031-41, 2004.

Heyward, H Vivian. Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription. Illinois: **Human Kinetic Publishers**, 1991.

King AC, Haskell WL, Taylor CB, Kraemer HC, DeBusk RF. Group- vs home-based exercise training in healthy older men and women. A community-based clinical trial. **Jama**; 266 (11): 1553-42, 1991.

Lakomy, H.K.A.; Cambell, I.; and Williams, C. Treadmill performance and selected Physiological characteristics. **British Journal and Sports Medicine**. 21, 3: 130-133, 1987.

Lan C, Lai JS, Chen SY, Wong MK. 12-month Tai Chi training in the elderly : its effect on health fitness. **Med Sci Sports Exerc**; 30 (3): 345-51, 1998.

Lan C, Lai JS, Wong MK, YU ML. Cardiorespiratory function, flexibility , and body composition among geriatric Tai Chi Chuan practitioners. **Arch Phys Med Rehabil**; 77 (6): 612-6, 1996.

Lichtenstein MJ, Shields SL, Shiavi RG, Burger C. Exercise and balance in aged woman: a pilot controlled clinical trial. **Arch Phys Med Rehabil**; 70 (2): 138-43, 1989.

Mayo NE, Poissant L, Ahmed S, Finch L, Higgins J, Salbach NM, et al. Incorporating the International Classification of Functioning, Disability, and Health (ICF) into an electronic health record to create indicators of function: proof of concept using the SF-12. **J Am Med Inform Assoc**; 11 (6): 514-22, 2004.

Munns K. Effect of exercise on the range of joint motion in elderly subject. NJ: **Enslow Publishers**; 1981.

Raab DM, Agre JC, McAdam M, Smith EL. Light resistance and stretching exercise in elderly women: effect upon flexibility. **Arch Phys Med Rehabil**; 69 (4): 268-72, 1988.

Ries AL, Ellis B, Hawkin RW. Upper extremity exercise training in chronic obstructive pulmonary disease. **Chest**; 93 (4): 688-92, 1988.

Rimmer JH, Nicola T, Riley B, Creviston T. Exercise training for African Americans with disabilities residing in difficult social environments. **Am J Prev Med**; 23 (4): 290-5, 2002.

Taylor WC, Baranowski T, Young DR. Physical interventions in low-income, ethnic minority, and populations with disability. **Am J Prev Med**; 15 (4): 334-43, 1998.

William D. McArdle, Frank I. Katch, VL. **Exercise Physiology: Energy, Nutrition, and Human Performance**. Fifth ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2001.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved