

ผลการฝึก Weight Training ของขาที่มีต่อการทรงตัว
ในนักกีฬาเซปักตะกร้อชาย



พรรณี สมย่อย

วิทยาการศึกษามหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
All rights reserved
พฤษภาคม 2548

ผลการฝึก Weight Training ของขาที่มีต่อการทรงตัว

ในนักกีฬาเซปักตะกร้อชาย



การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง

ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

พฤษภาคม 2548

ผลการฝึก Weight Training ของขาที่มีต่อการทรงตัว
ในนักกีฬาเซปักตะกร้อชาย

พรรณี สมย่อย

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตรการกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

.....
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชาดา ไกรพิบูลย์

.....
กรรมการ

อาจารย์ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล

.....
รองศาสตราจารย์ อเนก ช้างน้อย

1 พฤษภาคม 2548

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้สำเร็จลงได้ตามความมุ่งหมาย ด้วยความกรุณาจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชาดา ไกรพิบูลย์ ประธานที่ปรึกษา และอาจารย์ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล อาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งได้กรุณาให้คำแนะนำในการศึกษาเป็นอย่างดี ตลอดจนตรวจทานแก้ไข ข้อบกพร่องต่างๆ รวมทั้งให้ข้อคิดที่เป็นประโยชน์ ให้กำลังใจด้วยความเอาใจใส่ต่อศิษย์ในการ ดำเนินการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระนี้ตลอดมา ผู้ศึกษารู้สึกซาบซึ้งในพระคุณเป็นอย่างยิ่ง จึง ขอขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทุกท่านที่ ได้อบรมสั่งสอนประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ความเข้าใจ ตลอดจนให้คำแนะนำ เพื่อ สร้างเสริมประสบการณ์อันเป็นประโยชน์ในการศึกษา

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ อาจารย์วีระชัย สัจจาถักษณ์ และคณาจารย์ กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนสารภีพิทยาคมที่ได้อนุเคราะห์สนับสนุน ในด้านนักกีฬา เซปักตะกร้อชาย และอุปกรณ์การฝึกพร้อมสถานที่ในการดำเนินการศึกษา และให้คำปรึกษา ช่วยเหลือในด้านการเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษา จนสำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

ท้ายสุด ขอเทิดพระคุณบิดา มารดาผู้ให้กำเนิด รวมทั้งคุณปู่ คุณย่าที่ได้เลี้ยงดูอบรมสั่ง สอนให้เป็นคนดีและทำคุณประโยชน์ให้สังคมต่อไป ขอขอบคุณอาจารย์รัชวัช จันทะมูล ที่คอยให้ คำปรึกษาและให้กำลังใจมาโดยตลอด ให้การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้ จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี คุณค่า และประโยชน์จากการค้นคว้าแบบอิสระนี้ ขอมอบแต่ผู้มีพระคุณทุกท่าน

พรรณี สมย่อย

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved