

บรรณานุกรม

- การศึกษาแห่งประเทศไทย.(2526). วิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับผู้สอนและนักกีฬา. กรุงเทพมหานคร.
ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา.
- ขวัญจิตร อินเหี้ยม.(2541). การรับรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนัก
ของนักศึกษาอาชีวศึกษาจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. เชียงใหม่ :
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- เอก ธนะศิริ.(2530). การเพิ่มประสิทธิภาพของชีวิต. กรุงเทพมหานคร : แปลน.
- ชาญชัย ศิลปอวยชัย และคณะ.(2542). ความต้องการมีส่วนร่วมจัดการศึกษาในท้องถิ่นของสมาชิก
องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดแพร่. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ปริญญา
มหาบัณฑิต. พิษณุโลก:มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ชูศักดิ์ เวชแพทย.(2519). สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาสรีรวิทยา
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ครุณี คลรตันภักทร. (2545). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของผู้ใหญ่วัยกลางคน
จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- เทพินทร์ คุณโลก.(2539). บริโณคณิสัยกับการเป็นโรคพยาธิใบไม้ตับของประชาชนจังหวัด
เชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- น้ำฝน ทองตันไทรย์.(2540). การรับรู้ความสามารถของตนเองและการปฏิบัติเพื่อป้องกันภาวะ
อ้วนในวัยรุ่นหญิงจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. เชียงใหม่ :
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บัญญัติ ทองสวัสดิ์.(2541). การมีส่วนร่วมในกระบวนการนำแผนปฏิบัติการประจำปีไป ปฏิบัติ
ตามการรับรู้ของครูและผู้บริหารโรงเรียนสังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดนครปฐม.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. นครปฐม : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- บุษบา อนุศักดิ์.(2545). ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ
ของแรงงานหญิงตั้งครรภ์ในนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือจังหวัดลำพูน. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พัชรภรณ์ เชียสกุล.(2545). การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อลดน้ำหนักของนักศึกษา
วัยรุ่นหญิงในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. เชียงใหม่ :
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พิทยา สุวคนธ์.(2540). การมีส่วนร่วมของเจ้าหน้าที่ในการทำแผนปฏิบัติการเพื่อจัดการ
สิ่งแวดล้อมระดับจังหวัด : กรณีศึกษาจังหวัดลำพูน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร
เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ยุพิน ตรีรส.(2528). ความสัมพันธ์ระหว่างโภชนาการกับความรู้ความเชื่อและบริโภคนิสัยของ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทบริหาร. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

รุจิเรศ พิชิตานนท์.(2546). ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมลดเลือกกินของนักเรียน
วัยรุ่นตอนปลายในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ลลิตา แจ่มจำรัส.(2545). พฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายที่มีภาวะ
โภชนาการเกินในจังหวัดกำแพงเพชร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร. เชียงใหม่ :
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วรศักดิ์ เพียรชอบ.(2523). หลักและวิธีการสอนพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.

วิธี แจ่มกระตึก.(2541). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทบริหาร. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ศิริพร สิทธิกุล.(2538). การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของพนักงานขายในห้างสรรพสินค้าใน
เขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ศูนย์อนามัยที่8นครสวรรค์.(2546). การประเมินสถานการณ์ออกกำลังกายของประชาชนภายหลัง
มหกรรมรวมพลังสร้างสุขภาพของเขต8.นครสวรรค์ : ศูนย์อนามัยที่ 8นครสวรรค์.(อค์ดำเนินา)

สมฤดี เพียรการค้า.2541.ความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในกระบวนการนิเทศภายในโรงเรียน
กับประสิทธิภาพการสอนของครูในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดอ่างทอง. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทบริหาร : มหาสุโขทัยธรรมราช.

สมหวัง สมใจ.(2520,มกราคม).“การออกกำลังกายและการพักผ่อน.”วารสารสุขภาพสำหรับ
ประชาชน. 2 : 68.

สิทธิโชค รัตนสันติกุล.(2529). จิตวิทยาการจัดการพฤติกรรมมนุษย์. นครปฐม : โรงพิมพ์
มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สุชาติ โสมประยูร.(2528). โครงการสุขภาพในโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.

สุชาติ มะโนทัย.(2539). การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
ตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุชาดา สุธรรมรักษ์.(2531). เอกสารประกอบการสอน **จิตวิทยาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร.

ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาศรีนครินทร์วิโรฒ.

สุชาติ ทวีพรปฐมกุล.(2547). เอกสารประกอบการสอนวิชาการจัดการและออกแบบกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ. นครสวรรค์ : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์.

สุทธิลักษณ์ สมิตะศิริและคณะ.(2537). การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ : กรณีศึกษาย่านถนนสีลมและรัฐวิสาหกิจ. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.

สุวิมล สันติเวช.(2545). ผลของการเพิ่มสมรรถนะแห่งตนร่วมกับการสนับสนุนต่อพฤติกรรม การออกกำลังกายของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

แสงโสม สีนะวัฒน์และคณะ.(2545-2546). โปรแกรมควบคุมน้ำหนักสำหรับหญิงวัยทำงานที่มีภาวะโภชนาการเกินของแผนกธุรการและการเงินในกระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพมหานคร : กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.

อนามัย,กรม. (2543). คู่มือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. นนทบุรี : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.

———. (2545). คู่มือการฝึกอบรม การสร้างพลัง ในกลุ่มวัยรุ่นเพื่อดูแลและป้องกันการแพร่เชื้อ เอช ไอ วี. นนทบุรี : สำนักส่งเสริมสุขภาพกระทรวงสาธารณสุข.

———. (2547). โปรแกรมควบคุมน้ำหนัก. นนทบุรี : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

อักรฤทธิ หอมประเสริฐ.(2543). การศึกษาพฤติกรรมและความคิดเห็นต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ.

อนุสรณ์ กันธา.(2545). ความพึงพอใจในภาพลักษณ์และการใช้ผลิตภัณฑ์อาหารและยาเพื่อควบคุมน้ำหนักในสตรีวัยรุ่นจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

อัมพวัลย์ วิศวธีรานนท์.(2540). วิถีชีวิตของคนไทยรุ่นใหม่กรณีศึกษาพฤติกรรมบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทยในกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

Bandura.(1982). **A.Self-Efficacy mechanism in human agency**. American Psychologist.

———. (1986). **Social foundation of thought and action .A social cognitive theory**. New Jersey : Prentice - Hall.

Burris, M.S.(1979, January). “The effects of a size—week aerobic dance and folk dance program vs the effects of a size—week aerobic jogging program on the cardiovascular efficiency and percent of body fat in post pubescent girls”, **Dissertation Abstract International**. 40 : 1344 - A.

Dictionary of psychology and psychiatry.(1984). NewYork : Longman.

Kiernan,M. and others.(2004) . **Men gain additional psychological benefits by adding exercise to a weight — loss program**. (Online)Available :E-mail : mkiernan@stanford. edu.

Pender.(1987). **Health promotion in nursing practice (2nded)**. Norwalk Connecticut :
Appleton & lan.

———. (1996). **Health promotion in nursing practice (3rded)**. Norwalk Connecticut :
Appleton&lan.

Pender and others.(1990). “Predicting health promoting lifestyles in the workplace.” **Nursing Research**.