

บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2545). แนวทางการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา. กรุงเทพฯ: องค์การขนส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.).
- กรมพลศึกษา. (2526). รายงานการวิจัยการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนในกองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ. กรุงเทพฯ: กรม.
- _____. (2537). รายงานการวิจัยกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6. กรุงเทพฯ: กรม.
- _____. (2540). การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนมัธยมศึกษา ระดับอายุ 13-15 ปี. กรุงเทพฯ: CURS ผาสุกผาสุก.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2538). มาศานุกฎวิทยาศาสตร์ เล่ม 1. กรุงเทพฯ: CURS ผาสุกผาสุก.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2544). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ: CURS ผาสุกผาสุก.
- โฆสิต แจ่มสุกุล. (2543) เอกสารประกอบการเรียนวิชา Advance Body Conditioning. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- จรินทร์ ธานีรัตน์. (2529) “กีฬาเพื่อมวลชน”. วารสารสุขศึกษาพลศึกษาและสันทนาการ. 7(เมษายน). 7-10.
- จรรยาพร ธรณินทร์. (2534). กายวิภาคและสรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- จุมพล จุมพลภักดี. (2548). การสร้างแบบฝึกการออกกำลังกายแบบวงจรเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายสำหรับข้าราชการทหาร สังกัดกองพันทหารม้าที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ชาญเวช ธรรมเสาวภาคย์. (2546). KGU. Cross movement exercise. วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ. 4, 2(ก.ค.-ธ.ค.), 23-26. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ชิดพงษ์ ไชยวสุ และคณะ. (2528). แอโรบิคด้านร่างกายบริหารเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อักษรไทย.
- ชัยเวช สุวรรณวงศ์. (2531). ผลการวิ่งเหยาะและการฝึกแอโรบิคด้านร่างกายที่มีต่อสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดำรง กิจกุล. (2527). การออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.

- ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ. (2542). เวชศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นภาพร ทศนัยนา และคณะ. (2532). รายงานผลการวิจัยเรื่อง ผลของการอบอุ่นร่างกายก่อนเรียนกิจกรรมพลศึกษาด้วยวิธีการฝึกแบบวงจรสวนสมรรถภาพ. กรุงเทพฯ: ภาควิชาศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นพวรรณ อนุโยธา. (2541). การศึกษาความต้องการการใช้บริการ การออกกำลังกายและการพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- บรรทม พิมพ์ทองครบุรี. (2541). ผลการฝึกกายบริหารชุดแม่ไม้มวยไทยพื้นฐาน แอโรบิคแดนซ์ และกระโดดเชือกที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ประจักษ์ ทวีนนท์. (2538). การศึกษาสภาพปัจจุบันความสนใจ และความต้องการในการออกกำลังกายของเยาวชนในจังหวัดอุดรธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ประสาธ อิศรปริดา. (2523). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.
- พลทักษ์ คนหาญ. (2538). ผลการฝึกแบบวงจรมีต่อสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนคำบักวิทยาคาร จังหวัดมุกดาหาร. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- พัชนี สุวรรณชัย. (2543). ผลการเรียนรู้กิจกรรมกลางแจ้งแบบสถานีที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของนักเรียนระดับก่อนประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิชิต ภูติจันทร์. (2535). สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ลือชา วนรัตน์ และคณะ. [ม.ป.ป.]. การวิจัยภาวะการณ์เจริญเติบโตของกลุ่มเป้าหมายเฉพาะ (อายุ 6-9 ปี). กรุงเทพฯ: กองโภชนาการ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข.
- วิจิต คณิงสุขเกษม. (2541). "การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางกาย". วารสารมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 11(3), 48-52.
- วิริยา บุญชัย. (2529). การทดสอบและวัดผลทางพลศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

- วีระ บางแสง. (2532). การเปรียบเทียบการออกกำลังกายแบบวงจรระหว่างการฝึก 1 วัน พัก 1 วัน กับการฝึก 2 วัน พัก 1 วัน ที่มีต่อสมรรถภาพทางกายบางด้านของ นักเรียนชายระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วุฒิพงษ์ ปรมัตถากร & อารี ปรมัตถากร. (2542) วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิชย์.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2539). วิทยาศาสตร์การกีฬาทำพิสูจน์. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2525). การออกกำลังกายสำคัญไฉน. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิชย์.
- ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. (2539). สมรรถภาพทางกายและกีฬา. ฉบับปรับปรุง. กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สมชาย ธีรธนกุล. (2526). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์พิมพ์เนศ.
- สุชา จันทรเอม. (2529). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุชาติ โสมประยูร. (2523). วิ่งสมาธิ : เส้นทางสุขภาพและสมรรถภาพที่สมบูรณ์. กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.
- สุโท เจริญสุข. (2529). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- สุนทร นวกิจกุล. (2524). การสร้างสมรรถภาพทางกาย. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุพิตร สมหิโต. (2532). ออกกำลังกายเพื่อสมรรถภาพทางกาย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ การศาสนา.
- สุวิมล ตั้งสัจจพจน์. (2526). หลักการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อดิสร คันธรส. (2530). ผลของการฝึกแบบหมุนเวียนที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและเปอร์เซ็นต์ไขมันของร่างกายของผู้ชายสูงอายุ. วิทยานิพนธ์ ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- อาทิตย์ อารังชัยชนะ. (2541). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับความต้องการออกกำลังกายของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 9. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อวย เกตุสิงห์. (2521). “สมรรถภาพทางกายกับการกีฬา”. วารสารสุขศึกษาพลศึกษา และนันทนาการ 4. (เมษายน 2521). 32-35.

- อำนาจ อะโน. (2527). การบริหารกาย. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรรถพล เพ็ญสุภา. (2543). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. (เอกสารประกอบคำสอน). เชียงราย: ภาควิชาพลศึกษา สถาบันราชภัฏเชียงราย.
- อุบล เลี้ยววาริณ. (2534). ความสำคัญของการศึกษาที่มีต่อจิตลักษณะ และพฤติกรรมสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Alexander, G. and E. Leslie. (1969). "The Effects of Circuit Training and Interval Training on Muscle Strength and Circularespiratory Endurance." **Dissertation Abstract International**. 31 (March 1961): 1600-A.
- American Aliance for Heaith, Physical Education, Recreation & Dance. (1988). **Physical Best**. Virgina: AAHPERD Publication.
- American College of Sports Medicine. (1990). " Position Statement on the Recommended Quantity and Quality of Exercise for Developing and Maintaining Fitness in Health". **Medicine and Science in Sport**, 10 (March 1990): 100.
- Anshell, M.H. (1991). **Dictionary of the Sport and Exercise Science**. Illinois: Human Kinetics Books.
- Casady, D.R.,D.F.Mapes and L.E. Alley. (1965). **Handbook of Physical Fitness Activities**. New York: Macmillan.
- Fahey, T.D., Insel and W.T. Roth. (1994). **Fit and Well**. California: May Field.
- Mosher, P.E. (1990). "The Effects of Anrobic Circuit Training and Cardiorespiratory Endurance, Metabolic Control and Muscular Strength in Adolescent Male with Type 1 Diabetes Mellitus (Diabetes)". **Dissertation Abstracts International**. 50 (May 1990): 3516-A.
- Ryan, J.A. and L.A. Fred. (1989). **Sports Medicine**. California: Academic.
- Saud, J.A. (1988). "Comparision of A Specially Designed Circuit Training Program on the physical fitness Levels of the officer Candidates at the Kuwait Police Academy". **Dissertation Abstracts International**. 48(January 1988): 1613-A.
- Stone, W.J. (1987). **Adult Fitness Programs**. Illinois: Scott Foreman and Company.