

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กนิษฐา พันธุ์ศรีนิรมล. (2549). ความร่วมมือในการใช้ยาต้านไวรัสเอดส์ของผู้ป่วยติดเชื้อ เอชไอวีและเอดส์: การประยุกต์ใช้รูปแบบทรานสทีโอเรทิเคิล. วิทยานิพนธ์ปริญญา เกษศาสตรมหาบัณฑิต. (เภสัชกรรมคลินิก). บัณฑิตวิทยาลัย. จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- กรมอนามัย. (2545). **คู่มือผู้นำเยาวชนสาธารณสุขในโรงเรียน.** (พิมพ์ครั้งที่ 2).
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- _____. (2551). **การออกกำลังกายในวัยทำงาน.** นนทบุรี : สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ.
กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, สำนักงาน. (2551). **ผื่นก้ำกึ่งองค์กรปกครอง ส่วนท้องถิ่นส่งเสริมคนไทยออกกำลังกาย.** เข้าถึงได้จาก : <http://thaihealth.or.th/healthcontent/featured/7000>. (วันที่ค้นข้อมูล 18 ธันวาคม 2554).
- กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, สำนักงาน. (2552). **การสร้างแรงจูงใจในการ ออกกำลังกาย.** หนังสือพิมพ์สยามกีฬา : ฤทัยรัตน์ ไกรรอด. เข้าถึงได้จาก : <http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/article/10593>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- กันทิกา หลวงทิพย์, และ ดาริณี สีนวล. (2550). **การศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกาย ของบุคลากรในโรงพยาบาลสามชุก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี.** วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์บัณฑิต. (สาขาสาธารณสุขชุมชน). คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th /dcms /basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักงาน. **สำนักนายกรัฐมนตรี แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555 – 2559.**
กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- คณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ, สำนักงาน. (2554). **การวางแผนเชิงยุทธศาสตร์.**
กรุงเทพฯ : ม.ป.พ. เข้าถึงได้จาก : http://www.webhost.cpd.go.th /csb8/download/traning_9_12_52/a14_52.doc, & http://www.m-society.go.th /document/news/news_1277.doc. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มิถุนายน 2555).

- จตุพร เตื่อโธสง. (2548). ความรู้ทัศนคติและการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการออกกำลังกายแบบแอโรบิกด้านซ์ของสมาชิกชมรมแอโรบิกด้านซ์ ตำบลโนนอุดม กิ่งอำเภอเมืองยาง จังหวัดศรีสะเกษ. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- จำเนียร สุ่มแก้ว. (2545). พฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาสุขศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- ชัยณรงค์ สุวรรณกฎ. (2553). ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของครูมัธยมศึกษาในจังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาการสร้างเสริมสุขภาพ). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.
- ดารณี สืบจากดี. (2552). Stage of change-ขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง. เข้าถึงได้จาก : http://203.155.220.217/doh/deptd/Article/article_07.doc. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มิถุนายน 2555).
- ดำรงค์ วัฒนา. (2554). การวิเคราะห์ SWOT เบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. เข้าถึงได้จาก : wdamrong@hotmail.com. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มิถุนายน 2555).
- ธัญชนก ชุมทอง. (2548). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาสุขศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- นิตยา เพ็ญศิริณา. (2553). องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นกับการสนับสนุนกลุ่มออกกำลังกายในพื้นที่. (จุลสารสาขาวิชาวิทยาศาสตรสุขภาพ). นนทบุรี : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมธิราช. เข้าถึงได้จาก : <http://www.stou.ac.th/Schools/Shs/booklet/book552/pbhealth153.htm>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- บุญชม ศรีสะอาด. (2543). การวิจัยเบื้องต้น. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น
- บุญธรรม จิตต์อนันต์. (2540). การวิจัยทางสังคมศาสตร์. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- เบญจมาศ ชาวสบาย. (2546). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพของบุคลากรทางการแพทย์ในโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ประภา เหล่าสมบุรณ์. (2552). รายงานวิจัยเรื่อง : พฤติกรรมการออกกำลังกายของ บุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง. ราชบุรี. มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>.
(วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2543). วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์.
(พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เพ็ญแข แสงแก้ว. (2540). การวิจัยทางสังคมศาสตร์. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พันธ์ พับบลิชชิ่ง.
- ไพฑูรย์ โฆษิตธนสาร. (2553). ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย ของเยาวชนในจังหวัดชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.
(สาขาการจัดการกีฬาและสุขภาพ). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- ภัคพล นันทาวิราช. (2551). แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ทศนคติต่อการออกกำลังกาย และ ความเชื่ออำนาจภายในตน ที่พยากรณ์พฤติกรรมออกกำลังกายของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาจิตวิทยาการ ปรัชญา). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- ภารัตร์ จันทพันธ์. (2553). ปัจจัยจำแนกความสำเร็จการบริหารงานขององค์การ บริหารส่วนตำบลในการให้บริการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย.
วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาการจัดการกีฬาและสุขภาพ). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- มยุรา นนทะคุณ. (2550). การพัฒนากิจกรรมส่งเสริมให้ประชาชนออกกำลังกาย : กรณีศึกษานักเรียนบ้านโคกแสง ตำบลคูสะคาม อำเภอวานรนิวาส จังหวัดสกลนคร.
วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขายุทธศาสตร์การพัฒนา). บัณฑิต วิทยาลัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).

- ราชบัณฑิตยสถาน. (2550). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542. กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น. เข้าถึงได้จาก : <http://rirs3.royin.go.th/ridictionary/lookup.html>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- ลักษณะ เดิมศิริกุลชัย. (2541). **สู่ศตวรรษใหม่ของการส่งเสริมสุขภาพ**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- ลิขิต อมาตยคง. (2551). **การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ**. เข้าถึงได้จาก : <http://ednet.kku.ac.th/~ed-phym/botkwam/a5.doc>: (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- วลัยลักษณ์. มหาวิทยาลัย. **ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการออกกำลังกาย**. นครศรีธรรมราช โครงการศูนย์กีฬาและสุขภาพ : ส่วนประชาสัมพันธ์. เข้าถึงได้จาก : http://masterorg.wu.ac.th/source/detail.php?newss_id=732&paths=sports. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- วันดี จวีจันทร์. (2552). **การนำเสนอแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์**. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาการส่งเสริมสุขภาพ). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์.
- วิรัช วิรัชนิการวรรณ. (2554). **การบริหารจัดการและการบริหารยุทธศาสตร์ของหน่วยงานของรัฐ**. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- วิลาพรรณ คณารักษ์. (2552). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติในการสร้างเสริมสุขภาพตามนโยบายเมืองไทยแข็งแรงของบุคลากรโรงพยาบาลชุมชน จังหวัดอำนาจเจริญ**. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาวิชาการสร้างเสริมสุขภาพ). มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- วิศาล คันธารัตนกุล. (2546). **การออกกำลังกายในวัยทำงาน**. นนทบุรี : กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรมอนามัย. เข้าถึงได้จาก : <http://61.7.235.248/lib57/dublin.php?ID=13399108755>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- _____. (2546). **การออกกำลังกายในวัยทำงาน**. (เอกสารทบทวนองค์ความรู้เรื่อง การเคลื่อนไหวร่างกาย : คุณค่า). กรุงเทพฯ. คณะแพทยศาสตร์. โรงพยาบาลรามารับดี. มหาวิทยาลัยมหิดล. เข้าถึงได้จาก : <http://www.thaihealth.or.th>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- วุฒิพงษ์ ปรมัตถากร, และ อารี ปรมัตถากร, (2542). **วิทยาศาสตร์การกีฬา**. (พิมพ์ครั้งที่ 4) กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

- สถิติแห่งชาติ, สำนักงาน. (2547). การสำรวจเกี่ยวกับอนามัยและสวัสดิการ พ.ศ. 2547.
กรุงเทพฯ : สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- _____. (2550). รายงานการสำรวจพฤติกรรมการออกกำลังกายของประชากรอายุ
11 ปี ขึ้นไป พ.ศ. 2547 และ พ.ศ. 2550. กรุงเทพฯ : สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สรายุทธ กันหลง. (2554). แนวคิดการศึกษาพฤติกรรมศาสตร์. เข้าถึงได้จาก : <http://www.kroobannok.com/blog/44017>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มิถุนายน 2555).
- สมชาย ลีทองอิน. (2550, พฤษภาคม). แคมป์บำบัดกับสุขภาพ. นิตยสารหมอชาวบ้าน.
29 : 337. เข้าถึงได้จาก : www.doctor.or.th/book2/book052550_t1.pdf. (วันที่ค้น
ข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2549). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม (Theories and
Techniques in Behavior modification). (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์
แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมศักดิ์ หอมชื่น. (2552). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของ
เจ้าหน้าที่ในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอำนาจเจริญ. วิทยานิพนธ์
ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาวิชาการสร้างเสริมสุขภาพ).
บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี. เข้าถึงได้จาก : [http://dcms.
Thislist.or.th/dcms/basic.php](http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php). (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- สาคร ศรีธรรมมา. (2551). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของประชากร
วัยทำงานในตำบลแก่งเค็ง อำเภอกุดข้าวปุ้น จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์
ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ).
คณะสาธารณสุขศาสตร์. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช. เข้าถึงได้จาก :
[http://dcms.Thislist.or.th/dcms/
basic.php](http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php). (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์, กระทรวงสาธารณสุข. (2555). แผนพัฒนาสุขภาพ
แห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555 – 2559). นนทบุรี : กระทรวงสาธารณสุข.
- สุนันทา กระจ่างแดน, และ อุบล ตูลยากรณ์. (2551). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ .
เข้าถึงได้จาก : <http://www.kcn.ac.th/km/km2.html> . (วันที่ค้นข้อมูล : 18
มกราคม 2555).
- สุมาลี ศรีพุทธรินทร์. (2540). ความคิดเห็นของครูผู้สอนผู้บริหารและกรรมการโรงเรียน
ต่อการพัฒนาหลักสูตร วิชาชีพตามความต้องการของชุมชนตาม แผนปฏิรูป
การศึกษาของโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด
ยโสธร ปีการศึกษา 2539. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (สาขาเทคโนโลยี
ทางการศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

- เสวียน ประทุมทอง. (2553). ยุทธศาสตร์การพัฒนากิจกรรมชุมชนตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง : กรณีศึกษาร้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาวิชายุทธศาสตร์การพัฒนา). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.
- อนงค์ บุญอดุลยรัตน์. (2542). กีฬาเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- อวย เกตุสิงห์. (2555). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน (เล่มที่ 10). เข้าถึงได้จาก : <http://guru.sanook.com/encyclopedia>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- อังศินันท์ อินทรกำแหง, อรพิณทร์ ชูชม, อัจฉรา สุขารมณ, พัชรี ดวงจันทร์, และ วรสรณ์ เนตรทิพย์. (2552). การบริหารจัดการและประเมินโครงการเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของหน่วยงานในเขตกรุงเทพมหานคร. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์. เข้าถึงได้จาก : <http://dcms.Thislist.or.th/dcms/basic.php>. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- อัจฉรา บุรณรัช. (2551). การประยุกต์ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการส่งเสริมพฤติกรรมออกกำลังกายของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาการพัฒนาสุขภาพชุมชน). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- เอมอร คชเสนี. (2549). ออกกำลังกาย มีโทษหรือไม่. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค. เข้าถึงได้จาก : http://www.ocpb.go.th/show_news.asp?id=324. (วันที่ค้นข้อมูล : 18 มกราคม 2555).
- Chen, C.M., & Chang, M. (2004). **Exercise behavior and related factors in career women - the case of a bank in Taipei City**. ROC : Department of Nursing, Chang Gung Institute of Technology. Available : <http://research.rdi.ku.ac.th/world/cache/90/ThunchanokKHUAll.pdf>. (Access date : 18 December 2011).
- Green, L.W., & Kreuter, M.W. (1991). **Health Promotion Planning; An Educational And Environmental Approach**. Toronto : Mayfield Public Company. Available : <http://research.rdi.ku.ac.th/world/cache/90/ThunchanokKHUAll.pdf>. (Access date : 18 December 2011).

- Hurrell, R.M. (1997). **Factor associated with regular exercise.** USA : Psychology Department, College of New Rochelle. Available : <http://research.rdi.ku.ac.th/world/cache/90/ThunchanokKHUAll.pdf>. (Access date : 18 December 2011).
- Nguyen, M.N. (1997). **Regular exercise in 30- to 60-year-old men : combining the stages-ofchange model and theory of planned behavior to identify determinants fortargeting heart health interventions.** Canada : Public Health Department of Laval, (Quebec). Available : <http://research.rdi.ku.ac.th/world/cache/90/ThunchanokKHUAll.pdf>. (Access date : 18 December 2011).
- Nishida, et al. (2003). **Psychological determinants of physical activity in Japanese Femal employees.** Japan : Department of Public Health, Okayama University Graduate school of Medicine and Dentistry. Available : <http://research.di.ku.ac.th/world/cache/90/ThunchanokKHUAll.pdf>. (Access date : 18 December 2011).
- Pender, N.J. (1996). **Health promotion in nurse practice** (3 rd ed). Appleton & Lange : Connecticut. Available : <http://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/34674/2ftp.pdf;jsessionid=62104E2127EA7D50CD5FE818FA7557E7?sequence=1>, <http://www.nurse.ubu.ac.th/sub/knowledgedetailPD.pdf> (Access date : 18 January 2012).
- Source : Seguin et al., (2010). & Trost, et al. (2002). **Common Barriers to Exercise.** อุปสรรคในการออกกำลังกาย. **January 2011 Idea Fitness Journal.** Available : <http://t-change.blogspot.com/2011/01/common-barriers-to-exercise.html#!/2011/01/common-barriers-to-exercise.html>. (Access date : 18 January 2012).
- Vanden, A.Y. (1997). **Reasons for not exercising and exercise intentions : a study of middle-aged sedentary adults.** Belgium : Faculty of Physical Education and Physiotherapy, Catholic University of Leuven. Available : <http://research.rdi.ku.ac.th/world/cache/af/NongyaoJUBAll.pdf>. (Access date : 18 January 2012).