

บรรณานุกรม

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2540). คู่มือส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

กองวิทยาศาสตร์การกีฬา ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2536).

การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : รุ่งศิลป์การพิมพ์.

การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2545). คู่มือการทดสอบสมรรถภาพทางกายประชาชนไทย. ม.ป.ท. : ม.ป.พ.

กิตติ ล้อมอภิชาติ. (2548). สารจากคณบดี. วันที่ค้นข้อมูล 20 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก

<http://medinfo.Psu.ac.th/KM/tkl.html>

กิตติกร มีทรัพย์. (2540). พ่อลูก (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

โกศล ดีศีลธรรม. (2546). การจัดการความรู้แห่งโลกธุรกิจใหม่. กรุงเทพฯ : ธนาเพรสเอนด์กราฟฟิค.

จรรยาพร ธรณินทร์. (2535). การออกกำลังกายและกีฬาเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : เลิฟแอนด์ลิฟ.

จินตนา วังตะออม. (2540). ผลของโปรแกรมส่งเสริมการออกกำลังกายโดยการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ชุมชนผู้สูงอายุ ตำบลบางทราย อำเภอมะนัง จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลสาธารณสุข, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

จารุวรรณ สีลา. (2546). ผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยท่ารำเชิงโดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.

จุฬารักษ์ โสตะ. (2546). กลยุทธ์การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

เจก ธนะสิริ. (2540). การเพิ่มประสิทธิภาพของแรงงาน (พิมพ์ครั้งที่ 15). กรุงเทพฯ : ป. สัมพันธ์พาณิชย์.

ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2541). สถิติเพื่อการวิจัย (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ : เทพเนรมิตการพิมพ์.

ทัศนุ โปธิสารรัตน์. (2549). การจัดโปรแกรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่มีผลต่อสมรรถภาพทางกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา วิทยาเขตเชียงราย. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ทัศนีย์ แดขุนทด. (2549). ผลของโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจโดยการประยุกต์ทฤษฎี
ความสามารถตนเองต่อความสามารถในการออกกำลังกายและการทำกิจกรรมในผู้ป่วย
โรคหลอดเลือดหัวใจโคโรนารี. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต,
สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

น้ำทิพย์ วิภาวิน. (2547). การจัดการความรู้กับคลังความรู้. กรุงเทพฯ : เอสอาร์ พรินติ้งแมส
โปรดักส์.

นำสุข บำเพ็ญแพทย์. (2547). ปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัย
บูรพา. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาการบริหารการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัยบูรพา.

บดินทร์ วิจารณ์. (2550). การจัดการความรู้สู่ปัญญาปฏิบัติ = Knowledge management in action
(พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : เอ็กสเปอร์เน็ท.

บุญดี บุญญาติ. (2549). การจัดการความรู้...จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ :
สถาบันเพิ่มผลผลิตแห่งชาติ.

บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2549). เทคนิคการสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย
(พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ : จามจุรี.

_____. (2546). สถิติวิเคราะห์เพื่อการวิจัย (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : จามจุรี.

บุญร่วม แก้วบุญเรือง. (2548). การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับกระบวนการเรียนรู้
อย่างมีส่วนร่วมในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัย
การสาธารณสุขสิรินธร ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตร
มหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ประคอง กรณสูต. (2542). สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์ (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ :
สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ปณิธาน หล่อเลิศวิทย์. (2541). นิยามศัพท์ส่งเสริมสุขภาพ ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2541. กรุงเทพฯ :
ดีไซร์.

ประทีน อัมสุขศรี. (2542). ประสิทธิภาพโปรแกรมสุขภาพโดยการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถ
ตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของสตรีอายุ
36-55 ปี อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต,
สาขาสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

ประพันธ์ ผาสุขยัต. (2548). *การจัดการความรู้ฉบับมือใหม่หัดขับ*. กรุงเทพฯ : ไบโหม.

_____. (2550). *การจัดการความรู้ (KM) ฉบับขับเคลื่อน LO* .(พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : ไบโหม.

ประสิทธิ์ สัจพงษ์. (2549). *การจัดการความรู้*. วันที่ค้นข้อมูล 20 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก

<http://www.hpc6.anamai.moph.go.th/KM/manage>

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. (2542). กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น.

พริดา วิเชียรปัญญา.(2547). *การจัดการความรู้ : พื้นฐานและการประยุกต์ใช้ = Knowledge management*. กรุงเทพฯ : เอ็กซ์เปอร์เน็ท.

พรวิมล เวชกุลธารง. (2547). *ผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายและภาวะสุขภาพของสตรีวัยกลางคนที่ไม่นำหนักเกิน จังหวัดฉะเชิงเทรา*.

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.

เพ็ญประภา ฤทธิลาภ. (2547). *ความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*.

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ภรดา ยังวิลัย. (2547). *ผลของการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองของผู้สูงอายุในการควบคุมอาการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.

มงคล ใจดี. (2539). *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. วารสารออกกำลังกายและกีฬาเพื่อสุขภาพ*, 1(1), 2-6.

มยุรี นิรัตน์ธราดร. (2539). *การศึกษาการรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น*.

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

รัตนวดี ณ นคร และคณะ. (2538). *กีฬาเวชศาสตร์ : สตรีกับการออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ : พี.บี.

ฟอเรน บุคส์เซนเตอร์.

ยุวดี รอดจากภัย และเอกลักษณ์ จุ่นเจริญ. (2548). *การสำรวจและประเมินสถานะการณ์การสร้างเสริมสุขภาพของคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*.

- เยาวดี วิเศษสินธุ์. (2549). *Knowledge and Knowledge management คืออารายนี้*. วันที่ค้นข้อมูล 21 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก <http://www.learners.in.th/blog/pumnarah/278>
- รสมาริน ญาณบุญ. (2550). *กิจกรรมการเรียนรู้ในห้องเรียนธรรมชาติเพื่อส่งเสริมการจัดการความรู้ของผู้เรียน*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- รัตนา ฦ ถำพูน. (2546). *นักวิชาชีพสารสนเทศกับการจัดการความรู้*. วันที่ค้นข้อมูล 20 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก <http://www.human.cmu.ac.th/~lib/InformationSquare/Info23-10-2546.html>
- วรรณวิไล จันทรากร. (2536). *มโนคติเกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคลและชุมชน*. เอกสารการสอนชุดวิชาสุขภาพส่วนบุคคลและชุมชน หน่วยที่ 1-7 (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- วลีรัตน์ แตรตุลาการ. (2541). *การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับกระบวนการเรียนรู้ อย่างมีส่วนร่วมในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ศรีธัญญา จังหวัดนนทบุรี*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสุขภาพศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วาริศา วิเศษสรรพ. (2540). *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ*. *วารสารการศึกษพยาบาล*, 8(1), 78-83.
- วิจารณ์ พานิช. (2548). *การจัดการความรู้ “ฉบับทำจริง” อย่างง่าย*, วันที่ค้นข้อมูล 20 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก http://www.ddvisor.animai.moph.go/conference /KM48/KM_reality.doc
- _____ (2549). *การจัดการความรู้ : ฉบับนักปฏิบัติ* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ.
- วิฑูรย์ สิมะ โชคดี. (2548). *ความรู้ขององค์กร*. วันที่ค้นข้อมูล 20 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก <http://sasuk12.com/pattalung/payom/OrganKnown.htm>
- วีระพงษ์ กิมาคม. (2550). *การจัดการความรู้*. วันที่ค้นข้อมูล 20 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก <http://www.1tmc.tsu.ac.th/paper/it001.doc>
- วุฒิพงษ์ ปรมัตถาวร. (2537). *การออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ : โอ.เอส.พรินติ้งเฮาส์.
- ศิริมา เขมะเพชร. (2541). *ประสิทธิภาพโปรแกรมสุขภาพศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดระดูที่คลินิกวัยทอง โรงพยาบาลตำรวจ กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสุขภาพศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

ศุภวรรณ ฐปงาม. (2549). KM. การจัดการความรู้เพื่อมุ่งสู่องค์กรแห่งการเรียนรู้.

วารสารกรมบัญชีกลาง, 47.

สถาบันส่งเสริมการจัดการความรู้เพื่อสังคม. (25..) 1 ปี สคส. จัดการความรู้สู่สังคมแห่งปัญญา.

กรุงเทพฯ : สถาบันส่งเสริมการจัดการความรู้เพื่อสังคม.

สุคนธ์ เจียสกุล และนพรัตน์ แก่นนาคำ. (2542). โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ก้าวใหม่ของงานอนามัยโรงเรียน. วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม. 22(1), 11-18

สมชาย ลีทองอิน. (2543). คู่มือส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข. กรุงเทพฯ :

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.

สมทรง รัศมีเผ่าและสรศักดิ์คุณ ควงคำสวัสดิ์. (2540). กระบวนการดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อพัฒนา

พฤติกรรมสุขภาพ. นนทบุรี : โครงการสวัสดิการวิชาการ สถาบันพระบรมราชชนก

สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2539). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ :

สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

_____. (2541). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :

สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ. (2547). สารสำคัญเกี่ยวกับการพัฒนาระบบราชการ

ไทย. วันที่ค้นข้อมูล 20 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก [http://www.nesac.or.th/office/](http://www.nesac.or.th/office/onesac_papers/paper_09.php)

[onesac_papers/paper_09.php](http://www.nesac.or.th/office/onesac_papers/paper_09.php)

สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. (2547). ศัพทานุกรม

ข้อมูลสุขภาพ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การรับสินค้าและพัสดุ.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2550). จำนวนประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปจำแนกตามการออกกำลังกาย กลุ่มอายุ เพศ เขตการปกครองและภาค.

วันที่ค้นข้อมูล 16 สิงหาคม 2551, เข้าถึงได้จาก [http://www.nso.go.th/thai/](http://www.nso.go.th/thai/stat/stat.23/toc)

[stat/stat.23/toc](http://www.nso.go.th/thai/stat/stat.23/toc)

สุชา จันทรเฒ. (2536). จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

สุชาดา ภักขารักษ์สกุล. (2546). ผลของโปรแกรมการออกกำลังกายแบบซิกงโดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า.

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย,

มหาวิทยาลัยบูรพา.

- สุภารัตน์ ขวัญเงิน. (2537). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถตนเองกับวิถีทางดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2541). หลักสำคัญของมวลศาสตร์ผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุปรียา ดันสกุล. (2544). กระบวนการเรียนรู้กับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ. เอกสารประกอบการประชุมสัมมนาเวทีโรงพยาบาลสุขภาพระดับชาติ, 7 มิถุนายน 2544, ชลบุรี.
- อรจริย์ ณ ตะกั่วทุ่ง. (2549). แนวคิดและวิธีการจัดการความรู้. วันที่ค้นข้อมูล 21 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก <http://www.pattani.go.th/KMC/modules.php?name=News&file=article&sid=336>
- อรนาถ วัฒนวงษ์. (2543). การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของแรงงานสตรีในโรงงานเฟอร์นิเจอร์จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสุขศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อุบลรัตน์ รุ่งเรืองศิลป์. (2540). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษาจังหวัดประจวบคีรีขันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสุขศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- American College of Sports Medicine. (1991). *ACSM's resource manual for guidelines for exercise testing and prescription*. (2nd ed.). MD : Williams & Wilkins.
- _____. (1995). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*. (5th ed.). BA : Williams & Wilkins.
- _____. (1998). *ACSM's resource manual for guidelines for exercise testing and prescription*. (3rd ed.). MD : Williams & Wilkins.
- Bandura. A. (1994) *Encyclopedia of Human Behavior*, 4, 71-74.
- _____. (1986a). *Self-efficacy*. In V.S. Ramachadram (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*. University of California, San Dieso La Jalla. CA : Academic.
- _____. (1986b). *Self-efficacy: The exercise of control*. NY: Freeman.
- _____. (1997). Cognitive Processes mediating Behaviral change. *Personality and Social psychology*, 35, 125-139.

- D'Alonzo K.T., Stevenson J.S. & Davis S.E. (2004). Outcomes of a program to enhance exercise Self-efficacy and improve fitness in Black and Hispanic collage- age women. *The National Library of Medicine*, 27(5),357-369.
- Davidson, C, & Voss, P. (2002). *Knowledge management : An introduction to creating competitive Advantage from Interllectual Capital*. AucKland, New Zealand : Tandem Press.
- Henric, M., & Hcdgepeth, O. (2003). *Size is important in Knowledge management*. *Journal of Knowledge Management Practice*. Retrieved August 9, 2005, from <http://www.tlinc.com/artc153.htm>
- Howley, E. T., & Franks, B. (1997). *Health fitness instructor's handbook*. (3rd ed.). Champaign : Human Kinetics.
- Huddleston, I. S. (1998). Exercise. In Edelman C. L., & Mandel C. L.. (Eds), *Health promotion through out the life span*. St. LA : Mosby Year Book.
- Kart, C.S., Metress, E. K., & Mctress, S.P. (1992). *Human aging and chronic disease*. BT : Jones and Bartett.
- Leaungsomnapa, Y. (1999). Efficacy expectation and outcome expectation to exercise behavior of nursing student at phrapokklao nursing college chantraburi province. Master' s Thesis, Department of Social Medical Science, Graduate School, Mahidol University.
- Mazzeo, R. S. et. Al. (1998). Exercise and physical activity for older adults. *Medicne and science in sports & Exercise*, 26(5), S86-S92.
- Mc Auley, E, & Jacobson, L. (1991). Self-efficacy and exercise participation in sedentary adult females. *American Journal of Health Promotion*, 5, 185 - 191.
- Mc Auley, E. (1992). The role of cognitive in the prediction of exercise behavior in middle-age adults. *Journal of Behavioral Medicine*, 15, 65 - 67.
- Murry, R.,& Zentner, J. (1993). *Nursing Assessment and Health Promotion through the Life Span*. NJ : Pentice-Hall Inc.
- Niemon, D. C. (1997). *The exercise health connection*. IL : Human Kinetics.
- Oka, R.K. et.al. (1996). Predictors of physical activity in patients with chronic heart failure secondary to either ischemic or idiopathic dilated cardiomyopathy. *American Journal of Cardology*, 77,159 -163.

- Palank, C.L. (1991). Determinants of Health Promoting Behavior A Review of Current Research. *Nursing Clinics of North America*, 26, 816.
- Payne, W.A., & Hahn, D. B. (1995). *Understanding your health*. (4th ed.). St. LA : Mosby - Year Book.
- Pender, N.J. (1987). *Health promotion in nursing practice* (2nd ed.). CA : Appleton & Lange.
- Pender, N.J. (1996). *Health promotion in nursing practice* (3rd ed.). CA : Appleton & Lange.
- Sale, J. E. M., McCargar, L. J., Grawford, S. M., & Taunton, S. E. (1998). Effects of exercise modality on metabolic rate and body composition. *Clinical Journal of sport medicine*, 5(20), 100-107.
- Schulz, A. B. (1995). *Muscle function and mobility biomechanics in the elderly : an overview of some recent research*. The Journal of Gerontology.
- Simpson, W. M. (1986). Exercise : Prescriptions for the elderly. *Geriatrics*, 41(1), 95-100.
- Stanley, M., & Beare, P.G. (1995). *Gerontological nursing*. Philadelphia : F.A. Davis.
- Trapp, Holger. (1999). *Benefits of an intranet-based knowledge management system-measuring the effects*. Retrieved August 9 2008, from [http:// www. Icce2001. org/cd/pdf/p10/ JP113](http://www.Icce2001.org/cd/pdf/p10/JP113)
- Walker, et al. (1990). A Spanish Language Version of Health-Promoting Lifestyles Profiles. *Nursing Research*, 39, 258-273.
- Whitney, J. D., Stotts, N.A., & Goodson, W. H. (1998). Effects of dynamic exercise on Subcutaneous oxygenation and temperature. *Research in Nursing and Health*. 18, 97-104.
- WHO. (1999). *Ottawa charter For Health Promotion*. Retrieved August 9 2008, from [http :// www.who.int/hpr/docs/ottawa.html](http://www.who.int/hpr/docs/ottawa.html).