

บรรณานุกรม

- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2543). *เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายประชาชนไทย*. กรุงเทพฯ: นิวไตรมิตรการพิมพ์.
- _____. (2549). *การทดสอบสมรรถภาพทางกาย นักกีฬาเยาวชนแห่งชาติและนักกีฬาแห่งชาติ*. กรุงเทพฯ: กองสมรรถภาพการกีฬา ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย.
- กรมพลศึกษา. (2534). *หนังสืออ่านประกอบเรื่องการออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.
- จิตตราณี ประสงค์เจริญ. (2531). *ความสัมพันธ์ระหว่างการจับออกซิเจนสูงสุดด้วยวิธีจักษยาน วัตงานของออสตรานด์และวิธีการก้าวขึ้นลงของออสตรานด์*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เจษฎา ชีววิศิษฐ์กุล. (2555). *การวัดปริมาณการใช้ออกซิเจนสูงสุดโดยวิธีทางตรงและวิธีทางอ้อม แบบ Queen's college step test*. การค้นคว้าแบบอิสระวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชัยสิทธิ์ ลิขณะวานิชพันธ์ และคณะ. (2533). *รายงานการศึกษาวิจัย การศึกษาถึงแผนภูมิมาตรฐานของสมรรถภาพการใช้ออกซิเจนสูงสุดในนักกีฬาไทย*. กรุงเทพฯ: ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์ และกันยา ปาละวิวัจน์. (2536). *สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ณัฐพล ไตรเพิ่ม. (2546). *การออกกำลังกายแบบแอโรบิกในปริมาณงานที่แตกต่างกันที่มีผลต่อสมรรถภาพการใช้ออกซิเจน ความจุปอด และเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ธีระศักดิ์ อาภาวัฒนสกุล. (2552). *หลักวิทยาศาสตร์ในการฝึกกีฬา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประทุม ม่วงมี. (2527). *รากฐานทางสรีรวิทยาของการออกกำลังกายและการพลศึกษา*. กรุงเทพฯ: บุรพาสานน์.
- พานิช ไชยศรี และคณะ. (2538). *การวิเคราะห์เครื่องมือทดสอบความสามารถ ในการใช้เครื่องออกซิเจนสูงสุดโดยจักษยานวัตงาน 2 แบบ*. เชียงใหม่: วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่.
- พิชิต ภูดิจันทร์. (2545). *กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของมนุษย์*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- _____. (2547). *วิทยาศาสตร์การกีฬา*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

- เพ็ญพิมล ชัมมรัคคิต. (2537). สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. ใน วิรุฬ เหล่าภัทรเกษม (บรรณาธิการ), กีฬาวissenschaft. กรุงเทพฯ: พี.บี. ฟอเรย์ บุคส์ เซ็นเตอร์.
- พรชนก ปัญญาขันธ์. (2545). การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้ออกซิเจนสูงสุดระหว่างการทดสอบด้วยการออกกำลังกายระดับต่ำกว่าสูงสุดโดยใช้จักรยานวัดงานและการเดินทดสอบระยะทาง $\frac{1}{4}$ ไมล์ ในวัย 20 - 29 ปี 30 - 39 ปี และ 40 - 49 ปี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาวิทยาศาสตร์กีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล. (2554). เอกสารประกอบการสอนรายวิชา 518724 การวัดความสามารถในการใช้ออกซิเจน. เชียงใหม่: ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ราตรี เรืองไทย. (2545). เอกสารประกอบการสอนรายวิชา 183512 การทดสอบสมรรถภาพทางกายและการฝึกทางกาย เรื่อง *Cardiorespiratory fitness test*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- รุ่งชัย ชวนไชยะกุล. (2552). ผลของการอบอุ่นร่างกายต่ออัตราชีพจรและสมรรถนะในการออกตัวและการว่ายน้ำระยะสั้นของนักกีฬาวัยรุ่น. วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา, 9(1-2), 95-135.
- สมหมาย แดงสกุล. (2545). เอกสารประกอบการสอนวิชาสรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุภาวดี กลกิกรม. (2548). ความสามารถในการใช้ออกซิเจนสูงสุดจากการทดสอบการก้าวขึ้นลงบันได โดยวิธีการจับชีพจรขณะออกกำลังกายและการจับชีพจรในระยะพักฟื้น. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- American College of Sports Medicine. (1998). Position stand on the recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 30(6), 975-985.
- _____. (2000). *Guidelines for exercise testing and prescription*. Philadelphia, PA: Lippincott, Williams & Wilkins.
- _____. (2008). *Health-related physical fitness assessment manual* (2nd ed.). Philadelphia, PA: Lippincott, Williams & Wilkins.

- American College of Sports Medicine. (2014). *High-intensity interval training*. Retrieved from <http://www.acsm.org>
- Åstrand, P.O., & Ryhming, I. (1954). A nomogram for calculation of aerobic capacity (physical fitness) from pulse rate during submaximal work. *Journal of Applied Physiology*, 7, 218-221.
- Bell, D.G., & Jacobs, I. (1992). Blood lactate response to the Canadian aerobic fitness test in females. *Canadian Journal of Sport Sciences*, 17, 148-151.
- Books, G. A., Fahey, T. D., & White, T. P. (1996). *Exercise physiology human bioenergetics and its applications* (2nd ed.). California: Mayfield.
- Brian MAC Sport Coach. (2008). *Queens college step test*. Retrieved from <http://www.brianmac.co.uk/queens.html>
- Brooks, G. A., & Fahey, T. D. (1987). *Fundamentals of human performance*. New York: Macmillan.
- Brouha, L. (1943). The step test: A simple method of measuring physical fitness for muscular work in young men. *Research Quarterly*, 14, 31-36.
- Buono, M. J., Roby, J. J., Micale, F. G., Sallis, J. F., & Shepard, W. E. (1991). Validity and reliability of predicting maximum oxygen uptake via field tests in children and adolescents. *Pediatric Exercise Science*, 3, 250-255.
- Foss, M., & Keteyian, S. (1998). *Physiological basis for exercise and sport* (6th ed.). Boston: McGraw-Hill.
- Chatterjee, S., Chatterjee, P., Mukherjee, P. S., & Bandyopadhyay, A. (2004). Validity of queen's college step test for use with young Indian men. *British Journal of Sports Medicine*, 38, 289-291.
- Chatterjee, S., Chatterjee, P., & Bandyopadhyay, A. (2005). Validity of queen's college step test for estimation of maximum oxygen uptake in female students. *Indian Journal of Medical Research*, 121, 32-35.
- Davey, M. R. (1987). The effect of a structured walking/ jogging program on the cardiovascular Fitness, self-concept, and body image of mildlymentally ratarded adults. *Dissertation Abstracts International*, 48(5), 1145-A.

- Francis, K., & Brasher, J. (1992). A height - adjusted step test for predicting maximal oxygen consumption in males. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 32(3), 282-287.
- Francis, K. T. (1987). Fitness assessment using step tests. *Compr Ther*, 13, 36-41.
- Getchell, B., & Anderson, W. (1982). *Being fit: A personal guide (Wiley self-teaching guides)*. New York: Wiley.
- Gledhill, N., & Jamnik, R. (1995). Determining power output for cycle ergometer with different sized flywheels. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 27, 134-135.
- Jack, W. H., & David, C. L. (1994). *Physiology of sport and exercise*. USA: Human Kinetics.
- Jia, L. (2012). *Comparison of results of aerobic power value derived from different maximum oxygen consumption testing methods*. Master's thesis, Exercise and Sport Science, Faculty of Sport Science, Burapha University.
- Heyward, V. H. (1998). *Advance fitness assessment and exercise prescription* (3rd ed.). Champaign, Illinois: Human Kinetic.
- _____. (2002). *Advance fitness assessment and exercise prescription* (4th ed.). Champaign, Illinois: Human Kinetic.
- Hinkle, D. E, William, W., & Stephen, G. J. (1998). *Applied statistics for the behavior sciences* (4th ed.). New York: Houghton Mifflin.
- Hoeger, W. K., & Hoeger, W. S. (2002). *Principles and laps for fitness and wellness*. Canada: Transcontinental Printing.
- Hoeger, W. K. (1989). *Lifetime physical fitness & wellness* (2nd ed.). Colorado, USA: Morton.
- Katch, V. L., McArdle, W. D., & Katch, F. I. (2011). *Essentials of exercise physiology* (4th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer/ Lippincott Williams & Wilkins.
- Kraemer, W. J. et al. (2012). *Exercise physiology integrating theory and application*. Philadelphia: Wolters Kluwer/ Lippincott Williams & Wilkins.
- Liu, C. M. (2007). *Estimation of $\dot{V}O_{2max}$: A comparative analysis of post-exercise heart rate and physical fitness index from 3-minute step test*. Hsinchu, Taiwan: National Hsinchu University of Education.

- McArdle, W. D., Katch, F. I., Pechar, G. S., Jacobson, L., & Ruck, S. (1972). Reliability and interrelationship between maximal oxygen intake, physical work capacity, and step test scores in college women. *Med. Sci. Sport*, 4, 182.
- Seaton, D. C., Clayton, I. A., Leibee, H. C., & Messersmith, L. L. (1974). *Physical education handbook*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Shamsi, M. M., Ghaderi, M., Alinejad, H. A., & Gharakhanlou, R. (2011). Maximal step test: A new approach to step test improvements. *World Applied Sciences Journal*, 12(11), 2058-2060.
- Thompson, W. R., Gordon, N. F., & Pescatello, L. S. (2009). *American college of sports medicine (ACSM)'s guidelines for exercise testing and prescription* (8th ed.). Philadelphia: ACSM Group.
- Tritschler, K. (2000). *Practical measurement and assessment* (5th ed.). Philadelphia: Lippincott William & Wilkins.
- Wilmore, J., Costill, D., & Kenney, W. L. (2008). *Physiology of sport and exercise* (4th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Yoopat, P., Vanwonderghem, K., & Louhevaara, V. (2002). Evaluation for step-test for assessing the cardiorespiratory capacity to workers in Thailand: A pilot study. *Journal Human Ergonomics*, 31, 33-40.
- Zar Abdossaleh, F. A. (2013). Assessment of the validity of queens step test for estimation maximum oxygen uptake ($\text{Vo}_{2\text{max}}$). *International Journal of Sport Studies*, 3(6), 617-622.