

บรรณานุกรม

- กรมการปกครอง. (2565). สถิติผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : (ออนไลน์). แหล่งที่มา
<https://stat.bora.dopa.go.th/StatMIS/#/ReportStat/1> 2 กันยายน 2565.
- กรมพลศึกษา. (2562). แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของประชาชนอายุ 60 - 69 ปี. สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- _____. (2562). แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของประชาชนอายุ 19 - 59 ปี. สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- กรมพลศึกษา. (ม.ป.ป.). นันทนาการคือวิถีชีวิต. ม.ป.ท. : กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- กรรวิ บุญชัย. (2540). คิเนสิโอโลยีเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ. (2560). **ข้อเสนอแนะการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย การลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง และการนอนหลับสำหรับผู้สูงอายุ (ตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป).** กรุงเทพมหานคร : เอ็นซี คอนเซ็ปต์.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2557). วิทยาศาสตร์การฝึกสอนกีฬา. กรุงเทพฯ: สিনธนาท้อปี่เซ็นเตอร์ จำกัด
- ฐิติกร โตโพธิ์ไทย และคณะ. (2560). **คนไทยใช้พลังงานในกิจกรรมทางกายและพฤติกรรมเนือยนิ่งเท่าไร.** วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข. 11(3), 327-344.
- ดอกจันทร์ คำมีรัตน์, บุญทัน ดอกไธสง, และ อิมรอน มะลูลิ้ม. (2552). **กลยุทธ์ในการบริหารของบริษัท เอ็นอีซีโทคิน อิเล็กทรอนิกส์ (ประเทศไทย) จำกัด.** (ออนไลน์). แหล่งที่มา
<http://www.grad.vru.ac.th/download4/141.pdf>. 23 มิถุนายน 2566.
- ทรงศักดิ์ ภูสีอ่อน. (2556). การประยุกต์ใช้ SPSS วิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 6. มหาสารคาม : ตักสิลาการพิมพ์.
- ธชา รุญเจริญ สมบัติ กาญจนกิจ และโรจพล บุณรักษ์. (2561). **พฤติกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย.** คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. วารสารวิชาการสถาบันการพลศึกษา. ปีที่ 10(1). 217 – 230.
- ธีรศักดิ์ จันทร์ประโคน. (2564). **ผลของการฝึกสปีดแลดเดอร์ที่มีต่อความคล่องแคล่วว่องไวและสมรรถนะการทำกิจกรรมในผู้สูงอายุ.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ .
- นพพงษ์ บุญจิตราดุลย์. (2527). **หลักการการบริหารการศึกษา.** กรุงเทพฯ : ภาควิชาการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- บุญชม ศรีสะอาด. 2554. **การวิจัยเบื้องต้น.** (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- ปรีดาภรณ์ ดวงใจดี และคณะ. (2560). **การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ.** วารสารศาสตร์การศึกษาและการพัฒนามนุษย์. ปีที่ 2(2). 112 – 120.
- พีระพงษ์บุญศิริ. (2542). **นันทนาการและการจัดการ.** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.

- ภัทรารักษ์ ไชยชมพู. (2565). **ความรอบรู้ทางกายและกิจกรรมทางกายในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง**. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2560). **รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2560**. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เด็อนตุลา.
- วิชัย เอกพลากร, หทัยชนก พรรคเจริญ, และวราภรณ์ เสถียรนพเก้า. (2564). **การสำรวจสุขภาพประชาชนไทย โดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 6 พ.ศ. 2562-2563**. นนทบุรี : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- วิรัช วิรัชนิภาวรรณ. (2548). **การบริหารจัดการและการบริหารการพัฒนาขององค์กรตามรัฐธรรมนูญและหน่วยงานของรัฐ**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์นิติธรรม.
- วีระวัฒน์ แซ่จิว. (2559). **กิจกรรมทางกายและสมรรถภาพทางกายของผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายในจังหวัดชลบุรี**. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ศิริพันธ์ ถาวรทิวังษ์. (2533). **สังคมวิทยาและมานุษยวิทยาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร : กิ่งจันทร์การพิมพ์.
- ศุภโชคชัย นันทศรี และวรรณวนิช ต่อณคร้าม. (2559). **แนวทางการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ตำบลไตรตรัง อำเภอมือง จังหวัดกำแพงเพชร**. “การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 6 วิทยาการจัดการวิชาการ 2017: การวิจัยยุคประเทศไทย 4.0. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2563). **พื้นที่กิจกรรมทางกายในประเทศไทยหลังวิกฤตโควิด-19**. นครปฐม : ภาพพิมพ์.
- สมคิด บางโม. (2558). **องค์การและการจัดการ**. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร : วิทยพัฒน์.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2560). **นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สยาม ทองใบ และคณะ. (2562). **การศึกษาสมรรถภาพทางกายในกลุ่มผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาผู้สูงอายุในเขตอำเภอมือง จังหวัดนครสวรรค์**. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร ปีที่ 7. 380-393.
- สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ. (2545). **การทดสอบและประเมินสร้างสมรรถภาพทางกาย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา.
- สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง. (2565). **ระบบสารสนเทศเพื่อการบริหาร: สถิติประชากรรายจังหวัด เดือนกันยายน 2565 ตามช่วงอายุ 60 ปี ถึง 65 ปี**. (ออนไลน์). แหล่งที่มา <https://stat.bora.dopa.go.th/StatMIS/#/ReportStat/3>. 14 มกราคม 2566.
- สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2552). **สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2552**. (พิมพ์ครั้งที่ 1). มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.). ทิวพี.
- สุพิตร สมชาติ และคณะ. (2549). **การสร้างแบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพสำหรับเด็กไทย อายุ 7 - 18 ปี**. นนทบุรี : พี.เอส.ปริ้นท์.
- สุวิมล ตีรกันนธ์. (2557). **ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์ : แนวทางสู่การปฏิบัติ**. (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- อนรรฆ อีสเฮาะ. (2562). **คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา**. สารนิพนธ์ปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- อนุวัติ คุณแก้ว. (2566). **การเลือกใช้สถิติพื้นฐานและสถิติขั้นสูงสำหรับการวิจัย การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้น การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอผลลัพธ์**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อัจฉรา ปุราคม. (2559). **การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). เพชรเกษมการพิมพ์.
- อัจฉรา ปุราคม และคณะ. (2556). **คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับผู้สูงอายุไทย**. นครปฐม : คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- อำพล ชะโยมชัย และคณะ. (2563). **นันทนาการในคนไทยสูงอายุ: การสนับสนุน แรงจูงใจ ความพึงพอใจ และมุมมองด้านประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการ**. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์, 6(3), 177-193.
- Aloulou, H., Aloulou, H., Abdulrazak, B., & Kacem, A. H. (2023). **Personalized, context-aware, and adaptable persuasive approach for encouraging physical activity among older adults**. (online). Entertainment Computing, 46, 100567. Available: <https://doi.org/10.1016/j.entcom.16> May 2023.
- Bartol, K. M. & Martin, D. C. (1991). **Management**. New York : McGraw - Hill.
- Bangmo, S. (2015). **Organization and Management**. (7thed.). Bangkok: Witthayapat. (In Thai).
- Bendall et al. (2009). **An enhanced mass spectrometry approach reveals human embryonic stem cell growth factors in culture**. Mol Cell Proteom 2009; 8(3):
- Best, J. W. (1993). **Research in Education**. Boston MA : Allyn and Bacon.
- Bohrer, R. C. D., Pereira, G., Beck, J. K., Lodovico, A., & Rodacki, A. L. F. (2019). **Multicomponent Training Program with High-Speed Movement Execution of Ankle Muscles Reduces Risk of Falls in Older Adults [Article]**. (online). Rejuvenation Research, 22(1), 43-50. Available: <https://doi.org/10.1089/rej.2018.2063>. 12 Sep 2023.
- Bunchai, K. (1997). **Basic Kinesiology**. Bangkok : Kasetsart University Publishing House. (In Thai).
- Carvalho, J., et al. (2012). **Health Promotion practice : effect of an exercise program on functionality and physicality in elderly women**. Journal of science and Medicine in sport. 15(1) s288.
- Chaichompoo, P. (2022). **Physical Literacy and Physical Activities Among Older Persons with Hypertension**. Thesis, Master of Nursing Science Program in Gerontological Nurse Practitioner, Chaing Mai University, Chaing Mai. (In Thai).
- Chayomchai, A., Petmee, P., Treemek, W., Sarnthong, J., Autum, J., & Ngao-ngam, R. (2020). **Recreation in the Elderly Thai People: Supporting, Motivation, Satisfaction, and**

- Benefit View of Recreational Activities. *Journal of Humanities and Social Sciences*, Rajapruk University, 6(3), 177-193.
- Cronbach, L. J. (1990). **Essentials of psychological testing**. (5th ed.). New York : Harper Collins Publishers.
- Department of Physical Education. (n.d.). **Recreation is a way of life**. N.P. : Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports. (In Thai).
- Donath, L., Kurz, E., Roth, R., Zahner, L., & Faude, O. (2016a). **Leg and trunk muscle coordination and postural sway during increasingly difficult standing balance tasks in young and older adults**. (online). *Maturitas*, 91, 60-68. Available: <https://doi.org/10.1016/j.maturitas>. 15 Jun 2023.
- Ekkapalakorn, W., Phatcharoen, H., & Satiannoppakao, W. (2021). **Survey of Thai people's health by physical examination, No. 6, 2019-2020**. Nonthaburi : Health Systems Research Institute. (In Thai).
- Handsaker, C.J., Brown, J.S., Bowling, L.F. & Cooper, G. (2016). **Resistance exercise training increases lower limb speed of strength generation during stair ascent and descent in people with diabetic peripheral neuropathy**. *Diabetic Medicine*, 33(1), 97-104.
- Hurd, A. R., & Anderson, D. M. (2010). **The Park and Recreation Professional's Handbook**. Human Kinetics.
- Institute for Population and Social Research, Mahidol University. (2020). **Regenerating physical activity in Thailand after COVID-19 pandemic**. Nakhon Pathom : Parbpim. (In Thai).
- Ishoh, A. (2019). **Quality of Life of People in Tambon Sakom Administrative Organization, Thepha District, Songkhla Province**. Thesis, Master of Public Administration Program in Public Administration, Prince of Songklan University, Songkla. (In Thai).
- Jensantikul, N. (2023). **Social Welfare for Thailand's Elderly: Policy Perspectives and Proposals for Co-production**. (online). *Asia Social Issues*, 16(3), e253814-e253814. Available: <https://doi.org/10.48048/asi.2023.253814>. 10 Sep 2023.
- Khunkaew, A. (2023). **Selection of basic and advanced statistics for research Basic agreement test data analysis and presentation of results**. Bangkok : Chulalongkorn University Press. (In Thai).
- Krejcie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). **Determining Sample Size for Research Activities**. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), pp. 607-610.
- Likert, R. (1961). **New Pattern of Management**. New York : McGraw-Hill.
- Max Weber. (1947). **The Theory of Social and Economic Organizations**. Translated by A.M. Henderson and T. Parsons. New York : Free Press.
- Morrow et. Al (2000). **Measurement and Evaluation in Human Performance**. Illinois: Human Kinetics. 421-32.

- Office of Sports and Recreation Development. (2002). **Physical fitness testing and assessment**. Bangkok : Religion Publishing House. (In Thai).
- Perula LA, Varas-Fabra F, Rodriguez V, Ruiz-Moral R, Fernandez JA, Gonzalez J, Perula CJ. Et al. (2012). Effectiveness of a multifactorial intervention program to reduce falls incidence among community-living older adults: a randomized trial. *Archive of Physical Medicine Re-habitation*. 93(10), 1677-1684
- Physical Activity Division for Health, Department of Health, Ministry of Public Health (2018). **Thailand Recommendations on Physical Activity, Non-Sedentary Lifestyles and Sleeping for Elderly (Age 60 years and over)**. Bangkok : NC Concept. (In Thai).
- Rikli, R., & Jones, J. (1999). **Development and validation of a functional fitness test for a community-residing adults**. (Online). *Journal of Aging and Physical Activity*, 7, 129-161. Available: <https://doi.org/10.1123/japa.7.2.129>. 23 Jun 2023.
- Stoner, James A.F. & Freeman, Edward R. (1989). **Management**. (4th ed.). Englewood Cliffs New Jersey : Prentice - Hall.
- Son, J. S., Nimrod, G., West, S. T., Janke, M. C., Liechty, T., & Naar, J. J. (2021). **Promoting older adults' physical activity and social well-being during COVID-19**. *Leisure Sciences*, 43(1-2), 287-294. Available: <https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1774015>. 16 May 2023.
- Thawom thaweewong, S. (1990). **Basic sociology and anthropology**. Bangkok : King Chan Press. (In Thai).
- The Bureau Of Registration Administration, Department of Provincial Administration. (2022). **Management information system: Provincial population statistics**, September 2022, according to age range 60 years to 65 years. Retrieved January 14, 2023, from <https://stat.bora.dopa.go.th/StatMIS/#/ReportStat/3> (In Thai).
- Tirakanun, S. (2014). **Social science research methods: guidelines for practice**. (12th ed.). Bangkok : Chulalongkorn University Press. (In Thai).
- United Nations. (2019). **2019 UNIDOP Celebrates “The Journey to Age Equality”**. New York : United Nations.
- Wangler, J., & Jansky, M. (2023). **Promotion of Exercise and Health for Older People in Primary Care: A Qualitative Study on the Potential, Experiences and Strategies of General Practitioners in Germany**. *Journal of Prevention*, 1-14. Available: <https://doi.org/10.1007/s10935-023-00730-6>. 27 May 2023.
- World Health Organization. (2010). **Global Recommendations on Physical Activity for Health**. Geneva : World Health Organization.