

คำนำ

เทเบิลเทนนิส (PE 261) เป็นกระบวนวิชาตามหลักสูตรชั้นปริญญาตรี วิชาเอก
พลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง เทเบิลเทนนิสเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยม
มากในปัจจุบัน ผู้เขียนได้บรรจุเนื้อหาเบื้องต้น ความรู้เกี่ยวกับกีฬาเทเบิลเทนนิส ทักษะ
พื้นฐาน แบบฝึก การอบอุ่นร่างกาย การสร้างสมรรถภาพทางกาย ทักษะการตีลูกขั้นสูง
จิตวิทยาการกีฬา และกติกาในการแข่งขัน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้คงให้ความรู้ทาง
ด้านวิชาการแก่ผู้อ่านและผู้ต้องการศึกษาค้นคว้าได้เป็นอย่างดี

กราบขอบพระคุณ เจ้าของตำราและเอกสารทุกท่านที่ผู้เขียนนำมาใช้ประกอบการ
เขียนและนำมาอ้างอิงจนหนังสือเล่มนี้เสร็จสมบูรณ์ และมีคุณค่า

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เจริญ ธาณิรัตน์

9 มกราคม 47

