

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ประวัติของกีฬาแบดมินตัน

ประวัติของกีฬาแบดมินตันบันทึกได้แน่นอนในปี พ.ศ. 2413 ปรากฏว่ามีการเล่นกีฬา ลูกขนไก่เกิดขึ้นที่เมืองปูนา (Poona) ในประเทศอินเดีย เป็นเมืองเล็กๆ ห่างจากเมืองบอมเบย์ ประมาณ 50 ไมล์ โดยได้รวมการเล่นสองอย่างเข้าด้วยกันคือ การเล่นปูนาของประเทศอินเดีย และการเล่นไม้ตีกับลูกขนไก่ (Battledore Shuttle Cock) ของยุโรปในระยะแรกๆ การเล่นจะเล่นกันเพียงแต่ในหมู่ทหารของกองทัพ และสมาชิกชนชั้นสูงของอินเดีย จนกระทั่งมี นายทหารอังกฤษที่ไปประจำการอยู่ที่เมืองปูนา นำการเล่นตีลูกขนไก่นี้กลับไปอังกฤษ และเล่นกันอย่างกว้างขวาง ณ คลุหาสน์แบดมินตัน (Badminton House) ของดยุกแห่งบิวฟอร์ด ที่กลอสเตอร์เชอร์ ในปี พ.ศ. 2416 เกมกีฬาตีลูกขนไก่เลยถูกเรียกว่า แบดมินตัน ตามชื่อคลุหาสน์ของดยุกแห่งบิวฟอร์ดตั้งแต่นั้นมา กีฬาแบดมินตันเริ่มแพร่หลายในประเทศแถบภาคพื้นยุโรป เพราะเป็นเกมที่คล้ายเทนนิส แต่สามารถเล่นได้ภายในตัวตึก โดยไม่ต้องกังวลต่อลมหรือหิมะ ในฤดูหนาว ชาวยุโรปที่อพยพไปสู่ทวีปอเมริกา ได้นำกีฬาแบดมินตันไปเผยแพร่ รวมทั้งประเทศต่างๆ ในทวีปเอเชียและออสเตรเลียที่อยู่ภายใต้อาณานิคมของอังกฤษ เนเธอร์แลนด์ ต่างนำเกมแบดมินตันไปเล่นยังประเทศของตนอย่างแพร่หลาย เกมกีฬาแบดมินตันจึงกระจายไปสู่ส่วนต่างๆ ของโลก รวมทั้งประเทศไทยด้วยการเล่นแบดมินตันในระยะแรกๆ มิได้มีกฎเกณฑ์ แต่เป็นเพียงตีโต้ลูกกันไปมา ไม่ให้ลูกตกพื้นเท่านั้น เส้นแบ่งแดนก็ใช้ตาข่ายผูกโยงระหว่างต้นไม้สองต้น ไม่ได้คำนึงถึงเรื่องค้ำสูง เล่นกันข้างละไม่น้อยกว่า 4 คน ส่วนมาจะเล่นทีมละ 6 ถึง 9 คน ผู้เล่นแต่งตัวตามสบาย สุภาพสตรีสวมกระโปรงยาวทั้งชุด ใส่หมวกติดผ้าลายลูกไม้ สุภาพบุรุษแต่งสากลผูกโบว์ไทด์ เพราะกีฬาแบดมินตันได้รับความนิยมแพร่หลายออกไปตามบ้านข้าราชการ พ่อค้า คหบดี และประชาชน

## ประวัติกีฬาแบดมินตัน

จอห์น ลอเรน บอลด์วิน ผู้ริเริ่มกีฬาแบดมินตันขึ้นเป็นครั้งแรกโดยจัดการเล่นที่

คฤหาสน์ แบดมินตัน (Badminton House) ในปราสาทของท่านดยุค แห่งบิวฟอร์ด ในกลอสเตอร์เชอร์ ประเทศอังกฤษ บอลด์วินมีความคิดเมื่อใดไม่ปรากฏแน่ชัด แต่ว่ากันประมาณ 60 ปีกว่า ของคริสต์ศตวรรษที่แล้ว

บอลด์วิน เกิดเมื่อ พ.ศ. 2352 ได้รับการศึกษาในมหาวิทยาลัยอ็อกซ์ฟอร์ด เขาสนใจกีฬากรีกเกต และละครมาก เขามีความชำนาญในกีฬาหลายชนิด และได้ก่อตั้งสโมสรในกรุงลอนดอน (London) หลายแห่งจนได้ชื่อว่า "ราชาสโมสร" ได้มีนิตยสารฉบับหนึ่งชื่อ "แวนิตี้แฟร์" ได้กล่าวไว้ว่า "เป็นเวลากว่าครึ่งศตวรรษที่เดียวที่ชื่อเสียงของเขายิ่งใหญ่ในวงการสังคม สโมสร ซึ่งทุกคนเชื่อฟังด้วยความเคารพ และเขาเองไม่มีใครเท่าเทียมได้ ในการสร้างข้อบังคับ และเป็นผู้ชี้ขาดเกี่ยวกับปัญหาทั่วไป และกำลังอยู่ระหว่างปรับปรุงข้อมูลต่างๆจากลักษณะดังกล่าวนี้ เราจะคิดไม่ได้หรือว่า เขาเป็นผู้วางกฎข้อบังคับกีฬาแบดมินตันขึ้นเป็นครั้งแรกสุด ถึงแม้ว่าจะไม่ปรากฏเป็นลายลักษณ์อักษรก็ตาม"

แวนิตี้แฟร์ บอกให้ทราบว่า "เขาเป็นสหายคนสำคัญของท่านดยุคแห่งบิวฟอร์ด" ชีวิตในระยะหลังบอลด์วินได้ไปอาศัยอยู่ใกล้ๆกับวิหาร Tintem Abbey ห่างจากคฤหาสน์แบดมินตัน ไปทางตะวันตกประมาณ 32 กิโลเมตร เมื่ออยู่ที่นั่นเขาได้รับขนานนามว่า ท่านบิดาแห่งทินเทิน ขณะนั้นเขาแก่ลงมาก ความชราที่ไม่ได้ทำให้เขาลดหย่อนงานอันเป็นที่ยอมรับกันเลย

## ประวัติแบดมินตันในประเทศไทย

การเล่นแบดมินตัน ได้เข้ามาสู่ประเทศไทยในราวปี พ.ศ. 2456 โดยเริ่มเล่นกีฬาแบดมินตันแบบมีตาข่าย โดยพระยานิพัทยกุลพงษ์ ได้สร้างสนามขึ้นที่บ้าน ซึ่งตั้งอยู่ริมคลองสมเด็จพระเจ้าพระยาธนบุรี แล้วนิยมนั่งเล่นกันอย่างแพร่หลายออกไป ส่วนมากเล่นกันตามบ้านผู้ดีมีตระกูล วงเจ้านาย และในราชสำนัก การเล่นแบดมินตันครั้งนั้น นิยมเล่นข้างละ 3 คนกันมาก

ประมาณปี พ.ศ. 2462 สโมสรกลาโหมได้เป็นผู้จัดแข่งขันแบดมินตันทั่วไปขึ้นเป็นครั้งแรก โดยจัดการแข่งขัน 3 ประเภท ได้แก่ ประเภทเดี่ยว ประเภทคู่ และประเภทสามคน ปรากฏว่าทีมแบดมินตันบางขวางนนทบุรี (โรงเรียนราชวิทยาลัยบางขวางนนทบุรี) ชนะเลิศทุกประเภท นอกจากนี้มีนักกีฬาแบดมินตันฝีมือดีเดินทางไปแข่งขันยังประเทศใกล้เคียงอยู่บ่อยๆ

ต่อมาปี พ.ศ. 2494 พระยาจินดารักษ์ได้ก่อตั้งขึ้นเป็นสมาคมชื่อว่า "สมาคมแบดมินตันแห่งประเทศไทย" เมื่อแรกตั้งมีอยู่ 7 สโมสร คือ สโมสรสมานมิตร สโมสรบางกอก สโมสรนิวบอย สโมสรยูนิต์ สโมสร ศ.ธรรมภักดี สโมสรสิงห์อุดม และสโมสรศิริบำเพ็ญบุญ ซึ่งในปัจจุบันนี้เหลือเป็นสโมสรสมาชิกของสมาคมอยู่เพียง 2 สโมสร คือ สโมสรนิวบอย และ สโมสรยูนิต์ เท่านั้น และในปีเดียวกัน สมาคมแบดมินตันแห่งประเทศไทยก็ได้สมัครเข้าเป็นสมาชิกของสหพันธ์แบดมินตันนานาชาติด้วย สมาคมแบดมินตันแห่งประเทศไทยมีนักกีฬาแบดมินตันที่มีฝีมืออยู่มาก และจากการที่ได้เข้าแข่งขันในรายการต่างๆของโลกได้สร้างชื่อเสียงให้กับประเทศไทยเป็นอย่างมาก ทั้ง โรมส์คัพ อุเบอร์คัพ และการแข่งขันออลอิงแลนด์ ซึ่งวงการแบดมินตันถือว่าการแข่งขันชิงชนะเลิศของโลกประเภทรายบุคคล ซึ่งนักกีฬาของประเทศไทยก็เคยได้ตำแหน่งรองชนะเลิศทั้งประเภทชายเดี่ยวและชายคู่มาแล้ว วงการแบดมินตันของไทยยกย่อง นายประวัติ ปัตตพงศ์ (หลวงธรรมานุญูตติกร) เป็นบิดาแห่งวงการแบดมินตันของประเทศไทย

ปัจจุบันกีฬาแบดมินตันในประเทศไทยเป็นที่นิยมกันมาก เล่นกันทั่วประเทศทั้งเด็ก ผู้ใหญ่ ผู้หญิง ผู้ชาย มีการเรียนการสอนในโรงเรียนในสถาบันอุดมศึกษา มีสนามแบดมินตันอยู่ทั่วประเทศ มีอุปกรณ์ที่ได้มาตรฐาน ซึ่งผลิตได้เอง มีการอบรมฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน โดยองค์กรที่มีมาตรฐาน มีผู้ฝึกสอนทั้งในประเทศและต่างประเทศที่ทำงานเต็มเวลา มีกรรมการผู้ตัดสินที่เป็นมาตรฐาน มีรายการแข่งขันภายในประเทศที่จัดขึ้นในแต่ละปีไม่น้อยกว่า 20 รายการ มีนักกีฬาที่มีความสามารถติดอันดับ 1 ใน 10 ของโลก ทั้งชายและหญิง ภายใต้การทำงาน of สมาคมแบดมินตันแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ที่จริงจังและเข้มแข็ง เชื่อว่าอีกไม่นานประเทศไทยคงจะก้าวหน้าไปเป็นผู้นำในกีฬาแบดมินตันของโลกในโอกาสข้างหน้าอย่างแน่นอน

## ทักษะการเล่นกีฬาแบดมินตัน

### 1. การจับไม้แบดมินตัน

ก่อนที่จะเรียนรู้ถึงทักษะการเล่นกีฬาแบดมินตันใด ๆ ผู้เรียนจะต้องจับไม้แบดมินตันให้ถูกวิธีเสียก่อน วิธีการคือ ผู้ที่ถนัดมือขวาก็ใช้มือขวาจับ โดยยื่นมือขวาออกไปข้างหน้า เหมือนกับการจับมือกับบุคคลอื่นที่ถูกแนะนำให้รู้จัก โดยให้นิ้วทั้ง 4 กำรอบค้ำไม้แบดมินตัน นิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้จะอยู่ตรงด้านสันของค้ำไม้แบดมินตันเป็นรูปตัว V โดยตำแหน่ง นิ้วหัวแม่มือจะทาบบนอยู่ทางด้านแบนของค้ำไม้แบดมินตัน

### 2. การจับลูกแบดมินตัน

เมื่อรู้ถึงวิธีการจับไม้แล้วต่อไปก็ต้องรู้ถึงการจับลูกขนไก่ ซึ่งเป็นอุปกรณ์ประกอบการเล่นกีฬาแบดมินตัน การจับลูกขนไก่นั้นมีความสำคัญอย่างมากในการเสิร์ฟลูก การจับลูกขนไก่ที่นิยมกันมี 3 วิธี คือ

1. จับที่หัวไม้คอรั้งของลูก โดยใช้นิ้วหัวแม่มือ นิ้วชี้ และนิ้วกลางจับลูก
2. จับที่ปลายขนไก่ด้านในของลูก โดยใช้นิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้
3. จับโดยการวางลูกอยู่บนฝ่ามือ

### 3. การส่งลูก

การส่งลูกเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่างๆ ไม่ว่าจะป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่างๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือซึ่งวิธีการส่ง มีดังนี้

#### 3.1 การส่งลูกหน้ามือ

1. ผู้ที่จะส่งลูกจะยืนห่างจากเส้นกลางสนามและเส้นส่งลูกสั้นประมาณ 2-3 นิ้ว (ในกรณีเล่นประเภทคู่) และยืนห่างเส้นส่งลูกสั้นประมาณ 2-3 ฟุต (ในกรณีเล่นประเภทเดี่ยว)

2. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ข้างหน้าสำหรับผู้ถนัดมือขวา ย่อเข่าเล็กน้อย เท้าทั้งสองข้างจะ ไม่ยกพื้นพื้นสนามเวลาส่งลูก

3. ใช้มือซ้ายจับลูกชนไก่ กอแขนพอประมาณ มือขวาเงือไม่ระดับเอวพร้อมที่จะส่งลูก

4. ตามองเป้าหมายที่จะส่งลูก ปล่อยลูก พร้อมกับตัวแขนมาข้างหน้าเมื่อไม่สัมผัสกับ ลูกให้กระดกข้อมือช่วยส่งลูก ไปยังทิศทางที่ต้องการ

### 3.2 การส่งลูกหลังมือ

1. ผู้ที่จะส่งลูกจะยืนห่างจากเส้นกลางสนามและเส้นส่งลูกสั้นประมาณ 2-3 นิ้ว

2. ยืนให้เท้าขวาอยู่ข้างหน้าสำหรับผู้ถนัดมือขวา ย่อเข่าเล็กน้อย เท้าทั้งสองข้างจะ ไม่ยกพื้นพื้นสนามเวลาส่งลูก

3. ใช้มือซ้ายจับลูกชนไก่ บริเวณปลายชนไก่ทางด้านซ้ายของลำตัวหลังมือค้ำขวายู่ ด้าน หน้า กอแขนพอประมาณ มือขวาเงือไม่ระดับเอวพร้อมที่จะส่งลูก

4. ตามองเป้าหมายที่จะส่งลูก ปล่อยลูก พร้อมกับตัวแขนมาข้างหน้าเมื่อไม่สัมผัสกับ ลูกให้กระดกข้อมือช่วยส่งลูก ไปยังทิศทางที่ต้องการ

## 4. รู้จักแหล่งที่มาของแรงตีลูก

นักเล่นหัดเล่นใหม่ตีลูกไปสักพักหนึ่ง ก็จะเริ่มจุกคิดขึ้นมาว่าทำไมการตีลูกของตนจึง ไม่มีแรงส่งอย่างไฉน ก็แว้งแรกก็ตีหวดตีลูกเต็มแรงแล้วลูกยัง ไปไม่ถึงหลังให้เราช่วยกัน คิดดูว่าทำไมจึงเป็นเช่นนั้น คำตอบก็คือ การตีลูกในกีฬาแบดมินตัน ไม่เหมือนการตีลูกเทนนิส หรือสควอชเพราะลูกชนไก่มีน้ำหนักเบาการตีลูกชนไก่ให้พุ่งไปข้างหน้าอย่างแรง จึงต้องอาศัย จังหวะที่สมบูรณ์ผสมผสานกันของแรงเหวี่ยงที่มาจากแหล่งต่างๆ ของแรงตีลูกแหล่งที่มาของ แรงตีลูกจำแนกออกได้จาก 3 แหล่งใหญ่ คือ

1. แรงที่เกิดจากการถ่ายเปลี่ยนน้ำหนักตัวจากเท้าหลัง ไปสู่เท้าหน้า

2. แรงที่เกิดจากการเหวี่ยงของลำแขน
3. แรงที่เกิดจากการตวัดและการสับตัวอย่างแรงของข้อมือ

## 5. ลูกหลักในเกมแบดมินตัน

ลูกหลักในเกมแบดมินตันแบ่งออกเป็น 4 จำพวกใหญ่ๆ คือ

1. ลูกโยน (Lob or Clear)
2. ลูกตบ (Smash)
3. ลูกดาด (Drive)
4. ลูกหยอด (Drop)

ลูกหลักอันเป็นแม่บทของการเล่นแบดมินตัน แต่ละจำพวกของการตีลูกที่กล่าวมานี้ จะมีวิธีการตี การวางเท้าฟุตเวิร์ค กับจังหวะการตีลูกที่แตกต่างกัน ผู้เล่นที่ชำนาญแล้ว จะสามารถตีและบังคับลูก 4 จำพวกนี้ให้ข้ามตาข่ายไปด้วยความหลากหลาย อาจจะมี ความแตกต่างกันในรูปแบบต่างๆ อาทิเช่น วิถี ความเร็ว ความยาว ความกว้าง ความสูง ความลึก การ จิกมุม ความหนักแรง เบาล ความเฉียบคม ถ้าทำอย่างนี้ได้และสามารถนำเอาความหลากหลาย ไปใช้ในสถานการณ์ที่ถูกต้องนั้นคือ ศิลปะสุดยอดของการเล่นกีฬาแบดมินตันที่จะยังผลให้ผล ให้ผู้เล่นมีสไตล์หลากหลายของการตีลูก ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งคิดไม่ถึง เคาไม่ออกว่าเราจะส่งลูก ข้ามไปในลักษณะใด แต่ละลูกที่ข้ามไปนั้น ล้วนแต่แฝงไปด้วยอัตราส่วนแห่งการหลอกล่อ แฝง อยู่ในตัวอย่างมีประสิทธิภาพ สร้างแบบฉบับเกมการเล่นแบดมินตันของตนเองให้เข้มแข็ง มี สไตล์การเล่นเชิงรุก คุณัน

## 6. ลูกโยน (Lob or Clear)

คือ ลูกที่ตีพุ่งโค้งข้ามไปในระดับสูง และย้อยตกลงมาในมุม 90 องศาในแดนตรงกันข้ามเป็นลูกที่ตีจากเหนือศีรษะ หรือ ลูกที่ตีจากล่างก็ได้ ตีได้ทั้งหน้ามือ โพรแฮนด์ และหลัง



มือ แบ็คแฮนด์ลูกโยน เป็นลูกเบสิกพื้นฐาน นักเล่นหัดใหม่จะเริ่มจากการหัดตีลูกโยน จึงเป็นลูกเบสิกที่สุดในกีฬาแบดมินตัน มองเผินๆ แล้วส่วนมากจะคิดว่า ลูกโยนที่เป็นลูกที่ใช้สำหรับการแก้สถานการณ์ โยนลูกข้ามไปสูงโค้งมากเท่าใดก็จะมีเวลาสำหรับการกลับทรงตัวของผู้เล่นมากเท่านั้น แต่ในความเป็นจริง ลูกโยนอาจจะใช้สำหรับการเล่นในเชิงรุกก็ได้เช่น การตีลูกโยนแบบพุ่งเร็วจี๋ไปยังมุมหลังทั้งสองด้าน จะทำให้ฝ่ายตรงข้ามตกเป็นฝ่ายรับถ้าอยู่ในสถานการณ์เสียหลักจนตัว จะทำให้การแก้ไขกลับการทรงตัวได้ยากยิ่งขึ้น ลูกโยน มีจังหวะการตีคล้ายคลึงกับการตบ แต่ไม่ต้องใช้แรงกดมากเท่า แทนที่จะตีกด ลูกต่ำกลับเป็นการตีเสย ลูกให้พุ่งโค้งขึ้นไปด้านบนสุด สุดแต่แต่ว่าผู้เล่นจะบังคับให้ลูกพุ่งข้ามไป ในระดับวิถีความเร็วตามต้องการลูกโยนที่ข้ามไปอย่างสมบูรณ์แบบ จะต้องมีแรงวิ่ง โกลถึงสุด สนามตรงข้าม และต้องไม่คาดจนคู่แข่งสามารถตีกลับตีลูกได้ครึ่งทาง ลูกโยนที่ไม่ถึงหลัง หรือตี เข้าสู่มือคู่ต่อสู้ จะทำให้ฝ่ายเราเสียเปรียบ การตีลูกโยน ให้กลับไปดูบทก่อนๆ ที่ว่าด้วยการตีลูก แรงของการตีลูก และจังหวะฟุตเวิร์คของการตีลูก ฝึกฝนให้ดีขึ้นสามารถจับจังหวะการเหวี่ยงตีลูกโยนไปถึงด้านหลังของฝั่งตรงข้ามได้อย่างง่ายดายและสบายๆ ในจังหวะ วิถี และระดับที่เราสามารถบังคับให้ลูกข้ามไปตามที่ต้องการ ชูชี ชูชานติ แชมป์เปียน โลกหญิงเดี่ยว และแชมป์เปียนเหรียญทอง โอลิมปิกหญิง เดี่ยวคนแรกของโลกจากอิน โดนีเซีย มีโยนที่เล่น ได้เยี่ยมสุด ยอด ลูกโยนของเธอดีง่ายๆ เนิบๆ แต่หนักแน่นและลึกถึงหลัง เธอสามารถตีป้อน โยนข้ามมุมหลังทั้งสองข้าง ได้ลึกและแม่นยำจึงทำให้เธอ ได้ครองความเป็นราชินีแห่งการเล่นเดี่ยวหญิงของโลกอย่างต่อเนื่องหลายปีด้วย ลูกโยนอาจจะแบ่งออกมาได้ 3 ประเภทใหญ่ๆ คือ

1. ลูกโยนหน้ามือ (Forehand Clear)
2. ลูกโยนหลังมือ (Backhand Clear)
3. ลูกจัดโยน (Underhand Clear)

## 1. ลูกโยนหน้ามือ

แรงที่ตีเกิดจากการประสานงานของแรงที่เหวี่ยง แรงตวัด การสะบัดของลำแขนข้อมือ จังหวะฟุตบอลที่ถูกต้อง บวกกับการเปลี่ยนน้ำหนักตัวจากเท้าหลัง ไปสู่เท้าหน้า โดยที่แรงตีที่ผ่านแรกเกิด ไปสัมผัสลูกในช่วงวินาทีที่ลูจังหวะจะโคน รวมแรงคิด ผลัก ดัน ให้ลูกพุ่งสูง โคง ไปยังสนามตรงข้าม ตามเป้าหมายที่ต้องการ

## 2. ลูกโยนหลังมือ

แรงตีเกิดจากการ ประสานงานเช่นเดียวกันกับ การตีลูกหน้ามือ แต่การวางฟุตบอล สลับกัน และไม่มีแรงที่โถมที่มาจากการเล่นน้ำหนักตัวจากเท้าหลัง ไปสู่เท้าหน้า แรงตีลูก หลังมือเกือบทั้งหมดจึงมาจากแรงเหวี่ยง แรงตวัด และการสะบัดลำแขน กับข้อมือเท่านั้น โดย เหตุที่การตีลูกหลังมือ แหล่งที่มาของแรงตีลูกมีจำกัด แรงเหวี่ยง แรงตวัดของลำแขนที่มาจาก หัวไหล่ กับแรงที่เกิดจากการสะบัดข้อมือ จึงจำเป็นต้องประสานงานสอดคล้องกันอย่าง กลมกลืนเป็นจังหวะเดียว โดยทฤษฎีแล้ว ลูกหลังมือน่าจะเป็นลูกรับสำหรับแก้ไขสถานการณ์ มากกว่าเป็นลูกบุกแต่ถ้าฝึกตีลูกให้แรงและมีความคล่องแคล่วชำนาญ จะกลายเป็นการตีลูกที่ผู้เล่นสามารถสร้างเขี้ยวเล็บให้แก่การตีลูกหลังมือของตนกลายเป็นการเล่นเชิงรุก ได้จังหวะของการคิด สะบัดข้อมือที่กระทำได้ในเสี้ยววินาทีกับแรงเหวี่ยงของแรกเกิดอย่างรวดเร็ว ทำให้ผู้เล่นสามารถพลิกโฉมจากการเกมรับเป็นเกมรุก ได้ในบัดดล เพียงแต่บิดหน้าแรกเกิด เปลี่ยน จุดเป้าหมายการตี ลูกก็จะวิ่ง ไปอีกทางหนึ่ง ทำให้ผู้เล่นสามารถสร้างสัดส่วนของการเล่นลูก หลอก ได้อย่างแพรวพราวด้วยลูกหลังมือ ไม่ว่าจะเป็นลูก โยนหลังมือกระแทกไปมุมหนึ่งมุมใด ของสองมุมหลัง หรือเตะหยอดด้วยหลังมือขนานเส้น หรือทแยงมุมก็สามารถทำได้

## 3. ลูกงัดโยน

ลูกงัด โยน คือการตีลูกโดยช้อนตวัดตีลูกจาก ล่างสะบัดขึ้นด้านบนเป็นการช้อนตีลูก จากต่ำไปสู่สูงเป็นที่ลูกที่ไม่ต้องใช้แรงเหวี่ยงตีมากเท่าไร ใช้ข้อกระดูกหรือสะบัดลูกก็จะปลิว ออกจากแรกเกิดอย่างง่ายดาย ส่วนมากจะเป็นลูกที่เข้าประชิดด้านหน้าของสนามเช่น การเข้า



รับลูกเตะหยอดหรือลูกหยอดที่ฝ่ายตรงข้ามส่งข้ามมา หรือการรับลูกตบเป็นต้น ลูกจัดใช้ดีได้ทั้งหน้ามือและหลังมือ เป็นลูกที่ได้แรงตีมาจากการตวัด กระตุกหรือ สะบัดของข้อมือมากกว่าแรงตีจากแหล่งอื่น การตีลูกจัดผู้เล่นต้องยืดแขนและตีลูกสุดช่วงแขน ลูกจัดบริเวณหน้าตาข่าย ถ้าเข้าประชิดลูกได้เร็ว มีโอกาสตีลูกในระดับสูง จะใช้เป็นลูกหลอกล่อคู่ต่อสู้ด้วยการเล่นลูกสองจังหวะ เขี่ยแขนขึ้นเร็กเกิดออกไป จะทิ้งเป็นลูกหยอดก็ได้ หรือจะกระแทก ลูกไปด้านหลังของสนามตรงข้ามก็ได้ จะเป็นการเล่นลูกหลอกสองจังหวะสำคัญอีกลูกหนึ่งในเกมการเล่นแบดมินตันที่ผู้เล่นทุกคนจะมองข้ามไม่ได้ การจัดลูกแบ่งเป็นสองวิธีใหญ่ๆ คือ การจัดลูกให้พุ่งข้ามไปโดยไม่โด่งมากนัก ใช้เป็นการจัดลูกแบบรุก อีกวิธีหนึ่งคือการจัดลูกโค้งคังให้คู่ต่อสู้ไปด้านหลังสนาม เพื่อให้เวลาสำหรับการกลับทรงตัวสู่จุดศูนย์กลางได้มากขึ้นฝึกหัดตีลูกโยนตามหลักวิธีที่แนะนำมาถึงขั้นตอนนี้ โปรดอย่าลืมหลัก ขั้นพื้นฐานที่ได้อธิบายไว้แล้วในบทก่อนๆ ทุกครั้งที่ตีลูกนั้น จะต้องไม่ลืมหลักการตีลูกใหญ่ๆ ดังนี้ คือ

1. หน้าเร็กเกิดต้องตั้งให้ตรงขณะตีลูก
2. ขณะที่เร็กเกิดสัมผัสกระทบตีลูกนั้น แขนทั้งสองของผู้เล่นจะต้องเหยียดตรงอยู่ใน

แนวตรงเสมอ

3. วิ่งเข้าไปหาลูกอย่างรวดเร็วให้ลูกวิ่งเข้ามาหาเรา
4. เข้าประชิดลูกในระดับสูงที่สุดเท่าที่เราจะสามารถทำได้และ
5. ต้องรู้จักตีลูก และเข้าปะทะลูกเสมอ

## 7. ลูกตบ (Smash)

ในเกมแบดมินตัน ลูกตบเป็นลูกที่เด็ดขาดที่ตีจากเบื้องสูงลดลงสู่เป้าหมายให้พุ่งสู่พื้นในวิถีตรงที่รุนแรง และเร็วที่สุดเป็นลูกที่พุ่งไปสู่เป้าหมายด้วยความเร็วที่สุดสูงกว่าเกมเล่นอื่นๆ ที่ใช้เร็กเกิด เป็นลูกที่ใช้บีบบังคับให้คู่ต่อสู้ต้องตกเป็นฝ่ายรับ มีเวลาจำกัดสำหรับการเตรียมตัวตอบโต้ ลูกตบเป็นลูกฆ่า เป็นลูกทำแต้มที่ได้ผลถ้ารู้จักใช้อย่างถูกต้องและลูกตบใช้ในโอกาสต่างๆ คือ

1. เมื่อคู่ต่อสู้โยนลูกข้ามตาข่ายเพียงครั้งสนามหรือส่งลูกมาไม่ถึงหลัง
2. เมื่อต้องการบีบให้คู่ต่อสู้เสียหลัก ผละออกจากจุดศูนย์กลาง
3. เมื่อต้องการให้คู่ต่อสู้กังวลใจ พะวงอยู่กับการตั้งรับ
4. เพื่อผลของการหลอกล่อ เมื่อคู่ต่อสู้เกิดความกังวลใจ ทำให้ประสิทธิผลของการใช้ลูกหลักอื่นๆ เพิ่มมากขึ้น
5. เมื่อต้องการเผด็จศึกยุติการตอบโต้ หรือใช้เมื่อคู่ต่อสู้เพลอตัว หรือเสียหลักการทรงตัวนุกทำคะแนนด้วยลูกเด็ดขาด

#### วิถีทางที่ดีของลูกตบ

ลูกตบที่สมบูรณ์แบบ ต้องพุ่งจากเร็กเกิดมีวิถีข้ามตาข่ายไปเป็นเส้นตรง พุ่งเฉียดผ่านตาข่ายโดยไม่เปิดโอกาสให้คู่ต่อสู้คัดลูกสวนโต้กลับมาได้ ต้องพุ่งปีกหัวไปยังแดนตรงข้ามด้วยความเร็วและรุนแรง โดยชี้แหล่งที่มาของการตีลูกทั้งหมด โหมใช้เสริมพลังในการตบลูก ความหนักหน่วงของลูกตบไม่ได้เกิดจากแรงตีที่ใช้อย่างหักโหมแต่ความเร็วกับความรุนแรงของลูกตบที่หนักหน่วงมาจากจังหวะการประสานงานอย่างกลมกลืนของจังหวะฟุตเวิร์ค การเหวี่ยงตีของแขนการวัดของข้อมือเสริมด้วยแรงปะทะที่เกิดจากการเปลี่ยนน้ำหนักตัวจากเท้าหลังไปสู่อีกเท้าหน้า ลูกตบเป็นลูกที่กินแรงที่ใช้ไปนั้น คู่แข่งการเสียแรง ถ้าลูกตบไปนั้นสามารถยุติการตอบโต้และทำคะแนนได้ แต่จะสูญเสียแรงเพิ่มเป็นทวีคูณถ้าฝ่ายตรงข้ามสามารถรับลูกตบกลับมาอย่างมุมไกลห่างตัวผู้ตบ ทำให้ผู้ตบนอกจากสูญเสียแรงในการตบลูกแล้วยังต้องสูญเสียพลังงานในการวิ่งไล่ลูกอีกด้วยเมื่อเป็นเช่นนี้ผู้เล่นควรฝึกการทรงตัวหลังตบลูกให้เร็วรู้จักปรับปรุงฟุตเวิร์คของตัวเองให้เบาที่สุดเพื่อประหยัดพลังงานในการตบลูกทุกครั้ง

#### 8. ลูกคาด (Drive)

คือ ลูกที่พุ่งเฉียดข้ามตาข่าย มีวิถีพุ่งข้ามขนานไปกับพื้นสนาม ผู้เล่นตีลูกคาดสูงในระดับอก ตีได้ทั้งหน้ามือโฟร์แฮนด์ และหลังมือแบ็คแฮนด์ทั้งจากด้านซ้าย ขวาของลำตัว

## 9. ลูกหยอด (Drop)

คือ ลูกที่ตีจากส่วนต่างๆ ของสนามให้พุ่งย่อยข้ามตาข่าย และตกลงสู่พื้นสนามด้านตรงข้าม โดยไม่เกินเส้นส่งลูกสั้น จะหยอดด้วยด้วยลูกหน้ามือก็ได้ หรือหลังมือก็ได้ หรือจะตีตัดหยอดจากลูกโค้งเหนือศีรษะก็ได้ ลูกหยอดเป็นการทำให้คู่ต่อสู้ต้องวิ่งเข้ามาเล่นลูกหน้าตาข่ายทำให้พื้นที่ส่วนหลังของสนามมีพื้นที่มากขึ้น การหยอดมีหลายแบบ เช่น ลูกหยอดหน้าตาข่าย ลูกตัดหยอด แต่ลูกหยอดที่ดีจะต้องเลียดตาข่ายและพยายามให้ลูกตกชิดตาข่ายมากที่สุด การตีลูกหยอด มีวิธีการดังนี้คือ

1. เวลาตีลูกหยอดต้องให้แขนตึง ตามองลูกที่จะหยอด
2. เมื่อน้ำไม้จะสัมผัสลูกชน โกวให้เอียงหน้าไม้ไปในทิศทางที่ต้องการให้ลูกไปตกพร้อมทั้งกระดกข้อมือเมื่อน้ำไม้สัมผัสกับลูกชน โกว
3. ลูกที่หยอดจะเป็นการหยอดจากหน้ามือหรือหลังมือก็ได้

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

(บัณฑิต มากทองกลาง) การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ พัฒนาแบบทดสอบทักษะการส่งลูกเริ่มเล่นสำหรับการจัดการเรียนการสอนวิชากีฬาแบดมินตัน ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัย พบว่า ค่าความเชื่อถือได้ของแบบทดสอบทักษะการส่งลูกเริ่มเล่นกีฬาแบดมินตัน สำหรับการส่งลูกเริ่มเล่นบริเวณหน้าตาข่ายมีค่าเท่ากับ .85 และการส่งลูกเริ่มเล่นบริเวณท้ายคอร์ด มีค่าเท่ากับ .81 ซึ่งค่าความเชื่อถือได้อยู่ในระดับสูงเป็นที่ยอมรับคือ อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตัน สำหรับการส่งลูกเริ่มเล่นบริเวณหน้าตาข่ายและการส่งลูกเริ่มเล่นบริเวณท้ายคอร์ด มีรายละเอียดดังนี้ การส่งลูกเริ่มเล่นบริเวณหน้าตาข่าย 22.19 และ 3.12 คะแนน การส่งลูกเริ่มเล่นบริเวณท้ายคอร์ด 19.82 และ 3.23 คะแนน และเกณฑ์ปกติของแบบทดสอบทักษะการส่งลูกเริ่มเล่นกีฬาแบดมินตัน โดยใช้คะแนน “ที่” มีรายละเอียดดังนี้ การส่งลูกหน้าตาข่าย ระดับดีมาก 9

ลูกขึ้นไป ระดับตี 7-8 ลูก ระดับปานกลาง 5-6 ลูก ระดับค่อนข้างต่ำ 3-4 ลูก ระดับต่ำ ต่ำกว่า 3 และ การส่งลูกผู้จุดท้ายคอร์ส ระดับตีมาก 8 ลูกขึ้นไป ระดับตี 6-7 ลูก ระดับปานกลาง 4-5 ลูก ระดับค่อนข้างต่ำ 2-3 ลูก ระดับต่ำ ต่ำกว่า 2

(เอกสิทธิ์ ปีกาเวธา) งานวิจัยในครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกพื้นฐานการเรียนกรีกาให้ ลูกวิธีและมีประสิทธิภาพพร้อมฝึกทักษะต่างๆในการพัฒนา ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา ตามแผนการจัดประสบการณ์โดยผ่านกระบวนการฝึกปฏิบัติจากสาระการเรียนรู้ โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ จากแผนการจัดประสบการณ์ หลักสูตรสถานศึกษา / หลักสูตรการจัดการศึกษาของ โรงเรียนอัสสัมชัญระยอง

(จำริญ บันเทิงสุข) งานวิจัยในชั้นเรียนครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกพื้นฐานการว่ายน้ำท่า ฟรีสไตล์ที่ถูกต้อง และฝึกทักษะต่างๆ เช่น การนั่ง-นอนตะขาขอบสระ การจับ โฟมสั้น-ยาว ตะขา การพลิกหน้าหายใจ การใช้แขนซ้าย-ขวา และการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ระยะทาง 12.50 เมตร และการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 25 เมตร ซึ่งในการฝึกนี้จะ ได้พัฒนาทางด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ตามแผนการจัดประสบการณ์โดยผ่านกระบวนการฝึกปฏิบัติจากสาระการเรียนรู้โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญจากแผนการจัดประสบการณ์ หลักสูตรสถานศึกษา / หลักสูตรการจัดการศึกษาของ โรงเรียนอัสสัมชัญระยอง

(สมชาย แบนขุนทด) งานวิจัยในครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกพื้นฐานการว่ายน้ำที่ถูกต้อง และฝึกทักษะต่างๆในการพัฒนา ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ตามแผนการจัด ประสบการณ์โดยผ่านกระบวนการฝึกปฏิบัติจากสาระการเรียนรู้โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ จาก แผนการจัดประสบการณ์ หลักสูตรสถานศึกษา / หลักสูตรการจัดการศึกษาของ โรงเรียน อัสสัมชัญระยอง