

การเปรียบเทียบการฝึกทักษะการตีลูกโด่งหลัง โดยใช้อุปกรณ์รับกับการฝึกแบบปกติในกีฬาแบดมินตัน

A Comparison Training Skill Between Lob Stroke in Badminton by Using Ribbin Supplement and Normal Training

นราเศรษฐ์ วราสิทธิ์วัฒนา (Naraseat Warasitwattana) *

ชาญเวช ธรรมเสาวภาคย์ (Shanvet Thammasaovapaak, Ph.D.) **

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวัตถุประสงค์ที่จะเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ของการใช้อุปกรณ์เสริมรับในการฝึกทักษะการตีลูกโด่งหลังกับการฝึกแบบปกติในกีฬาแบดมินตัน กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนระดับประถมศึกษาที่เข้ามาเรียนแบดมินตันในสนามแบดมินตันเอราวัณ จังหวัดอุดรธานี โดยสุ่มแบบเจาะจงจำนวน 10 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ซึ่งกลุ่มทดลองที่ 1 ฝึกตามโปรแกรมโดยใช้อุปกรณ์เสริมรับ และกลุ่มทดลองที่ 2 ฝึกตามโปรแกรมการฝึกแบบปกติเครื่องมือที่ใช้ในการทดสอบผลสัมฤทธิ์การตีลูกหน้ามือโด่งหลังโดยใช้แบบทดสอบของเฟรนช์ (French High Test) แบบทดสอบนี้ มีความตรงในระดับ 60 เปอร์เซนต์ และมีความเชื่อมั่น 96 เปอร์เซนต์ก่อนการทดลองฝึกและหลังการทดลองฝึกสัปดาห์ที่ 8 นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS เพื่อหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และทำการทดสอบค่า t - test

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลสัมฤทธิ์ของการฝึกทักษะการตีลูกหน้ามือโด่งหลังของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตามแบบทดสอบของ เฟรนช์ (French High Test) หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 (Post - Test) แตกต่างกัน ก่อนการทดลองฝึก (Pre - Test) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 (Post - Test) ผลสัมฤทธิ์ของการฝึกทักษะการตีลูกหน้ามือโด่งหลังของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Abstract

This research is an experiment research. The purpose of the compare the result of using Ribbin supplement in lob stroke and normal training. The participants are 25 primary school student whom study Badminton in Erawan Badminton field in Udonthani. The participants were random to 10 people and separate into 2 groups. Experiment group 1 : trained by program using Ribbin supplement. Experiment group 2 : trained by program normal training Instrument for experiment was used French High clear test validity 60% and Reliability 96% The data from pre-test and after 8 week were analyze by SPSS to find mean ($\bar{X}$) standard deviation(S.D.) And t-test

คำสำคัญ: ทักษะการตีลูกโด่งหลัง รับกับ กีฬาแบดมินตัน

Keywords: Training Skill Between Lob Stroke, Ribin, Badminton

* นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

** ผู้ช่วยศาสตราจารย์, สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

The findings

1. The result of skill training of lob stroke post-test of experiment group 1 and experiment group 2 was statistically difference form pre-test at .05
2. At post-test the result of skill training of lob stroke between experiment group 1 and experiment group 2 was statistically difference at .05

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กีฬาแบดมินตันเป็นกีฬาที่บุคคลทั่วไปนิยมเล่นกันอย่างแพร่หลายมากในภูมิภาคหรือในโลก เพราะว่ากีฬาแบดมินตันนั้นใครก็สามารถเล่นได้โดยพยายามตีลูกชนไ้ด้วยแร็กเกตให้ข้ามตาข่ายภายในสนามที่จัดทำขึ้นและสามารถเล่นได้ตลอดเวลา ทั้งกลางแจ้งและในร่ม ขึ้นอยู่กับสภาพของสนามและความเหมาะสม จะทำให้เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน เพราะได้พบปะกับบุคคล ทำให้เป็นผู้ที่มีสังคม ถ้าหากเล่นแบดมินตันเป็นประจำสม่ำเสมอ จะทำให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงมีพละมานามัยดี เพราะเป็นการออกกำลังกายที่ดีอย่างหนึ่งด้วย ในการเล่นแบดมินตันทักษะเบื้องต้นนั้นเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะเป็นองค์ประกอบแรกเริ่มของการเล่นกีฬาแบดมินตัน ไม่ว่าจะเล่นเพื่อสุขภาพหรือการแข่งขันก็ตาม จำเป็นมากที่ต้องฝึกให้เกิดความเชี่ยวชาญ เข้าใจในหลักการฝึกที่ถูกต้อง จึงจะทำให้ผู้เล่น เล่นถูกวิธี และมีความสุขสนุกสนาน รากฐานที่สำคัญในการเล่นแบดมินตันตั้งแต่เริ่มหัดเล่นไปจนถึงเป็นนักกีฬาแบดมินตันฝีมือดีระดับโลก คือ ทักษะขั้นพื้นฐาน ซึ่งต้องได้รับการฝึกอย่างถูกต้อง โดยผู้ฝึกสอนที่มีความรู้ความสามารถ มีความละเอียดถี่ถ้วนและประณีตในการฝึกแต่ละทักษะคอยให้คำชี้แนะและฝึกแก้ไขให้เกิดความถูกต้องมากที่สุด จะทำให้ผู้เล่นเกิดการพัฒนาทักษะและการเล่น ได้อย่างสมบูรณ์และมีประสิทธิภาพสูง

มีผู้เล่นแบดมินตันอยู่ไม่น้อยที่มีทักษะในขั้นพื้นฐานยังไม่ถูกต้อง ทำให้ผู้เล่นนั้นมีแบบฉบับการเล่นที่ขาดประสิทธิภาพจึงทำให้ไม่พัฒนาของทักษะ และถ้าผู้เล่นยังฝึกและเล่นแบบผิดวิธีต่อเนื่องกันมานาน ซึ่งจะยากแก่การแก้ไขทักษะให้ถูกต้อง เป็นผลให้ผู้เล่นไม่สามารถพัฒนาตัวเองไปถึงจุดสุดยอดในกีฬาแบดมินตันได้ ทั้ง ๆ ที่เล่นมานานเหมือนจะดีและดูเก่งขึ้นแต่ไม่

พัฒนาไปกว่าเดิม ดังนั้นผู้เล่น ผู้ฝึกสอนรวมทั้งผู้เกี่ยวข้องควรจะได้ทำ ความเข้าใจและให้ความสำคัญกับการฝึกทักษะขั้นพื้นฐานให้ถูกต้องโดยละเอียดที่สุดเสียก่อนก็จะทำให้สามารถพัฒนาทักษะการเล่นไปได้อย่างสมบูรณ์ และพลิกแพลงไปได้ทุก ๆ รูปแบบ ทักษะขั้นพื้นฐานซึ่งควรได้รับการฝึกนั้นได้แก่ การจับแร็กเกต การตั้งท่าตีลูก การถ่ายน้ำหนักร่างกายการเหวี่ยงแขน การยืนตีลูกอยู่กับที่ การเคลื่อนที่ และการตีลูกพื้นฐานทั้ง 9 ลักษณะคือ การตีลูกโยนโด่งหรือลูกเซฟ การตีลูกหยอด การตีลูกจัด การตีลูกสวนดาด การตีลูกแยบ การตีลูกตบ การรับลูกตบ การเสิร์ฟลูก การรับลูกตบ ซึ่งทักษะขั้นพื้นฐานจะต้องมีความละเอียด ประณีตทุกขั้นตอนในแต่ละทักษะจึงจะเกิดความสมบูรณ์ (ธนะรัตน์ หงส์เจริญ, 2537 อ้างถึงใน วันชัย กองพลพรหม, 2547) ลูกเซฟหรือลูกโยนโด่งเป็นลูกพื้นฐานหลักในกีฬาแบดมินตัน เพราะผู้เล่นจะเริ่มต้นการฝึกทักษะการตีลูกด้วยการสับด้อมมือตีลมและตีลูกเซฟหรือโด่งก่อน เนื่องจากเป็นลูกที่มีวิธีการวิ่งแรงเหวี่ยงแขน แรงด้อมมือ การถ่ายน้ำหนักร่างกายจากเท้าหลังไปเท้าหน้าและการก้าวเท้าฟุตเวิร์คอย่างถูกต้อง เป้าหมายในการตีลูกเซฟอยู่ที่สองมุมหลังของคู่แข่งซึ่งถือว่าเป็นจุดที่ปลอดภัยจากการรุกรุกใจของคู่แข่งของลูกข้า ผู้เล่น มีเวลาลำดับขั้นตอนและจับจังหวะการตีได้ตามหลักการนับตั้งแต่การจับไม้แร็กเกตให้ถูกต้องการตั้งท่าตีลูก การปรับหน้าไม้แร็กเกตให้เปิดสัมผัสลูกไปตามทิศทางที่ถูกต้อง

กีฬาแบดมินตันเป็นกีฬาที่คนส่วนใหญ่เข้าใจว่าเป็นกีฬาที่เล่นง่ายสามารถเล่นกันได้ทุกเพศทุกวัยทุกสถานที่ ซึ่งความจริงแล้ว ผู้เล่น ที่จะฝึก ให้เกิดทักษะที่ถูกต้องเพื่อสามารถพัฒนาไปสู่ความเป็นเลิศนั้น จำเป็นต้องฝึกอย่างจริงจังโดยมีผู้ที่มีความรู้ด้านกีฬาแบดมินตันโดยตรงประกอบกับการใช้อุปกรณ์การสอนที่มีคุณภาพ

จึงจะทำให้ผู้เล่นหรือผู้เรียนประสบผลสำเร็จได้

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาและสร้างรูปแบบการฝึกลูกโด่งหลังโดยใช้อุปกรณ์รับบันเสริมในกีฬาแบดมินตัน ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาจากอุปกรณ์เสริมในการฝึกทักษะการตีลูกหน้ามือโด่งหลังในกีฬาแบดมินตัน ของนายวันชัย กองพลพรหม (2547) และผู้วิจัยเห็นความสำคัญของทักษะการตีลูกหน้ามือโด่งหลัง ทั้งในการเล่นแบดมินตันเพื่อสุขภาพจนไปสู่การเล่นเพื่อการแข่งขัน ผู้วิจัยต้องการพัฒนาอุปกรณ์เสริมแบบรับบันขึ้นมา เพราะจะเป็นนวัตกรรมใหม่ ๆ และเป็นอุปกรณ์ที่จะสร้างความแปลกใหม่ให้กับกีฬาแบดมินตัน อุปกรณ์เก่าที่ใช้ฝึกอาจจะได้ผลลัพธ์ไม่มากนักและอุปกรณ์ใหม่ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นอาจจะทำให้ผลลัพธ์ออกมาดีกว่าอุปกรณ์เก่า ๆ ผู้วิจัยจึงต้องการนำอุปกรณ์รับบันเข้ามาใช้ในทักษะการตีลูกหน้ามือโด่งหลัง เพื่อพัฒนาความสามารถให้ถึงขีดสุดในการตีลูกหน้ามือโด่งหลังในกีฬาแบดมินตัน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ของการใช้อุปกรณ์เสริมรับบันในการฝึกทักษะการตีลูกโด่งหลังกับการฝึกแบบปกติในกีฬาแบดมินตัน

ความหมายหรือนิยามคำศัพท์เฉพาะ

1. ลูกโด่งหลัง หมายถึง ลูกที่ตีพุ่งโด่งข้ามไปในระดับสูง และย้อยตกลงมาในมุม 90 องศาในแดนตรงข้าม

2. อุปกรณ์รับบัน หมายถึง อุปกรณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นรับบันขนาดความกว้าง 7.62 เซนติเมตร และความยาว 1.25 เมตรหลังจากทดสอบเครื่องมือจากความยาวทั้งหมด 5 ระดับ รับบันจะมุดอยู่ปลายอุปกรณ์ท่อ PVC ขนาดความยาวเท่ากับไม้แบดมินตันคือ 67.5 เซนติเมตร

3. กลุ่ม ทดลองที่ 1 หมายถึง กลุ่ม ที่ฝึกตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้อุปกรณ์เสริมรับบันในการฝึกทักษะการตีลูกโด่งหลังในกีฬาแบดมินตัน

4. กลุ่ม ทดลองที่ 2 หมายถึง กลุ่ม ที่ฝึกตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้การฝึกแบบปกติในการ

ฝึกทักษะการตีลูกโด่งหลังในกีฬาแบดมินตัน

5. การฝึกแบบปกติ หมายถึง โปรแกรมการฝึกตีลูกโด่งหลังที่ไม่ได้ใช้อุปกรณ์เสริมรับบัน

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย

ประชากรเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาที่เข้ามาเรียนแบดมินตันในสนามแบดมินตันเอราวัณ จังหวัดอุดรธานี จำนวน 25 คน

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับนักเรียนระดับประถมศึกษาที่เข้ามาเรียนแบดมินตันในสนามแบดมินตันเอราวัณ จังหวัดอุดรธานี จำนวน 10 คนได้จากการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) คัดเลือกจากความสม่ำเสมอในการมาเรียนแบดมินตัน และดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ใช้แบบทดสอบการตีลูกโด่งหลัง (French High Clear Test อ้างถึงในวันชัย กองพลพรหม, 2547)

2. ผู้วิจัยนำกลุ่มทดลองสองกลุ่มจัดเข้าโปรแกรมทดลองโดยวิธีสุ่ม (Random) โดยการจับฉลากและจัดเข้ากลุ่มดังนี้

1) กลุ่ม ทดลองที่ 1 ทำการฝึกตามโปรแกรมโดยใช้อุปกรณ์เสริม Ribbin

2) กลุ่ม ทดลองที่ 2 ทำการฝึกตามโปรแกรมปกติ โดยใช้ไม้แบดมินตัน

รูปแบบในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ที่มีกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงจากรูปแบบ Pretest and Posttest Control Group Design บุญเรียง ขจรศิลป์ (2542) โดยมีแผนการทดลองดังนี้

T2 แบบฝึกตามโปรแกรมโดยการฝึกแบบปกติ

1. ผลสัมฤทธิ์ของการฝึกด้วยอุปกรณ์เสริมในการฝึกทักษะการตีลูกโด่งหลังและการฝึกแบบปกติ ก่อนการทดลองฝึก (Pretest) และหลังการทดสอบสัปดาห์ที่

8 (Posttest) ของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มที่ 2 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลสัมฤทธิ์ของการฝึกด้วยอุปกรณ์เสริมในการฝึกทักษะการตีลูกโด่งหลัง หลังการทดสอบสัปดาห์ที่ 8 (Posttest) ของกลุ่มทดลองที่ 1 แตกต่างกับการฝึกแบบปกติของกลุ่มทดลองที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. อุปกรณ์ช่วยฝึกที่ใช้ในการวิจัยนี้ เหมาะสมกับผู้เริ่มฝึกหัดใหม่หรือผู้ที่ไม่มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาแบดมินตันมาก่อน

3. อุปกรณ์นี้สามารถพัฒนาไปสู่ทักษะอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับแบดมินตันได้ เช่น ลูกสวนดาต ลูกงัดโด่งหลัง และลูกตบ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ที่ใช้อุปกรณ์ช่วยฝึกในทักษะกีฬาประเภทอื่นๆ เช่น เทนนิส เทเบิลเทนนิส เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

ธนรัตน์ หงส์เจริญ. (2537). **เทคนิคการเล่นแบดมินตัน**. กรุงเทพฯ: สยามสปอร์ตซินดิเคท.

บุญเรียง ขจรศิลป์. (2542). **สถิติวิจัย 1**. กรุงเทพฯ: พี เอ็น การพิมพ์.

วันชัย กองพลพรหม. (2547). **ผลสัมฤทธิ์ของการใช้อุปกรณ์เสริมในการฝึกทักษะการตีลูกหน้ามือโด่งหลังในกีฬาแบดมินตัน**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.