

ประวัติวอลเลย์บอล

กีฬาวอลเลย์บอล (Volleyball) ที่ตอนนี้คนไทยต่างรู้จักกันดีมากขึ้น เพราะในปัจจุบันเป็นกีฬาอีกหนึ่งชนิดที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก มีการแข่งขันระดับชาติ และเป็นที่นิยมเล่นกันอย่างแพร่หลาย จนกระทั่งถูกรวมเข้ากับหลักสูตรการเรียนการสอนชั้นมัธยมศึกษาในหลายๆโรงเรียน ซึ่งหลายคนก็คงอยากรู้จักกับกีฬาวอลเลย์บอลให้มากขึ้นเพื่อความสุขในการชมและเชียร์กีฬาชนิดนี้ใช่ไหมเอ่ย ? วันนี้จึงมีข้อมูลของกีฬาวอลเลย์บอลมาฝากกันจ้า .



ประวัติวอลเลย์บอลในประเทศไทย

วอลเลย์บอลได้แพร่หลายเข้ามาในไทย ตั้งแต่เมื่อใดไม่มีหลักฐานยืนยันแน่ชัด เพียงแต่ทราบกันว่าในระยะแรกๆ เป็นที่นิยมเล่นกันในหมู่ชาวจีนและชาวญวนมาก จนกระทั่งมีการแข่งขันระหว่างคณะ ชุมชน สโมสร และสมาคมขึ้น บางครั้งติดต่อแข่งขันกันไปในภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และมีการแข่งขันชิงถ้วยทองคำทางภาคใต้

ปี พ.ศ. 2477 กรมพลศึกษาได้จัดพิมพ์กติกาวอลเลย์บอลขึ้น โดยอาจารย์นพคุณ พงษ์สุวรรณ เป็นผู้แปล และท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในกีฬาวอลเลย์บอลเป็นอย่างดี จึงได้รับเชิญเป็นผู้บรรยายเกี่ยวกับเทคนิควิธีการเล่น ตลอดจนกติกาการแข่งขันวอลเลย์บอล แก่บรรดาครูพลศึกษาทั่วประเทศในโอกาสที่กระทรวงศึกษาได้เปิดอบรมขึ้น

ใน ปีนี้เองกรมพลศึกษาได้จัดให้มีการแข่งขันกีฬาประจำปีขึ้น และบรรจุกีฬาวอลเลย์บอลหญิงเข้าไว้ในรายการแข่งขันเป็นครั้งแรก พร้อมทั้งในหลักสูตรของโรงเรียนพลศึกษากลางได้กำหนดวิชาบังคับให้นักเรียน หญิงเรียนวิชาวอลเลย์บอลและเนตบอล สมัยนั้นมี น.อ.หลวงสุภชลาศัย ร.น. ดำรงตำแหน่งอธิบดีกรมพลศึกษา

จนกระทั่งปี พ.ศ. 2500 ได้มีการจัดตั้ง “สมาคมวอลเลย์บอลสมัครเล่นแห่งประเทศไทย” (Amature Volleyball Association of Thailand) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนและเผยแพร่กีฬาวอลเลย์บอลให้เจริญรุดหน้า และดำเนินการจัดการแข่งขันวอลเลย์บอลในระบบ 6 คน มีหน่วยราชการอื่นๆ จัดการแข่งขันประจำปี เช่น กรมพลศึกษา กรมการคณะกรรมการกีฬามหาวิทยาลัย เทศบาลนครกรุงเทพฯ สภากีฬาทหาร ตลอดจนการแข่งขันกีฬาเขตแห่งประเทศไทย ได้มีการจัดแข่งขันทั้งประเภททีมชายและทีมหญิงประจำปีทุกปี

ประวัติกีฬาวอลเลย์บอลในต่างประเทศ

กีฬาวอลเลย์บอล (Volleyball) นั้น ถือกำเนิดขึ้นตั้งแต่ปี ค.ศ.1895 (พ.ศ.2438) โดย นายวิลเลียม จี. มอร์แกน (William G. Morgan) ผู้อำนวยการฝ่ายพลศึกษาของสมาคม Y.M.C.A. (Young Men’s Christian Association) ประเทศสหรัฐอเมริกา ที่ต้องการมีกีฬาสำหรับเล่นในช่วงฤดูหนาวแทนกีฬากลางแจ้ง เพื่อออกกำลังกายและพักผ่อนหย่อนใจยามหิมะตก

โดย นายวิลเลียม จี. มอร์แกน เกิดไอเดียในการพัฒนากีฬาวอลเลย์บอลขึ้น ขณะที่เขากำลังนั่งดูเทนนิส และเลือกนำเอาตาข่ายกลางสนามของกีฬาเทนนิส มาเป็นส่วนประกอบในกีฬาที่เขาคิดค้น และเลือกใช้ยางในของลูกบาสเก็ตบอล มาเป็นลูกบอลที่ใช้ตีโต้ตอบกันไปมา แต่ยางในของลูกบาสเก็ตบอลกลับให้น้ำหนักเบาจนเกินไป จึงเปลี่ยนไปใช้ลูกบาสเก็ตบอลแทน ซึ่งลูกบาสเก็ตบอลก็มีขนาดใหญ่และน้ำหนักมากจนเกินไปอีก เขาจึงสั่งทำลูกบอลขึ้นมาใหม่โดยเฉพาะ ในขนาดเส้นรอบวง 25-27 นิ้ว และกำหนดน้ำหนักไว้ที่ 8-12 ออนซ์ จากนั้นจึงตั้งชื่อกีฬาชนิดนี้ว่า มินโทเนตต์ (Mintonette)

ต่อมา ชื่อของ มินโทเนตต์ (Mintonette) ถูกเปลี่ยนเป็น วอลเลย์บอล (Volleyball) หลังได้รับคำแนะนำจาก ศาสตราจารย์ อัลเฟรด ที เฮลสเต็ด (Professor Alfred T. Helstead) ในงานประชุมสัมมนาผู้นำทางพลศึกษาที่วิทยาลัยสปริงฟิลด์ (Spring-field College) เมื่อปี ค.ศ.1896 (พ.ศ.2439) และกลายเป็นกีฬายอดนิยมในหมู่ประชาชนชาวอเมริกัน จนแพร่หลายออกไปทั่วโลก รวมทั้งมีการปรับปรุงและพัฒนาอยู่เป็นระยะ

ความมุ่งหมายของกีฬาวอลเลย์บอล

1. เพื่อให้มีความรู้เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาวอลเลย์บอล
2. เพื่อให้มีความสามารถในการเล่นทักษะเบื้องต้นต่างๆ ของกีฬาวอลเลย์บอลอย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้มีความสามารถในการเล่นทีมได้อย่างถูกต้องและฉลาด
4. เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในกติกาเกี่ยวกับการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล
5. เพื่อส่งเสริมในการพัฒนาร่างกาย จิตใจ สังคม และอารมณ์
6. เพื่อส่งเสริมให้มีนิสัยรู้จักการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
7. ส่งเสริมให้เป็นคนมีน้ำใจนักกีฬา
8. เพื่อก่อให้เกิดความสนุกสนาน และเพลิดเพลินในการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล
9. เพื่อปลูกฝังนิสัยให้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล

กติกาวอลเลย์บอลและอุปกรณ์การเล่น

สนามแข่งขัน

- จะต้องเป็นพื้นไม้หรือพื้นปูนที่มีลักษณะเรียบ ไม่มีสิ่งกีดขวาง
- เป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า กว้าง 9 เมตร ยาว 12 เมตร ความสูงจากพื้นประมาณ 7 เมตร มีบริเวณโดยรอบห่างจากสนามประมาณ 3 เมตร
- แต่หากเป็นสนามมาตรฐานในระดับนานาชาติ กำหนดให้รอบสนามห่างจากสนามประมาณ 5 เมตร ด้านหลังห่าง 8 เมตร และมีความสูง 12.5 เมตร
- เส้นรอบสนาม (Boundary lines) ทุกเส้นจะต้องกว้าง 5 เซนติเมตร เป็นสีอ่อนตัดกับพื้นสนาม มองเห็นได้ชัดเจน
- เส้นแบ่งเขตแดน (Center line) ที่อยู่ตรงกลางสนาม จะต้องอยู่ใต้ตาข่าย หรือตรงกับเสาตาข่ายพอดี

ตาข่าย

- จะต้องมีความสูงจากพื้น 2.43 เมตร กว้าง 1 เมตร ยาว 9.5 – 10 เมตร
- ตารางในตาข่ายกว้าง 10 เซนติเมตร ผู้ติดไว้กับเสากลางสนาม
- ตาข่ายสำหรับทีมหญิงสูง 2.24 เมตร

ลูกวอลเลย์บอล

- เป็นทรงกลมมีเส้นรอบวงประมาณ 65-67 เซนติเมตร น้ำหนัก 260-280 กรัม
- ทำจากหนังสังเคราะห์ที่ยืดหยุ่นได้
- ซึ่งในการแข่งขันระดับโลกจะใช้ลูกบอล 3 ลูกต่อการแข่งขัน เพื่อความต่อเนื่องหากบอลออกนอกสนาม

ผู้เล่น

- ในทีมจะต้องมีผู้เล่นไม่เกิน 12 คน ผู้ฝึกสอน 1 คน ผู้ช่วยผู้ฝึกสอน 1 คน เทรนเนอร์ 1 คน และแพทย์ 1 คน
- ผู้เล่นจะลงเล่นในสนามได้ครั้งละ 6 คน โดยแบ่งออกเป็นหน้าตาข่าย 3 คน และด้านหลังอีก 3 คน
- สามารถเปลี่ยนตัวผู้เล่นครั้งละกี่คนก็ได้ โดยผู้เล่นเดิมที่ถูกเปลี่ยนออก สามารถเปลี่ยนกลับมาเล่นในสนามได้อีก
- การแต่งกายในชุดแข่งขัน ต้องแต่งกายเหมือนกันทั้งทีม ประกอบไปด้วย เสื้อสวมคอ กางเกงขาสั้น ถุงเท้า และรองเท้าผ้าใบพื้นยางที่ไม่มีส้น โดยผู้เล่นแต่ละคนจะต้องติดหมายเลขกำกับไว้ที่เสื้อ กำหนดให้ใช้เลข 1-18 เท่านั้น สำหรับหัวหน้าทีมจะต้องมีแถบผ้าขนาด 8x2 เซนติเมตร ติดอยู่ใต้หมายเลขบริเวณอกเสื้อด้วย

วิธีการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล

- ทีมที่ได้เสิร์ฟ จะต้องให้ผู้เล่นที่อยู่ในตำแหน่งขวาหลัง เป็นผู้เสิร์ฟเพื่อเปิดเกม จากนั้นผู้เล่นทุกตำแหน่งจะขยับตำแหน่งวนไปตามเข็มนาฬิกา

- การเสิร์ฟจะต้องรอฟังสัญญาณนกหวีดก่อน และให้เริ่มเสิร์ฟลูกบอลภายใน 5 วินาที
- ทีมที่ได้คะแนนจะเป็นผู้ได้เสิร์ฟ จนกว่าจะเสียคะแนนให้ฝ่ายตรงข้ามจึงจะเปลี่ยนเสิร์ฟ
- เมื่อลูกเข้ามาในเขตแดนของทีม จะสามารถเล่นบอลได้มากที่สุด 3 ครั้งเท่านั้น
- สามารถบล็อกลูกบอลจากฝ่ายตรงข้ามที่หน้าตาข่ายได้ แต่หากผู้เล่นล้ำเข้าไปในแดนของฝ่ายตรงข้ามจะถือว่าฟาวล์
- สามารถขอเวลานอกได้ 2 ครั้งต่อ 1 เซต ให้เวลาครั้งละ 30 วินาที
- ทุกครั้งที่แข่งขันจบ 1 เซต จะต้องมีการเปลี่ยนฝั่ง

การคิดคะแนนกีฬาวอลเลย์บอล

- ทีมจะได้คะแนนเมื่อลูกบอลตกลงในเขตสนามของฝ่ายตรงข้าม โดยนับเป็นลูกละ 1 คะแนน และหากมีการเสียคะแนน จะต้องเปลี่ยนให้ทีมที่ได้คะแนนเป็นผู้เสิร์ฟ
- หากทีมไหนได้คะแนนครบ 25 คะแนนก่อน ก็จะเป็นผู้ชนะในเซตนั้นไป แต่หากคะแนนเสมอกันที่ 24-24 จะต้องมีการตีวซ์ (Deuce) หมายถึงต้องทำคะแนนให้มากกว่าอีกฝ่าย 2 คะแนน ถึงจะเป็นผู้ชนะ เช่น 26-24 หรือ 27-25 เป็นต้น
- ต้องแข่งขันกันให้ชนะ 3 ใน 5 เซต จึงจะเป็นผู้ชนะในเกมนั้น

และนี่คือข้อมูลคร่าว ๆ ของกีฬาวอลเลย์บอล เมื่อรู้จักกีฬาชนิดนี้กันแล้ว ก็อย่าลืมทำความเข้าใจกติกา มารยาทในการแข่งขัน และเล่นกีฬากันอย่างมีน้ำใจนักกีฬากันด้วยนะจ๊ะ

แนะนำการดูวอลเลย์บอล

วอลเลย์บอล เป็นกีฬาที่เล่นโดยทีม 2 ทีมบนสนามที่แบ่งแดนด้วยตาข่าย ลักษณะการเล่นอาจแตกต่างกันได้ตามสภาพที่จำเป็นเพื่อให้ทุกคนเล่นกันได้แพร่หลาย กีฬาชนิดนี้จัดเป็นกีฬานันทนาการที่ได้รับความนิยมเป็นอันดับ 3 ของโลก จุดมุ่งหมายของการแข่งขันก็คือ การส่งลูกข้ามตาข่ายให้ตกลงบนพื้นที่ในแดนของทีมตรงข้าม และป้องกันไม่ให้ทีมตรงข้ามส่งลูกข้ามตาข่ายมาตกบนพื้นที่ในเขตแดนของตน แต่ละทีมจะสัมผัสลูกบอลได้มากที่สุด 3 ครั้ง ในการส่งลูกบอลไปยังแดนของทีมตรงข้ามสัมผัสบอลแค่ครั้งเดียวก็ได้ โดยปกติแล้วการสัมผัสลูกบอลครั้งแรกก็คือ การรับลูก เสิร์ฟ จากฝ่ายตรงข้ามครั้งที่ 2 คือ การ set บอลขึ้นบนอากาศ เพื่อให้ครั้งที่ 3 ซึ่งปกติจะใช้ตบลูกบอลทำได้อย่างสะดวก

การเล่นจะเริ่มต้นเมื่อทำการเสิร์ฟ ลูกบอล โดยผู้เสิร์ฟ ส่งลูกบอลข้ามตาข่ายไปยังทีมตรงข้าม การเล่นจะดำเนินไปจนลูกบอลตกลงบนพื้นในเขตสนามหรือนอกเขตสนาม หรือทีมไม่สามารถส่งลูกกลับไปยังทีมตรงข้ามได้อย่างถูกต้องตามกติกา ส่วน การนับคะแนนนั้น การแข่งขัน วอลเลย์บอล จะมีการได้คะแนนทุกครั้งที่มีการเล่นลูกถ้าฝ่ายรับลูกเสิร์ฟ ขณะการเล่นลูกนั้นก็จะได้สิทธิทำการเสิร์ฟ และผู้เล่นทั้งหมดต้องหมุนตามเข็มนาฬิกา 1 ตำแหน่ง

จะมีผู้เล่นอยู่ในทีมๆละอย่างมาก 12 คน และอย่างน้อย 6 คน แต่จะลงสนามได้ทีละ 6 คน ผู้เล่นทั้ง 6 คน ในสนามอาจจะเล่นตลอดเกมหรืออาจเปลี่ยนตัวได้ตลอด ผู้เล่นที่เป็นผู้เสิร์ฟจะเป็นตำแหน่งหลังขวาสุด ซึ่งตำแหน่งของผู้เล่นทุกคน จะไม่สามารถเปลี่ยนได้ตามใจชอบ แต่จะต้องหมุนเวียนแบบทวนเข็มนาฬิกาเมื่อได้สิทธิเปลี่ยนเสิร์ฟ ยกเว้นก็ต่อเมื่อขณะที่กำลังเล่นลูกอยู่ นอกจากนี้ในส่วนของนักกีฬา ยังมีผู้เล่นตัวรับอิสระ (Liberero player) ซึ่งเป็นผู้เล่น 1 ใน 12 คน แต่สวม

เสื้อที่มีหมายเลขและสีแตกต่างจากผู้เล่นคนอื่นๆ อย่างเห็นได้ชัด สามารถเปลี่ยนตัวไปแทนผู้เล่นที่อยู่ในแดนหลังได้เมื่อลูกตายและก่อนที่ผู้ ตัดสินจะเป่านกหวีดให้ทำการเสิร์ฟ โดยไม่นับเป็นการเปลี่ยนตัวเข้าออกปกติ

สำหรับผู้ตัดสินวอลเลย์บอล จะมี 2 คน คือ ผู้ตัดสินที่ 1 จะทำหน้าที่ชี้ขาดอยู่บนเก้าอี้ตัดสิน และผู้ตัดสินที่ 2 อยู่ด้านล่างตรงข้ามกับผู้ตัดสินที่ 1 ขณะเดียวกันจะมีผู้กำกับเส้นอีก 4 คน

การ นับคะแนน แรลลี่พอยต์ หรือนับทุกลูกที่ลูกตาย จากเซตที่ 1 ถึง เซตที่ 4 กรณีที่เล่น 3 ใน 5 ฝ่ายเสิร์ฟ เล่นลูกจะนับทีละ 1 คะแนน แต่ถ้าฝ่ายเสิร์ฟทำเสียหรือฟาวล์ จะเสียคะแนนและจะต้องเปลี่ยนให้ฝ่ายตรงข้ามเล่น โดยนับคะแนนลักษณะเดียวกัน จนกว่ามีทีมใดได้ครบ 25 คะแนนก่อน เป็นทีมชนะในเซตนั้น หลังจากนั้นเริ่มต้นเล่นกันใหม่ จนกว่าจะรู้ผลแพ้ชนะซึ่งโดยปกติจะแข่งกันหาผู้ชนะ 3 ใน 5 เซต

การแข่งขันในเซตตัดสิน (เซตที่ 3 หากแข่งขันระบบ 2 ใน 3 หรือ เซตที่ 5 ในระบบ 3 ใน 5 จะแข่งขันแบบแรลลี่พอยต์หรือนับแต้มทุกแต้มที่ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดทำลูกเสีย ไม่ว่าจะเป็ฝ่ายเสิร์ฟหรือไม่ก็ตาม ฝ่ายใดทำลูกเสียหรือผิดกติกา จะเสียแต้มและเสียสิทธิเสิร์ฟด้วย เซตนี้จะเกมที่ 15 แต้ม ไว้แต่มีกรณีพิเศษ จะต้องมีการพัก 2 แต้ม

นอกจากนี้ยังมีกติกา เบื้องต้นบางอย่างที่ควรรับรู้ เช่น ตำแหน่งการเสิร์ฟ ได้เปลี่ยนใหม่ นักกีฬาสามารถเสิร์ฟจุดใดก็ได้ โดยจะต้องไม่เหยียบเส้นหลังสนามเท่านั้น

ในส่วนของผู้ฝึกสอน ปัจจุบันอนุญาตให้ผู้ฝึกสอนเพียงคนเดียว ยืน เดิน และให้คำแนะนำแก่นักกีฬาได้ที่บริเวณด้านหน้า ม้านั่งในแดนตัวเองระหว่างเส้น เขตรุก ถึงเขตตอบอุ่นร่างกาย โดยไม่ถือเป็นการรบกวนการปฏิบัติหน้าที่ของผู้ตัดสิน

ประโยชน์ของกีฬาวอลเลย์บอล

1. วอลเลย์บอลเป็นกีฬาที่ช่วยส่งเสริมความรักใคร่สามัคคีกันระหว่างหมู่คณะ เพราะวอลเลย์บอลเป็นกีฬาประเภททีม โดยมีผู้เล่นฝ่ายหนึ่งอย่างน้อย ๖ คน
2. วอลเลย์บอลเป็นกีฬาที่ช่วยส่งเสริมทักษะในการใช้มือของผู้เล่นให้เกิดความชำนาญ มีความแข็งแรงและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น เพราะกีฬาวอลเลย์บอลอาจนับได้ว่าเป็นกีฬาชนิดเดียวที่ต้องใช้ความชำนาญของมือทุกส่วนตั้งแต่นิ้วมือ ฝ่ามือ ข้อมือ แขน ในการเล่นลูก
3. การเล่นวอลเลย์บอลนั้นผู้เล่นจะต้องเคลื่อนไหวร่างกายอยู่ตลอดเวลา รวมทั้งต้องมีไหวพริบที่ดีสามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาเฉพาะหน้าต่างๆได้ จึงจะทำให้มีชัยชนะในการเล่น
4. วอลเลย์บอลเป็นกีฬาที่เหมาะสมกับคนทุกยุคทุกวัย สถานที่ที่ใช้เล่นสามารถดัดแปลงให้เหมาะสม กับเพศและวัยได้ กติกาการเล่นก็เข้าใจง่าย
5. การเล่นวอลเลย์บอลจะไม่ก่อให้เกิดปัญหาทะเลาะวิวาทเกิดขึ้น เพราะผู้เล่นต่างก็อยู่ในแดนของตนเองและมีตาข่ายกั้นกลางสนาม จึงทำให้ไม่มีโอกาสที่จะปะทะกันระหว่างผู้เล่นทั้งสองฝ่ายได้เลย

6. กีฬาวอลเลย์บอลเหมือนกับกีฬาอื่นๆ ที่ใช้เป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งในการเป็นสื่อกลางก่อให้เกิดความสนิทสนมคุ้นเคย และมีสัมพันธ์ไมตรีอันดีต่อกัน ทั้งระหว่างภายในประเทศและระหว่างประเทศได้อย่างดี