

กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาฟาวล์เลย์บอล

นนทพล ชุมจันทร์*
ธารินทร์ ก้านเหลือง**
ศรัทธา ศรีพรหม***

บทคัดย่อ

กิจกรรมเกมเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจ มีกฎ กติกา อย่างชัดเจน แต่ไม่ซับซ้อน นอกจากเด็กจะได้รับความสนุกสนาน ยังช่วยผ่อนคลายความเครียด ส่งเสริมการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมที่ดีงาม ความมีวินัย มีน้ำใจ ความสามัคคี ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การใช้กิจกรรมเกมที่มีลักษณะเน้น การเคลื่อนไหวร่างกาย จะทำให้เด็กได้ฝึกสมรรถภาพทางกายให้มีความพร้อมสำหรับการเล่นกีฬา กิจกรรมเกม สามารถพัฒนาไปสู่ทักษะกีฬาพื้นฐานได้ กีฬาฟาวล์เลย์บอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมากและมีความ สนุกสนาน มีองค์ประกอบที่เป็นทักษะพื้นฐานอยู่หลายประการ แต่ละทักษะมีความยากง่ายแตกต่างกันออกไป เช่น การเคลื่อนที่ การเล่นลูกสองมือล่าง การเซต เป็นต้น ทักษะเหล่านี้ต้องอาศัยการฝึกฝนตั้งแต่เด็ก การใช้แบบฝึกทักษะ กีฬาฟาวล์เลย์บอลอย่างเดียว อาจไม่เกิดแรงจูงใจให้เด็กอยากฝึกทักษะอย่างต่อเนื่องและอยากเล่นกีฬาฟาวล์เลย์บอล กิจกรรมเกมจึงสามารถนำมาประยุกต์เป็นแบบฝึกเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาฟาวล์เลย์บอลสำหรับเด็กได้ บทความ วิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาฟาวล์เลย์บอล โดยศึกษาจากเอกสาร ตำรา บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์ตัวแทนผู้ฝึกสอนทีมกีฬาฟาวล์เลย์บอล เด็กของประเทศไทย มาวิเคราะห์ สังเคราะห์และเรียบเรียง จากการศึกษาสรุปได้ว่า การใช้กิจกรรมเกมมาพัฒนา ทักษะขั้นพื้นฐานกีฬาฟาวล์เลย์บอล ส่งผลให้เด็กมีพัฒนาการทางด้านทักษะ เกิดความสนุกสนาน และสนใจในการเล่นกีฬาฟาวล์เลย์บอลมากขึ้น

คำสำคัญ : กิจกรรมเกม เด็ก ทักษะกีฬาฟาวล์เลย์บอลขั้นพื้นฐาน

โรงเรียนบ้านเจียรดับ สำนักงานเขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร

** คณะศึกษาศาสตร์ และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

*** คณะศึกษาศาสตร์ และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ติดต่อผู้พิมพ์: นนทพล ชุมจันทร์ Email: nontaphol@gmail.com มือถือ: 084-5426285

รับบทความ 12 กุมภาพันธ์ 2566 แก้ไขบทความ 17 มกราคม 2567 ตอรับ 30 สิงหาคม 2567

Game activities for children to develop basic skills in volleyball

Nontaphol Chumjun^{*}

Tharin Kanlueng^{**}

Sirichai Sriprom^{***}

Abstract

Game activities are interesting activities with clear rules and regulations, but they are not complicated. Besides the children will have fun. It also helps relieve stress. Promote the cultivation of morality Good ethics, discipline, kindness, unity, promoting physical, mental, emotional, social and intellectual development. Using game activities that emphasize physical movement. It will allow children to practice physical fitness to be ready for sports. Game activities can develop into basic sports skills. Volleyball is a sport that gets a lot of attention and is fun. There are several basic skill components. Each skill has different difficulties, such as movement. Playing with two lower hands, setting, etc. These skills require practice from childhood. Using only volleyball skill training exercises There may not be motivation for children to continuously practice their skills and want to play volleyball. Game activities can therefore be applied as training to develop basic volleyball skills for children. This academic article aims to study game activities for children to develop basic volleyball skills. By studying documents, textbooks, articles, and related research. and interviews with representative coaches of children's volleyball teams in Thailand were analyzed, synthesized and compiled. From the study it was concluded that Using game activities to develop basic skills in volleyball. As a result, children develop skills. Have fun and became more interested in playing volleyball.

Keywords: Game activities, children, basic volleyball skills

^{*} Ban Chiaradup School Nong Chok District Office, Bangkok

^{**} Faculty of Education and Development Sciences, Kasetsart University

^{***} Faculty of Education and Development Sciences, Kasetsart University

Contract: nontaphol chumjun, Email.: nontaphol@gmail.com Tel: 084-5426285

Received February, 12 2023 ; Revised January, 17 2024; Accepted August, 30 2024

บทนำ

ยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561-2580) ให้ความสำคัญกับการให้กีฬาและนันทนาการบนฐานของวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างการพัฒนาทั้งในการเสริมสร้างสุขภาวะ การพัฒนาจิตใจ การสร้างความสามัคคีของคนในชาติ หล่อหลอมการเป็นพลเมืองดี พัฒนาคุณภาพชีวิต รวมถึงสร้างชื่อเสียง และเกียรติภูมิของประเทศชาติ ดังจะเห็นได้ว่าการกีฬาและนันทนาการเป็นกลไกสำคัญยิ่งในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ที่เป็นที่ยอมรับในระดับสากลในการสร้างคุณค่าและมูลค่าให้แก่ประเทศ โดยในช่วงที่ผ่านมา คนไทยมีแนวโน้มการออกกำลังกายและเล่นกีฬาลดลงในทุกกลุ่มอายุ โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนช่วงอายุ 11-14 ปี ทิศทางการขับเคลื่อนศักยภาพการกีฬาในแผนแม่บทประเด็นศักยภาพการกีฬา จะมุ่งเน้นการส่งเสริมการใช้กิจกรรมกีฬาและนันทนาการบนฐานของวิทยาศาสตร์การกีฬา เป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างสุขภาวะของประชาชนอย่างครบวงจรและมีคุณภาพมาตรฐาน การสร้างนิสัยรักกีฬาและมีน้ำใจเป็นนักกีฬา การส่งเสริมการออกกำลังกายและกีฬาขั้นพื้นฐานให้กลายเป็นวิถีชีวิต ส่งเสริมให้ประชาชน มีส่วนร่วมในกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ โดยส่งเสริมให้เกิดความรู้และความตระหนักในประโยชน์ของ การออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาขั้นพื้นฐานที่มีความจำเป็นต่อทักษะในการดำรงชีวิต การปฐมพยาบาลเบื้องต้น รวมถึงความรู้ ทักษะที่ต้องใช้ในการเล่นกีฬา การออกกำลังกายเพื่อรักษาสุขภาพและนันทนาการ เช่น ธนาคารอุปกรณ์กีฬา และอาสาสมัครการกีฬา ปลุกฝังประชาชนให้มีน้ำใจนักกีฬา มีระเบียบวินัย รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย รู้จักการขอโทษและส่งเสริมการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาของเด็กและเยาวชนทุกกลุ่ม ทุกพื้นที่ทั้งในสถานศึกษาและนอกสถานศึกษา ส่งเสริมสนับสนุนการจัดกิจกรรม ออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของประชาชนอย่างต่อเนื่องในระดับท้องถิ่น ระดับจังหวัด ระดับภูมิภาค และระดับชาติ (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2561)

กิจกรรมเกมเป็นการเล่นที่มีกฎ กติกา อย่างชัดเจน แต่ไม่ซับซ้อน สามารถสร้างวิธีการเล่นขึ้นเองได้ เน้นพัฒนาอารมณ์สุข สนุกสนาน ให้ผู้เข้าร่วมได้พัฒนาตนเองในด้านต่างๆ เช่น ความกล้าแสดงออก การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี เกิดความสามัคคี ได้พบเพื่อนใหม่ ใช้ละลายพฤติกรรม และฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า สามารถนำเกมไปทำเป็นกิจกรรมได้ในทุกโอกาส ทุกสถานที่และใช้ได้กับบุคคลทุกเพศทุกวัยโดยเกมจะเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะทางกีฬาต่อไปได้อีกด้วย (สำนักนันทนาการ กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2561) เกมถือเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในหลักสูตรที่ได้มีการกำหนดไว้เพื่อให้ครูได้มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน และเพื่อให้ผู้เรียนได้รับการส่งเสริมพัฒนาทางด้านจิตใจอารมณ์ สังคมและสติปัญญาที่ดี ซึ่งในความสำคัญของการเล่นเกมนี้ได้อธิบายไว้ว่าการเล่นเกมถือเป็นกิจกรรมการเล่นเพื่อส่งเสริมความสุขทางใจของมนุษย์ซึ่งแฝงด้วยคุณค่าและความหมายมากมาย ดังนั้นในด้านของการศึกษาหรือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ของครูในส่วนของรายวิชาพลศึกษา หากมีการนำหลักการและเทคนิควิธีปฏิบัติของเกมมาประยุกต์ใช้อย่างเหมาะสมการเรียนรู้ของผู้เรียนก็ย่อมจะเกิดผลดี เกิดบรรยากาศในชั้นเรียนที่มีความสนุกสนานท้าทาย ผู้เรียนได้รับการกระตุ้นให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ที่ดี (สุนทร จันทรพรม, 2561)

กีฬาวอลเลย์บอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมมาเป็นเวลาอันยาวนาน ซึ่งได้มีการจัดแข่งขันในเกมกีฬาต่าง ๆ มากมาย อาทิ โอลิมปิกเกมส์ เอเชียนเกมส์ ซีเกมส์ นอกจากนั้นยังได้บรรจุกีฬาวอลเลย์บอลไว้ในหลักสูตรการเรียนการสอน กีฬาวอลเลย์บอลเล่นได้ทั้งเด็ก ผู้ใหญ่ ผู้หญิง ผู้ชาย และสามารถเล่นได้ทุกที่ (Sky Sports Team, 2559) ตามหลักสูตรหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างคนไทยให้เป็นคนเก่ง เป็นคนดี และดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข และกำหนดให้มีการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา ซึ่งกำหนดให้นักเรียนเลือกเรียน

หรือเล่นกีฬาตามสภาพท้องถิ่น หรือการจัดการเรียนการสอนของสถานศึกษา จึงได้จัดกีฬาโอลิมปิกในหลักสูตรการเรียนการสอนระดับประถมศึกษาของสถานศึกษา เพื่อการสร้างพื้นฐานของทักษะกีฬาโอลิมปิกแก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา (ศิวัช ชัยธรรมและสมเกียรติ เนตรประเสริฐ, 2561) กีฬาโอลิมปิกมีองค์ประกอบที่เป็นทักษะอยู่หลายประการ เช่น ทักษะการเคลื่อนที่ ทักษะการเล่นลูกสองมือล่าง ทักษะการเซต ทักษะการตบ ทักษะการเสิร์ฟลูก และทักษะการสกัดกั้น ในแต่ละทักษะมีความยากง่ายแตกต่างกันออกไป และยังต้องอาศัยทักษะความสามารถทางกลไกต่างๆ เช่น การยืน การทรงตัว การเคลื่อนไหว ความคล่องตัว และความสัมพันธ์ของการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ (จิโรจน์ มุทุกันต์ 2535 อ้างถึงใน ชุตติกาญจน์ พลไชย, 2564)

จากความสำคัญด้านนโยบายระดับชาติ และจุดมุ่งหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ผู้เขียนเห็นว่านอกจากการฝึกทักษะขั้นพื้นฐานกีฬาโอลิมปิกด้วยแบบฝึกทักษะ การใช้กิจกรรมเกมสำหรับเด็ก เพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาโอลิมปิก โดยมีกฎ กติกาที่ง่าย เข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน เน้นความ ความปลอดภัย เหมาะสมกับวัยของผู้เล่น จะส่งผลให้เด็กเกิดแรงจูงใจในการฝึกทักษะอย่างต่อเนื่องมีความกระตือรือร้น เกิดความสนุกสนาน และกิจกรรมเกมยังปลูกฝังให้เด็กมีคุณธรรม จริยธรรมที่ดีงาม มีวินัย มีน้ำใจ และมีความสามัคคี นอกจากนี้ ผู้ฝึกยังสามารถประยุกต์กิจกรรมเกมให้มีความหลากหลายได้ โดยการวางเงื่อนไข กฎ และกติกา ที่มีความเหมาะสมกับสถานการณ์ สถานที่ จำนวนผู้เล่นหรือทักษะขั้นพื้นฐานที่ต้องการพัฒนาได้อย่างหลากหลาย

ความหมายของเกม

กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2557) ได้ให้ความหมายของเกมไว้ว่าหมายถึง กิจกรรมการเล่นที่มีกฎ กติกาที่ง่าย ๆ ไม่สลับซับซ้อน สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม เพื่อให้เข้ากับสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมนั้น ๆ โดยมีจุดประสงค์เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2561) หมายถึง กิจกรรมหนึ่งกิจกรรมใดที่ไม่เป็นกิจวัตรประจำวัน มีกฎ ระเบียบ กติกาการเล่นในเวลาว่างด้วยความสมัครใจ และมีจุดมุ่งหมายเพื่อความสนุกสนานเป็นสำคัญ

สรุปได้ว่า กิจกรรมเกม หมายถึง กิจกรรมการเล่นแขนงหนึ่งที่มีกฎกติกาไม่สลับซับซ้อน ช่วยส่งเสริมให้ร่างกายพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวดีขึ้น เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน เพื่อบรรลุเป้าหมาย ระเบียบข้อบังคับภายในเวลาที่กำหนดและแฝงด้วยคุณค่าต่าง ๆ อาจนำเอารูปแบบของกีฬาบางชนิดมาประยุกต์ใช้ในการเล่น และใช้กิจกรรมเกมเพื่อพัฒนาทักษะทางด้านกีฬาต่าง ๆ ได้

คุณสมบัติของเกม

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2561) ได้อธิบายถึงคุณสมบัติที่สำคัญทั่ว ๆ ไปของเกม มีดังต่อไปนี้ คือ

1. เป็นกิจกรรมที่มีความเป็นอิสระในการเล่น ผู้เล่นจะเล่นในเวลาว่างด้วยความสมัครใจ โดยจะเริ่มเล่นหรือเลิกเล่นเมื่อใดก็ได้ตามความพอใจ
2. สถานที่และเวลาของการเล่นจะแยกออกจากกิจกรรมที่เป็นกิจวัตรประจำวันตามปกติ และมักจะกำหนดไว้ล่วงหน้าตามความพอใจ
3. มีกฎและระเบียบของการเล่น กฎและระเบียบการเล่นนี้อาจจะได้มาจากระหว่างผู้เล่น ด้วยกันเป็นผู้วางและกำหนดขึ้นเอง เพื่ออำนวยความสะดวกและเพื่อความสนุกสนานในการเล่น กฎและระเบียบเหล่านี้ อาจจะมีการเปลี่ยนแปลงหรือวางไว้เพื่อการเล่นในระยะเวลายาวนานก็ได้
4. การมีส่วนร่วมในการเล่นในกิจกรรมแต่ละครั้งผู้เล่นไม่หวังผลตอบแทนหรือสินจ้างรางวัล อื่นใดนอกเหนือ

จากความสุขสนานที่ได้จากกิจกรรมการเล่นเท่านั้น

5. การเล่นเกมแต่ละครั้งผู้เล่นจะไม่สามารถคาดการณ์ถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากการเล่นล่วงหน้าได้ ผลของการเล่นเกมแต่ละครั้งจะบอกผลได้ก็ต่อเมื่อการเล่นได้สิ้นสุดลงแล้วเท่านั้น

6. เกมการเล่นจะมีคุณสมบัติเช่นเดียวกับกิจกรรมนันทนาการ

ประโยชน์ของการเล่นเกม

กรมพลศึกษา (2557) ประโยชน์ของการเล่นเกม ก่อให้เกิดประโยชน์ในด้านต่าง ๆ หลายด้าน ได้แก่ ร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ ดังนี้ 1) สร้างความสนุกสนาน ผ่อนคลายความตึงเครียด 2) เสริมสร้างทักษะการปรับตัว ในการมีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน 3) ส่งเสริมการเคลื่อนไหวทางร่างกายที่ถูกต้อง 4) เสริมสร้างทักษะทางการกีฬา ทำให้ร่างกายแข็งแรง 5) ช่วยส่งเสริมและพัฒนาสมองในด้านไหวพริบ การแก้ปัญหาเฉพาะหน้า 6) ช่วยส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม โดยการเล่นตามกฎ กติกา 7) สร้างแรงจูงใจ กระตุ้นในด้านการเตรียมความพร้อมของร่างกายและสมอง 8) เสริมสร้างสัมพันธภาพในสังคม 9) ครูสามารถนำวิธีการเล่นมาใช้ในการนำเข้าสู่บทเรียน หรือประกอบการเรียนวิชาต่าง ๆ เพื่อเป็นแรงกระตุ้นเสริมสร้างความเข้าใจวิชาต่าง ๆ ให้ดียิ่งขึ้น

สรุปได้ว่า กิจกรรมเกมมีคุณสมบัติเป็นกิจกรรมที่มีความเป็นอิสระในการเล่น มีกฎและระเบียบของการเล่น ผู้เล่นแต่ละคนได้มีส่วนร่วมและไม่หวังผลตอบแทน ไม่สามารถคาดการณ์ถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากการเล่นล่วงหน้า ประโยชน์จากการเล่นเกมผู้เล่นจะเกิดความสุข สนุกสนาน สร้างทักษะในการปรับตัวร่วมกับคนอื่น ได้ฝึกการเคลื่อนไหวร่างกาย เสริมสร้างทักษะทางด้านกีฬา พัฒนาสมองและช่วยส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมสร้างแรงจูงใจ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ได้

ทักษะกีฬาวอลเลย์บอลขั้นพื้นฐาน

ชำนาญ ดอกไม้ (2553) การเล่นกีฬาวอลเลย์บอลมีทักษะส่วนบุคคลพื้นฐานที่จำเป็นต้องใช้สำหรับการเล่นหลายประเภท ซึ่งผู้เริ่มเล่นวอลเลย์บอลจำเป็นต้องเริ่มฝึกในพื้นฐานเหล่านี้ ทุกทักษะในการฝึกนอกจากผู้เล่นจะสามารถปฏิบัติทักษะพื้นฐานทั้งหมดได้แล้ว ยังต้องสามารถเชื่อมโยงการเล่นในแต่ละทักษะได้ด้วย สำหรับการเล่นเป็นทีมนั้นหากผู้เล่นไม่มีความชำนาญในแต่ละทักษะพื้นฐาน การเล่นวอลเลย์บอลก็จะทำให้การเล่นเป็นทีมทำได้ยาก ทักษะส่วนบุคคลที่จำเป็นสำหรับการเล่นวอลเลย์บอลมีองค์ประกอบ ดังนี้

1. ทักษะการเคลื่อนที่ (Movement) ชำนาญ ดอกไม้ (2553) การเคลื่อนที่ในการเล่นวอลเลย์บอลอาจจะแบ่งลักษณะการเคลื่อนที่หลัก ๆ ได้ 3 ลักษณะ คือ การเคลื่อนที่ไปข้างหน้า การเคลื่อนที่ไปด้านข้าง การเคลื่อนที่ไปด้านหลัง

2. ทักษะการเสิร์ฟ (Serving) กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2555) การเสิร์ฟเป็นยุทธวิธีของการบุกอย่างหนึ่ง ลูกเสิร์ฟที่มีความรุนแรง มีประสิทธิภาพ และเสิร์ฟได้ตรงช่องว่างหรือตรงกับผู้เล่นที่มีทักษะการรับลูกเสิร์ฟไม่ดีเป็นเป้าหมายของการเสิร์ฟลูกเสิร์ฟที่มีความรุนแรงและแน่นอน นับว่าเป็นการบุกที่ดีอาจจะได้คะแนนจากการเสิร์ฟ หรือเป็นการกดดันทีมคู่ต่อสู้ในการสร้างเกมรุกอีกด้วย

ลักษณะของการเสิร์ฟ ทรงศักดิ์เจริญพงศ์ (2533) ได้แบ่งลักษณะการเสิร์ฟออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การเสิร์ฟลูกมือล่าง (Under Hand Service) และการเสิร์ฟลูกมือบน (Overhand Service)

1. การเสิร์ฟลูกมือล่าง (Under Hand Service) แบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ การเสิร์ฟลูกมือล่างด้านหน้า

การเสิร์ฟลูกมือล่างด้านข้าง

1.1 วิธีเสิร์ฟลูกมือล่างด้านหน้า กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2555) ได้ลำดับขั้นตอนวิธีเสิร์ฟลูกมือล่างด้านหน้า ดังนี้ 1) ในกรณีที่ผู้เล่นถนัดขวา ให้ก้าวเท้าซ้ายอยู่หน้าเท้าขวาเล็กน้อย ถือลูกบอลไว้ด้วยมือซ้าย และยื่นไปทางข้างหน้าด้านขวาของร่างกายเพื่อให้ลูกบอลอยู่ในแนวเดียวกันกับมือข้างขวาที่จะเหวี่ยงตีลูกบอล 2) โยนลูกบอลขึ้นด้วยมือซ้ายเบา ๆ ไม่สูงมากนัก กำมือขวาหลวม ๆ หรือจะแบมือก็ได้ และใช้สันมือตีลูกบอลเป็นจุดสัมผัสลูกบอล โดยการเหวี่ยง มือจากข้างหลัง 3) การเสิร์ฟลักษณะนี้จะยื่นหน้าเข้าหาตาข่ายหรือหันข้างเข้าหาตาข่ายก็ได้ 4) การส่งแรง (Follow Thorough) ผู้เสิร์ฟต้องก้าวเท้าถอยน้ำหนักตัวไปที่เท้าหน้าและการเหวี่ยงแขนไปตามแรงส่งไปข้างหน้า

1.2 วิธีเสิร์ฟลูกมือล่างด้านข้าง กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2555) ได้กล่าวถึงวิธีเสิร์ฟลูกมือล่างด้านข้างไว้ ดังนี้ 1) ยืนเตรียมพร้อม โดยหันด้านข้างเข้าสนามหรือหันด้านซ้ายเข้าหาตาข่าย ก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้าขนานกับเส้นหลังเท้าขวาอยู่ด้านหลัง 2) มือซ้ายชูลูกบอลเหยียดตรงไปข้างหน้า แขนขวาเหยียดตรงอยู่ข้างหลังระดับต่ำกว่าไหล่เล็กน้อย 3) การส่งลูกบอลให้ย้อยตัวโยนบอลขึ้น เหวี่ยงแขนขวาตีลูกบอลโดยบิดตัวทางซ้ายมือหรือทิศทางที่จะส่งลูกไป 4) การตีบอลให้ใช้สันมือหลังหัวแม่มือตีปะทะบอลไป

2. การเสิร์ฟลูกมือบน (Overhand Service) แบ่งออกเป็น 3 แบบ คือ การเสิร์ฟลูกมือบนด้านหน้าการเสิร์ฟลูกมือบนด้านข้าง และการกระโดดเสิร์ฟ

2.1 การเสิร์ฟลูกมือบนด้านหน้า (Overhand Service) ชาญฤทธิ์ วงษ์ประเสริฐ (ม.ป.ป.) ได้เรียบเรียงวิธีการเสิร์ฟลูกมือบนด้านหน้าไว้ ดังนี้ 1) ยืนด้วยเท้าทั้งสอง หันหน้าไปถือลูกบอลไว้ในฝ่ามือที่ไม่ใช่ตี 2) ขณะที่โยนลูกขึ้นให้เหยียดตัวขึ้นให้ดูเหมือนว่าเป็นการยกลูกบอล 3) ดึงแขนและศอกที่ใช้ตีลูกบอลไปข้างหลังลูกบอล จะต้องโยนขึ้นไปข้างหลังเล็กน้อยและอยู่ด้านหน้าของ ผู้เสิร์ฟ 4) ดึงศอกให้ไปอยู่ด้านหลังหูตามองที่ลูกบอล 5) เหวี่ยงแขนที่ตีลูกบอลไปข้างหน้าให้เร็ว ๆ ถ่ายน้ำหนักตัวไปที่เท้าหน้า และตีลูกบอลด้วย การเกร็งฝ่ามือ 6) หลังจากตีลูกไปแล้วปล่อยให้แขนเหวี่ยงไปข้างหน้า โดยไม่ต้องออกแรงหยุดปล่อยแขนที่ไม่ได้ตีลูกบอลลงข้างตัว

2.2 การเสิร์ฟลูกมือบนด้านข้าง ชาญฤทธิ์ วงษ์ประเสริฐ (ม.ป.ป.) ได้เรียบเรียงวิธีการเสิร์ฟลูก มือบนด้านข้างไว้ ดังนี้ 1) หันหน้าโดยเอาด้านข้างเข้าหาตาข่าย ถือลูกบอลในระดับเอว 2) ดึงแขนที่ใช้ตีลูกบอลไปด้านหลังเหยียดสะโพก บิดลำตัวท่อนบนเล็กน้อย เพื่อให้เพิ่มแรงมากขึ้นตามองที่ลูกบอล 3) ถ่ายน้ำหนักตัวไปยังเท้าหน้า เหยียดแขนที่ใช้ตีลูกบอลและเหวี่ยงขึ้นด้านบน 4) ตีลูกบอลขณะที่ลูกบอลอยู่เหนือไหล่และค่อนข้างไป ทางด้านหน้าเล็กน้อย เก็บแขนข้างที่ไม่ได้ตีลูกบอลตึงกลับ หลังให้ตึงกับลำตัว 5) หลังจากการตีลูกบอลปล่อยให้แขนเหวี่ยงไปข้าง โดยไม่ต้องออกแรงหยุดปล่อยแขนที่ไม่ได้ตีลูกบอลลงข้างตัว

2.3 การกระโดดเสิร์ฟ กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2555) เป็นเทคนิคการเล่นที่นำมาใช้กันมากในปัจจุบัน การเสิร์ฟถือว่าการรุกครั้งแรกของทีม ผู้เล่นที่สามารถกระโดดเสิร์ฟได้ดีมีประสิทธิภาพ รุนแรงและแม่นยำย่อมได้เปรียบคู่ต่อสู้ในเกมการแข่งขันมีวิธีปฏิบัติ ดังนี้ 1) การยืนเตรียมพร้อมภายในเขตเสิร์ฟ 9 เมตร 2) โยนลูกบอลขึ้นข้างหน้า การโยนต้องโยนให้สูงเพื่อมีจังหวะในการกระโดดเสิร์ฟได้รุนแรง 3) การกระโดดและลอยตัว ลักษณะเช่นเดียวกับการกระโดดตบลูกบอลหน้าตาข่าย 4) การปะทะหรือสัมผัสลูกบอล ส่วนใหญ่ผู้เสิร์ฟมักปะทะหรือสัมผัสลูกบอลด้านบนของลูก เนื่องจากผู้กระโดดเสิร์ฟจะกระโดดได้สูง แต่ไม่สามารถบังคับลูกบอลได้เหมือนการตบลูกหน้าตาข่าย 5) หลังจากการตีลูกบอลปล่อยให้แขนเหวี่ยงไป ข้างหน้า โดยไม่ต้องออกแรงหยุดปล่อยแขนที่ไม่ได้ตีลูกบอลลงข้างตัว

3. การเล่นลูกสองมือล่าง (Underhand) กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2555) ลักษณะของ

มือขณะสัมผัสลูกบอล การเล่นลูกสองมือล่างต้องคำนึงถึงการจับมือหรือการให้นิ้วหัวแม่มือชิดกัน มือทั้งสองสัมผัสกันแนบแน่นเพื่อให้แขนทั้งสองเสมอกัน ทำให้ควบคุมลูกเป็นไปตามทิศทางที่ต้องการได้ง่าย วิธีที่จะทำให้มือทั้งสองข้างแนบชิดกัน มี 3 ลักษณะ ดังนี้ 1) วิธีซ้อนมือ เป็นวิธีที่นิยมเล่นกันมากโดยเอามือหนึ่งไปวางซ้อนทับอีกมือหนึ่งแล้วให้นิ้วหัวแม่มือชิดติดกัน 2) วิธีโอบหัตถ์ ใช้มือใดมือหนึ่งกำหัตถ์แล้วใช้อีกมือหนึ่งโอบหัตถ์ นิ้วหัวแม่มือทั้งสองชิดติดกัน 3) วิธีกำมือทั้งสองข้างชิดกัน โดยกำมือทั้งสองแล้วนำมาชิดกัน พยายามให้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างเสมอกัน การเตรียมพร้อมการเล่นลูกสองมือล่าง อุทัย สงวนพงศ์และสมบัติ คุณามาศปกรณ์ (2546) ได้กล่าวถึงการเตรียมพร้อมการเล่นลูกสองมือล่างไว้ ดังนี้ 1) ยืนหันหน้าเข้าหาลูกบอล 2) แยกเท้าทั้งสองออกกว้างกว่าช่วงไหล่เล็กน้อย 3) ผู้เล่นที่ยืนด้านซ้ายของสนามเท้าซ้ายอยู่หน้าเท้าขวา 4) ผู้เล่นที่ยืนด้านขวาของสนามเท้าขวาอยู่หน้าเท้าซ้าย 5) ผู้เล่นที่ยืนกลางสนามให้วางเท้าเสมอกัน 6) ยกสันเท้าเล็กน้อย 7) งอเข่าทั้งสองหัวเข่าปล่อยเท้าเล็กน้อย 8) ไน้มตัวไปข้างหน้าทั้งน้ำหนักตัวลงบนหัวแม่เท้าที่อยู่หน้า 9) ยกมือทั้งสองอยู่ระดับหน้าท้อง 10) ตามองลูกบอลตลอดเวลา

4. ทักษะการเซต (Setting) กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2555) กล่าวว่า iva การเซตเป็นการเล่นบอลด้วยมือทั้งสองข้างพร้อมกันหรือมือข้างเดียว โดยมีเป้าหมายสำคัญในการเล่นเพื่อส่งบอลไปให้คนตบ ส่วนประกอบของการเซต 1) การทรงตัวให้ยืนเท้าหน้าเท้าตาม โดยจะใช้เท้าใดเท้าก็ได้ช่วงห่างระหว่างเท้าทั้งสองประมาณ 1 ช่วงไหล่ห้อยหน้าเล็กน้อย หน้าเขมองลูก มือทั้งสองยกขึ้นระดับอกอยู่ด้านหน้า 2) การวางมือเมื่อลูกเคลื่อนมาไ้ระยะ ให้ยกมือทั้งสองขึ้นมาวางไว้เหนือหน้าผากโดยให้ห่างจากหน้าผากประมาณ 20 เซนติเมตร คอทั้งสองข้างวางออกด้านข้างเป็นมุม 45 องศา ยกขึ้นในระดับหัวไหล่ตามองลอดช่องระหว่างมือทั้งสอง มือทั้งสองกางนิ้วออกพอประมาณ ทำมือทั้งสองให้คล้ายลักษณะมีลูกบอลอยู่ในมือไม่เกร็งนิ้วหรือฝ่ามือ 3) การส่งแรงเมื่อลูกบอลเคลื่อนมาเกือบถึงมือให้ผ่อนมือตามลูกลงมาเล็กน้อย ให้บอลสัมผัสมือและนิ้วให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อโอกาสในการบังคับลูก เมื่อมือเริ่มสัมผัสกับลูกบอลให้เกร็งมือและนิ้วต้านน้ำหนักของลูกไว้ถึงตอนนั้นมือทั้งสองจะมีระยะห่างจากหน้าผากประมาณ 10 เซนติเมตรให้ใช้แรงส่งจากนิ้ว-ข้อมือ-ศอก-หัวไหล่-เข่า และข้อเท้ารวมเป็นแนวเดียว ส่งลูกออกไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

5. การตบ (Spiking) กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2555) ได้กล่าวไว้ว่า การเล่นกีฬา วอลเลย์บอลมีทักษะพื้นฐานที่ผู้เล่นจะต้องฝึกฝนเพื่อให้เกิดความชำนาญ การตบ (Spiking) เป็นทักษะพื้นฐานที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะการตบถือว่าการรุกที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด การแข่งขัน วอลเลย์บอลคะแนนที่ได้จากการแข่งขันส่วนมากเกิดจากการตบ ด้วยเหตุนี้ทีมตรงข้ามจึงต้องป้องกันการตบด้วยทักษะต่าง ๆ เช่น การสกัดกั้น และการรับลูกตบรูปแบบต่างๆ อุทัย สงวนพงศ์และสมบัติคุณามาศปกรณ์ (2546) กล่าวว่า การตบลูกบอลโดยทั่วไป จะมีหลักการที่สำคัญอยู่ 5 ประการ คือ 1) ท่าเตรียม 2) การวิ่ง 3) การกระโดด 4) การเหวี่ยงแขน และ 5) การลงสู่พื้น

6. การสกัดกั้นหรือการบล็อก (Blocking) กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2555) ได้กล่าวไว้ว่า การสกัดกั้นคือ การเล่นโดยผู้เล่นที่อยู่ชิดตาข่าย ยืนส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายขึ้นสูงกว่าระดับสูงสุดของตาข่าย เพื่อทำการป้องกันลูกบอลที่จะมาจากทีมตรงข้าม

วิธีการสกัดกั้นหรือการบล็อก ทรูปลูกปัญญา (2564) กล่าวไว้ ดังนี้ 1) การยืน (Stance) ลักษณะการยืนในการป้องกันที่ถูกต้องควรยืนในลักษณะเท้าหน้าเท้าตาม เข่าและเอวย่อ งอเล็กน้อย ศีรษะตั้งตรง สายตาจับมองคู่ต่อสู้และลูกบอล 2) การก้าวเท้าในการเคลื่อนไหว (Foot Work) การก้าวเท้าในการเคลื่อนไหวเพื่อป้องกัน

ฝ่ายรุกถือเป็นเรื่องสำคัญมาก หลักสำคัญคือ จะต้องยืนด้วยปลายเท้าให้ห่างกันประมาณเท่าช่วงไหล่ ในลักษณะเท้าหน้าเท้าตาม ไม่ยืนปักหลัก และเวลาเคลื่อนไหวอาจใช้วิธีการแบบสับเท้าไปข้างหน้าหรือก้าวเท้าสลับกันไปก็ได้ แต่ถ้าเป็นการเคลื่อนที่ที่ต้องการความรวดเร็วมากจะเคลื่อนที่โดยวิธีการก้าวเท้าสลับ

สรุปได้ว่า ทักษะพื้นฐานเป็นวิธีการที่ผู้เล่นวอลเลย์บอลจะต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจให้ถูกต้องทั้งนี้ เพราะการมีพื้นฐานการเล่นที่ดีและถูกต้อง ย่อมทำให้นักกีฬานั้นประสบความสำเร็จในการเล่นสูง ทักษะพื้นฐานของกีฬาวอลเลย์บอล ประกอบด้วย 6 ทักษะที่สำคัญ คือ 1) การเคลื่อนที่ 2) การเล่นลูกสองมือล่าง (อันเดอร์) 3) การเล่นลูกสองมือบน (การเซต) 4) การเสิร์ฟ 5) การตบ 6) การสกัดกั้น (การบล็อก)

กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล

Michele Meleen (2020) ไม่ว่าคุณจะสอนวอลเลย์บอลในวิชาพลศึกษาหรือกำลังมองหาวิธีในการฝึกฝนกีฬาที่คุณชื่นชอบ เกมวอลเลย์บอลสำหรับเด็กสามารถสนุกสนานและให้ความรู้ได้ เกมที่มีแบบฝึกวอลเลย์บอลจะทำให้เด็กมีส่วนร่วมและเตรียมพร้อมสำหรับการเล่น เกมออกกำลังกายเกือบทุกเกมสามารถดัดแปลงเป็นเกมวอลเลย์บอลสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาหรือวัยรุ่นที่มีอายุมากกว่าได้ คุณยังสามารถประดิษฐ์เกมเฉพาะของคุณเองที่รวมเอาทักษะวอลเลย์บอลที่สำคัญเข้าไว้ด้วยกัน เกมวอลเลย์บอลง่ายๆ ที่มีลักษณะคล้ายการฝึกซ้อมวอลเลย์บอลธรรมดา สามารถทำให้การเรียนรู้กีฬาสนุกยิ่งขึ้น แต่ละเกมควรเน้นไปที่ทักษะเฉพาะอย่างใดอย่างหนึ่ง

Jeff Gordon (2020) ผู้เริ่มต้นจะต้องพัฒนาทักษะวอลเลย์บอลขั้นพื้นฐานก่อนจึงจะสามารถแข่งขันในกีฬาเป็นส่วนหนึ่งของทีมได้อย่างมีประสิทธิภาพ แม้ว่าผู้เล่นในวัยมัธยมปลายจะชอบการฝึกซ้อมวอลเลย์บอลเพื่อทักษะเฉพาะ แต่สิ่งเหล่านี้อาจทำให้ผู้เล่นวอลเลย์บอลเยาวชนเบื่อได้ คุณสามารถช่วยให้เด็กเล็กพัฒนาทักษะเหล่านั้นได้ในขณะที่เล่นเกมวอลเลย์บอลสนุก ๆ และง่าย ๆ ซึ่งจะช่วยสร้างความสามารถพื้นฐานของเด็กแต่ละคนและนำไปใช้ในการเล่นได้

ชำนาญ ดอกไม้ (2553) Mini Volleyball วอลเลย์บอลสำหรับเด็กฝึกเล่น การสอนวอลเลย์บอลให้กับเด็กที่ฝึกหัดเล่นใหม่ในช่วงอายุระหว่าง 8-14 ปี เป็นการวางรากฐานสำคัญในการพัฒนานักกีฬาวอลเลย์บอลและวงการวอลเลย์บอลไทยในอนาคตโดยส่วนใหญ่จะเป็นการฝึกในระดับโรงเรียนประถมถึงมัธยมต้น ซึ่งผู้ฝึกสอนหรือคุณครูในระดับนี้จึงมีบทบาทสำคัญในการเป็นผู้สร้างหลักของวงการวอลเลย์บอลไทยการฝึกวอลเลย์บอลในระดับเด็ก มินิวอลเลย์บอลเป็นวิธีการที่ทำให้เด็ก สามารถเรียนรู้ทักษะ กลยุทธ์ในการเล่นวอลเลย์บอลได้อย่างถูกต้องและสนุกสนานสอดคล้องกับวัยและระดับความสามารถของเด็ก ซึ่งได้รับการพิสูจน์แล้วว่าใช้ได้ผลดีสำหรับเด็กที่เริ่มหัดเล่นวอลเลย์บอลใหม่ มินิวอลเลย์บอลจะทำให้เด็กสนุกสนานกับการเล่นวอลเลย์บอลมากกว่าการมุ่งในขณะซึ่งจะทำให้มีโอกาสมากขึ้นที่เด็กจะรักและเล่นกีฬาวอลเลย์บอลอย่างจริงจังต่อไปโดยไม่เปลี่ยนไปเล่นกีฬาประเภทอื่น กติกาเบื้องต้นสำหรับมินิวอลเลย์บอลจะดัดแปลงจากกติกาวอลเลย์บอลทั่วไป แต่จะมีความยืดหยุ่นสูง โดยจะปรับให้เหมาะกับวัยของเด็กซึ่งกติกาการเล่นมินิวอลเลย์บอลของแต่ละประเทศก็อาจจะแตกต่างกันไปตามสภาพแวดล้อมองค์ประกอบต่างๆ โดยสัดส่วนของสนามเล็กกว่าปกติและตาข่ายต่ำกว่ามาตรฐาน จะใช้กติกาดังนี้ ผู้เล่นต่อทีมจะน้อยกว่า 6 คน สาเหตุเพื่อให้ผู้เล่นแต่ละคนได้มีโอกาสสัมผัสลูกบอลมากขึ้น มักจะใช้รูปแบบทีมขึ้นอยู่กับอายุและระดับการเล่นของเด็ก

สรุปได้ว่า ไม่ว่าจะเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนหรือการฝึกกีฬาวอลเลย์บอล กิจกรรมเกมเกี่ยวกับวอลเลย์บอลต่างๆ สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาทักษะกีฬาวอลเลย์บอล ให้เกิดความสนุกสนานและ ไม่น่าเบื่อ กิจกรรมเกมควรเน้นไปที่การฝึกทักษะอย่างใดอย่างหนึ่ง มินิวอลเลย์บอลเป็นเป็นวิธีการที่ทำให้เด็กสามารถเรียน

รู้ทักษะ กลยุทธ์ในการเล่นวอลเลย์บอลได้อย่างถูกต้อง สนุกสนานสอดคล้องกับวัยและระดับความสามารถของเด็ก
กติกการเล่นสามารถปรับให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและองค์ประกอบต่าง ๆ ได้

ตัวอย่างกิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬา วอลเลย์บอลที่ใช้กันในประเทศ

1. กิจกรรมเกมพัฒนาทักษะการเสิร์ฟโดยใช้เกม Team Serve Challenge Game กิจกรรมเกมนี้ ฝึกความท้าทาย
ในการเสิร์ฟเป็นทีมจะกระตุ้นให้เด็ก ๆ เรียนรู้ที่จะปรับปรุงการเสิร์ฟของตนไปพร้อม ๆ กับการเข้าสู่การแข่งขัน
ในการเล่นแยกกลุ่มออกเป็นสองทีมและวางไวฟ์ตรงข้ามของสนาม ทั้งทีมจะเข้าแถวเสิร์ฟ แจกลูกวอลเลย์บอล
ให้สมาชิกในทีมทุกคนและให้พวกเขาเสิร์ฟบอลไปอีกฝั่ง ทุกการเสิร์ฟที่ประสบความสำเร็จคือแต้มของทีม ขณะที่
แต่ละทีมเสิร์ฟบอลไปมา พวกเขาสามารถวิ่งตามบอลจากอีกทีมหนึ่ง กลับมาที่เส้นเสิร์ฟแล้วเสิร์ฟอีกครั้ง ตามหลักการ
แล้วควรมีการเคลื่อนไหวไปมาอย่างต่อเนื่อง เมื่อสิ้นสุดระยะเวลาที่กำหนดไว้ ให้นับคะแนนและประกาศผู้ชนะ
Castlesports (2020)

2. กิจกรรมเกมพัฒนาทักษะการเสิร์ฟโดยใช้เกม Serving Bullseye การเสิร์ฟเป้าเป็นวิธีหนึ่ง ในการฝึกฝนการเสิร์ฟ
ในขณะเดียวกันก็ทำให้กิจกรรมสนุกสนานสำหรับผู้เล่นด้วย ตั้งเป้าหมายต่าง ๆ มากมาย ในการทำเช่นนี้ คุณสามารถ
ใช้กระดาษและติดกระดาษเข้ากับผนัง อย่างไรก็ตามตรวจสอบให้แน่ใจว่าเป้าหมายอยู่ห่างจากหน้าต่างหรือแสงไฟ
เนื่องจากผู้เล่นจะเสิร์ฟวอลเลย์บอลไปที่เป้าหมาย รู้สึกอิสระที่จะสร้างสรรค์ด้วยเป้า หากคุณเล่นกลางแจ้ง
คุณสามารถใช้ซอล์กวาดเป้าหมายขนาดใหญ่บนพื้นได้ ทุกครั้งที่มีคนตีเป้าพวกเขาจะเข้าใจประเด็น จบเกม
นับคะแนนของทุกคน เกมง่าย ๆ นี้ติดตั้งง่ายและช่วยให้ทีมฝึกซ้อมการเสิร์ฟได้ Castlesports (2020)

3. กิจกรรมเกมพัฒนาทักษะการเสิร์ฟโดยใช้เกม Volley Toss จัดกลุ่มทุกคนเป็นคู่ โดยพื้นฐานแล้ว Volley Toss
ก็เหมือนกับการโยนไข่ แต่ใช้วอลเลย์บอลแทนผู้เล่นสามารถชน ส่งปลายแขน ขัดขวางหรือเสิร์ฟลูกบอลให้บุคคลอื่นได้
ลูกบอลจะต้องออกจากเซิร์ฟเวอร์ไปยังคู่ของตนและกลับไปยังเซิร์ฟเวอร์จึงจะถือว่าส่งบอลโดยสมบูรณ์ ถ้าทีม
ไม่จรรอบกันนั่งลง หากทีมทำรอบของตนเสร็จสิ้น พวกเขาแต่ละคนจะถอยกลับไปหนึ่งก้าวแล้วเริ่มใหม่อีกครั้ง
เกมจะดำเนินต่อไปจนกว่าจะมีเพียงทีมเดียวเท่านั้นที่ยืนหยัด คุณยังสามารถทำให้เกมของพวกเขายากขึ้นได้โดย
ผสมผสานการฝึกซ้อมวอลเลย์บอลแสนสนุก แม้ว่าจะเป็นเกมขั้นสูงกว่าและจะดีกว่าสำหรับผู้ที่มีระดับทักษะสูง
กว่า หากต้องการเล่นเวอร์ชันนี้ ผู้เล่นที่เริ่มต้นจะต้องเสิร์ฟลูกบอลให้สมาชิกในทีม สมาชิกในทีมจะต้องวางบอลกลับ
และผู้เริ่มเล่นจะต้องแทงบอล หากพวกเขาไม่สามารถผ่านรอบได้ พวกเขาจะออกจากเกม (Castlesports, 2020)

4. กิจกรรมเกมพัฒนาทักษะการเคลื่อนที่และการเสิร์ฟโดยใช้เกม King or Queen of the Court เป็นเกมที่
เรียบง่ายแต่เป็นเกมพลศึกษาที่ สุดคลาสสิก แบ่งกลุ่มของคุณออกเป็นทีมวอลเลย์บอลที่มีผู้เล่นสามหรือสี่คน กำหนด
ขนาดสนามให้เหมาะสมกับกลุ่มของคุณ ให้พวกเขาเล่นเกม 3 ต่อ 3 หรือ 4 ต่อ 4 ทีมใดทีมหนึ่งสามารถชนะคะแนน
ได้ ทีมที่ชนะจะอยู่ในสนามและเสิร์ฟ ทีมที่แพ้ออกจากสนามและกลุ่มต่อไปก็ก้าวเข้ามา ทีมต่าง ๆ หมุนเวียนเข้าและ
ออกจากสนามอย่างรวดเร็ว ผู้เล่นเรียนรู้ที่จะเข้าไปในพื้นที่เปิดโล่งและครอบคลุมสนามมากขึ้น (Jeff Gordon,
2020)

5. กิจกรรมเกมพัฒนาทักษะการเล่นลูกสองมือโดยใช้เกม Volleyball Relay โดยแยกเด็กออกเป็นแถว
ให้เด็กสามหรือสี่คนต่อบรรทัด ให้เส้นสองเส้นหันหน้าเข้าหากันโดยมีช่องว่างระหว่างนั้นและมอบลูกวอลเลย์บอล
ให้กับลูกคนแรกในหนึ่งในสองเส้น ผู้เล่นที่มีลูกบอลไปก่อน โยนลูกบอลขึ้นไปในอากาศเล็กน้อย ประสานมือทั้งสองข้าง
ด้วยนิ้วหัวแม่มือและชี้ขึ้น ใช้ข้อมือเพื่อตีลูกวอลเลย์บอลเบา ๆ เป้าหมายคือการใช้การกระแทกที่มีการควบคุมหลายจุด
เพื่อเดินทางจากเส้นหนึ่งไปยังอีกเส้นหนึ่งโดยไม่ทำให้ลูกบอลหล่น เมื่อผู้เล่นไปถึงเส้นตรงข้าม ให้กระแทกลูกบอล
ไปยังผู้เล่นคนถัดไปในแถวและเข้าร่วมจุดสิ้นสุดของเส้นตรงข้าม (Alexis Aiger, 2018)

6. กิจกรรมเกมพัฒนาทักษะการเคลื่อนที่และการเล่นลูกสองมือล่างโดยใช้เกม Shuffle Bump Relay เกมวิ่งผลัดสำหรับเด็กเป็นเกมที่ยอดเยี่ยมเพราะต้องอาศัยการทำงานเป็นทีมและสามารถรวมผู้เล่นจำนวนมากได้ในคราวเดียว คุณจะต้องมีห้องออกกำลังกายแบบเปิดขนาดใหญ่และวอลเลย์บอลสำหรับแต่ละทีมในการเล่น เด็กจะได้เรียนรู้วิธีสับเปลี่ยนเท้าเพื่อวางตำแหน่งและวิธีกระแทกลูกบอล 1) แบ่งกลุ่มออกเป็นทีมเท่า ๆ กัน โดยมีผู้เล่นสี่ถึงเจ็ดคน 2) จัดเรียงแต่ละทีมเป็นแถวแนวนอนโดยเว้นระหว่างผู้เล่นประมาณ 2-3 ฟุต ผู้เล่นทุกคนในทีมควรรยืนหันหน้าไปทางซ้ายและขวาเพื่อให้เพื่อนร่วมทีมหันหน้าไปทางซ้ายและขวา 3) ผู้เล่นคนที่สองในแถวควรเริ่มต้นด้วยลูกบอล และ 4) เมื่อพูดคำว่าไป ผู้เล่นคนแรกจากแต่ละทีมจะวิ่งไปเผชิญหน้ากับผู้เล่นคนถัดไป โดยควรอยู่ห่างจากผู้เล่นอย่างน้อย 2 ฟุต 5) ผู้เล่นที่ 2 ควรโยนลูกบอลให้ผู้เล่นที่ 1 และผู้เล่นที่ 1 ควรโยนลูกบอลให้ผู้เล่นที่ 3 6) เมื่อผู้เล่นคนที่ 3 ครอบครองบอลแล้ว ผู้เล่นคนที่ 1 จะสับเปลี่ยนข้างหน้าเขา 7) การเล่นเกมดำเนินไปอย่างต่อเนื่องจนกว่าผู้เล่นคนที่ 1 จะได้รับการโยนจากทุกคนในทีมของเขา 8) ทั้งทีมสับเปลี่ยนช่องหนึ่งและผู้เล่นคนที่ 1 กลายเป็นผู้เล่นคนสุดท้ายในแถว 9) การเล่นเกมดำเนินต่อไปโดยผู้เล่นแต่ละคนผลัดกันสับสาย 10) เมื่อผู้เล่นคนที่ 1 กลับสู่ตำแหน่งเดิมในแถว ทุกคนก็นั่งลง 11) ทีมแรกที่นั่งลงถือว่าเป็นฝ่ายชนะ (Michele Meleen, 2020)

7. กิจกรรมเกมพัฒนาทักษะการเล่นลูกสองมือล่างโดยใช้เกม Volley Tennis กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่สนุกสนานสำหรับนักเรียนที่ยังคงพัฒนาทักษะการส่งบอล และต้องการเล่นเกมด้วยทักษะใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้นในวอลเลย์บอล เทนนิส พวกเขาเล่นเกมมินิ 3 ต่อ 3 โดยใช้ตาข่ายต่ำ (ความสูงของเทนนิส) หรือแนวกรวย เป้าหมายคือให้ผู้เล่นแต่ละคนเล่นลูก 3 ครั้ง ก่อนที่จะส่งข้ามตาข่ายไปยังสนามของกลุ่มอีกฝ่าย ลูกบอลอาจกระดอนระหว่างการเล่นแต่ละครั้ง หากจำเป็นใช้ลูกบอลที่มีการกระดอนที่ดีสำหรับกิจกรรมนี้ ผู้เล่นอาจใช้ทักษะการส่ง การตั้ง และการเสิร์ฟ (School Specialty, 2018)

8. กิจกรรมเกมพัฒนาทักษะการเล่นลูกสองมือล่างและการเสิร์ฟโดยใช้เกม Mini Volleyball เมื่อนักเรียนของคุณมีทักษะในการเล่นลูกบอลโดยไม่กระดอนแล้ว พวกเขาก็พร้อมสำหรับมินิวอลเลย์บอล เกมนี้เกี่ยวข้องกับนักเรียน 6 คน ต่อสนาม โดยนักเรียน 2 คน ถือเชือกสำหรับตาข่าย 2 คนอยู่ด้านหนึ่งของตาข่าย และ 2 คนสุดท้ายอยู่อีกด้านหนึ่ง เล่นได้ประมาณ 10 เสิร์ฟ แล้วเปลี่ยนผู้ถือเชือก มันสนุกและท้าทาย สามารถทำให้ยากยิ่งขึ้นด้วยการท้าทายให้นักเรียนเล่นโดยไม่มีการเล่นลูกกลับแบบ 1 ครั้ง ด้วยวิธีนี้คุณสามารถแยกแยะนักเรียนตามระดับทักษะได้ (School Specialty, 2018)

สรุปได้ว่า ในต่างประเทศมีการใช้กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอลอย่างหลากหลาย กิจกรรมเกมส่วนใหญ่เน้นให้เด็กนำทักษะพื้นฐานไปประยุกต์ใช้ในการเล่นเกม กิจกรรมเกมเหล่านี้ส่งผลให้เด็กเกิดแรงจูงใจในการฝึกทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอลได้อย่างต่อเนื่อง มีความสุข สนุกสนาน ไม่น่าเบื่อ ทำให้เด็กจะรักและอยากเล่นกีฬาวอลเลย์บอลมากขึ้น

ผู้วิจัยได้ทำการรวบรวมข้อมูล จากการสัมภาษณ์ผู้ฝึกสอนทีมวอลเลย์บอลเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาของประเทศไทย ที่ได้เป็นตัวแทนระดับภาค เข้าร่วมแข่งขันรอบชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย รายการมินิวอลเลย์บอล รากหญ้าสู่ความเป็นเลิศ ประจำปีงบประมาณ 2566 ทีมชาย จำนวน 5 ทีม ทีมหญิง จำนวน 5 ทีม รวมทั้งหมด 10 ทีม ถึงการใช้กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล โดยสรุปข้อมูลได้ดังแผนภาพ ดังนี้



ภาพที่ 1 แผนผังกิจกรรมเกมที่ใช้พัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล (สมใจ ชูแก้ว, 2566), (อารมณ ทองทับ, 2566), (มนตรี รถมณี, 2566), (ศรทรง แคนแก้ว, 2566), (คมสรวร รามสุวรรณ, 2566), (ทรงพล เพ็ญทอง, 2566), (สหชัย สุริยะพิทักษ์กุล, 2566)



ภาพที่ 2 แผนผังกิจกรรมเกมที่ใช้พัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล (สมใจ ชูแก้ว, 2566), (อารมณ ทองทับ, 2566), (มนตรี วัฒนดี, 2566), (ศรทรง แคนแก้ว, 2566), (คมสร รามสุวรรณ, 2566), (ทรงพล เพ็ญทอง, 2566), (สหชัย สุริยะพิทักษ์กุล, 2566)

จะเห็นว่า โรงเรียนที่ฝึกกีฬาวอลเลย์บอลได้ระดับประถมศึกษาของประเทศไทย ที่ประสบความสำเร็จ ในการแข่งขัน จนได้เป็นตัวแทนระดับภูมิภาคเข้าแข่งขันในระดับประเทศ มีการใช้กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐาน

13

- ชำนาญ ดอกไม้. (2553). *ทักษะส่วนบุคคลพื้นฐานในการเล่นวอลเลย์บอล(1) (ท่าทาง การเคลื่อนที่)*. สืบค้นเมื่อ 16 สิงหาคม 2566, สืบค้นจาก <https://www.oknation.net/post/detail/634e871a9258937599755e9b>.
- ชุดิภาณูจน์ พลไชย. (2564). การพัฒนาทักษะการเสิร์ฟลูกมือบนของกีฬาวอลเลย์บอล ด้วยการจัดการเรียนรู้ โดยใช้แบบฝึกทักษะ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*, 6(2), 217-228.
- ทรงพล เพ็ญทอง. (2566). *กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล*. (สัมภาษณ์) เมื่อวันที่ 2 สิงหาคม 2566.
- ทรงศักดิ์ เจริญพงศ์. (2533). *คู่มือการเล่นวอลเลย์บอล*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อักษรไทย.
- ทรูปลูกปัญญา. (2564). *วอลเลย์บอล ตอนแบบฝึกการสกัดกั้น*. สืบค้นเมื่อ 20 สิงหาคม 2566, สืบค้นจาก <https://www.truelookpanya.com/learning/detail/6909>.
- มนตรี รถมณี. (2566). *กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล*. (สัมภาษณ์) เมื่อวันที่ 3 สิงหาคม 2566.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2561). *รวบรวมบทความเกี่ยวกับปรัชญา หลักการ วิธีการสอนและการวัดผลเพื่อการประเมินในการพลศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรทรง แคนแก้ว. (2566). *กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล*. (สัมภาษณ์) เมื่อวันที่ 4 สิงหาคม 2566.
- ศิวัช ชัยธรรมและสมเกียรติ เนตรประเสริฐ. (2561). ผลการฝึกทักษะการเล่นลูกสองมือล่างวอลเลย์บอล ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต 1. *วารสารรัชต์ภาคย์*, 30(2), 143.
- สมใจ ชูแก้ว. (2566). *กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล*. (สัมภาษณ์) เมื่อวันที่ 4 สิงหาคม 2566.
- สหชัย สุริยะพิทักษ์กุล. (2566). *กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล*. (สัมภาษณ์) เมื่อวันที่ 5 สิงหาคม 2566.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2561). *สรุปสาระสำคัญแผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561-2580)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักนันทนาการ กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2561). *นันทนาการอย่างสร้างสรรค์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ ชัน แพคเกจจิ้ง (2014).
- สุนทร จันทรพรม. (2561). *ผลของการสอนยิมนาสติกโดยใช้ยุทธวิธีตามที่นักเรียนรับรู้*. ชัยภูมิ: สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตชัยภูมิ.
- อารมณ ทองทับ. (2566). *กิจกรรมเกมสำหรับเด็กเพื่อพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอล*. (สัมภาษณ์) เมื่อวันที่ 5 สิงหาคม 2566.
- อุทัย สงวนพงศ์ และสมบัติ คุณามาศปกรณ. (2546). *คู่มือการฝึกกีฬาวอลเลย์บอลบอลขั้นพื้นฐาน*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อาร์ตโปรดเรต.
- Sky Sports Team. (2559). *รวมกฎ กติกา และพื้นฐานการเล่น เหมาะสำหรับนักเรียน นิสิต นักศึกษา และบุคคลทั่วไป*. กรุงเทพฯ : สกายบุ๊กส์, บจก.
- Alexis Aiger. (2018). *Fun Volleyball Games for the Kids*. Retrieved August 21, 2023 <https://www>.

sportsrec.com/fun-volleyball-games-kids-5721283.html.

Castlesports. (2020). *Volley Games for Kids*. Retrieved August 21, 2023 <https://castlesports.com/blogs/news/volley-games-for-kids>.

Jeff Gordon. (2020). *Fun Volleyball Games for the Kids*. Retrieved August 21, 2023 <https://www.sportsrec.com/fun-volleyball-games-kids-5721283.html>.

Michele Meleen. (2020). *Volleyball Games for Kids*. Retrieved August 21, 2023 <https://www.lovetoknow.com/parenting/kids/volleyball-games-kids>.

School Specialty. (2018). *Volleyball Drills and Games for Students from K-12*. Retrieved August 22, 2023 <https://blog.schoolspecialty.com/volleyball-drills-and-games-for-students-from-k-12/>.