

# บทที่ 1

## ความรู้เกี่ยวกับกีฬาเทเบิลเทนนิส

กีฬาเทเบิลเทนนิส (Table Tennis) หรือที่นิยมเรียกกันโดยทั่วไปว่า ปิงปอง เป็นกีฬาในร่มประเภทหนึ่งที่ได้รับคามนิยมเล่นกันอย่างแพร่หลาย

สำหรับในประเทศไทย กีฬาเทเบิลเทนนิสได้เริ่มเล่นกันตั้งแต่เมื่อใด และผู้ใดหรือชนชาติใดเป็นผู้นำเข้ามาเล่นนั้นไม่ปรากฏ แต่สันนิษฐานได้ว่า คนไทยรู้จักและคุ้นเคยกับการเล่นเทเบิลเทนนิสมาเป็นเวลานานแล้ว และมีผู้นิยมเล่นมากขึ้นเรื่อย ๆ จนเมื่อ พ.ศ. 2500 มีการจัดตั้งสมาคมเทเบิลเทนนิสสมัครเล่นแห่งประเทศไทยขึ้น

ในปัจจุบัน กีฬาเทเบิลเทนนิสนับเป็นกีฬาที่คนไทยนิยมเล่นไม่น้อยไปกว่ากีฬาชนิดอื่น ดังจะเห็นได้จากการจัดแข่งขันเทเบิลเทนนิสตามสถาบันต่าง ๆ เช่น กีฬาแห่งชาติ มหาวิทยาลัย โรงเรียน โรงงาน สถานที่ราชการ เป็นต้น เมื่อ พ.ศ. 2515 กีฬาเทเบิลเทนนิสยังถูกนำมาใช้เพื่อสัมพันธ์ระหว่างประเทศไทยกับประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีน ซึ่งหลังจากที่ใช้กีฬาเทเบิลเทนนิสเป็นสื่อสัมพันธ์ดังกล่าวแล้ว ความสัมพันธ์ระหว่างประเทศทั้งสองก็ได้รับการพัฒนาเป็นลำดับ

### ประวัติและพัฒนาการของกีฬาเทเบิลเทนนิส

อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์ (2547, 13 - 23) ได้สรุปการพัฒนากีฬาเทเบิลเทนนิสเป็นช่วงระยะเวลาต่าง ๆ ไว้ดังนี้

ค.ศ. 1850 ชาวอังกฤษกลุ่มหนึ่งเป็นผู้คิดค้นการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสขึ้น โดยในยุคนั้นเรียกชื่อว่า กอสสิมา (Gosima) ทั้งนี้เพราะมีการใช้ไม้ก๊อก (cork) หรือยางแข็ง (rubber) มาทำเป็นลูกบอล

ค.ศ. 1900 นายเจมส์ กิบบ์ (Mr. James Gibb) ชาวอังกฤษได้เปลี่ยนวัสดุสำหรับใช้ทำลูกบอลที่เดิมทำจากไม้ก๊อกหรือยางแข็ง ซึ่งแข็งมากเกินไป เปลี่ยนมาใช้เซลลูลอยด์ (celluloid) หรือวัสดุที่มีลักษณะคล้ายพลาสติกแทน ซึ่งลูกบอลแบบนี้มีลักษณะใจกลางกลวง ขนาดน้ำหนัก สี และแรงกระดอนก็มีลักษณะที่เหมาะสมกว่า นอกจากนั้น จากสาเหตุของการใช้ลูกบอลที่ทำจากเซลลูลอยด์นี้จึงได้มีการเปลี่ยนชื่อประเภทกีฬาจากชื่อ กอสสิมา เป็นปิงปอง

PE 261

1

PE 261

1

ทั้งนี้เนื่องจากในขณะที่เล่นจะมีเสียงจากลูกบอลกระทบไม้ตีเสียงดัง “ปิง” (ping) และกระทบพื้นโต๊ะเสียงดัง “ปอง” (pong)

ค.ศ. 1922 มีการเปลี่ยนแปลงชื่อประเภทกีฬา จากชื่อ “ปิงปอง” ซึ่งเคยได้รับการจดทะเบียนเป็นเครื่องหมายการค้ามาแล้วในปี ค.ศ. 1880 เป็น “เทเบิลเทนนิส”

ค.ศ. 1926 กีฬาเทเบิลเทนนิสเริ่มเป็นที่รู้จักแพร่หลายมากขึ้น ผู้เล่นชาวยุโรปกลุ่มหนึ่งได้จัดการประชุมสัมมนาขึ้นที่กรุงบอนน์ ประเทศเยอรมันตะวันตก ในเดือนมกราคม 1926 โดยมีประเทศเยอรมันตะวันตก ฮังการี และออสเตรีย เข้าร่วมประชุมพร้อมกัน และมีมติจัดตั้งสหพันธ์เทเบิลเทนนิสนานาชาติขึ้น โดยจดทะเบียนตามกฎหมายเลขที่ 1907 ซึ่งต่อมาในเดือนธันวาคมปีเดียวกันก็ได้จัดประชุมผู้แทนจากประเทศต่าง ๆ เป็นครั้งแรกที่หอสมุดของเลดี สเวย์ทลิง (Lady Swaythling) ผลจากการประชุมได้มีมติเกี่ยวกับกฎบัตรของสหพันธ์ฯ เพื่อเตรียมงานการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงชนะเลิศแห่งโลก (World Table Tennis Championship) ขึ้น โดยที่ประชุมได้กำหนดการประชุมผู้แทนประเทศสมาชิกแต่ละประเทศให้เป็นองค์การที่มีอำนาจสูงสุดของสหพันธ์ฯ และได้คัดเลือกกติกาการแข่งขันเทเบิลเทนนิสฉบับร่างของประเทศฮังการีที่เสนอต่อสหพันธ์ฯ เพื่อใช้เป็นกติกาในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงชนะเลิศแห่งโลกโดยจัดขึ้นปีละครั้ง นอกจากนั้น ที่ประชุมยังได้เลือกตั้งคณะกรรมการชุดหนึ่งเพื่อเป็นองค์การนำและเป็นผู้แทนของสหพันธ์ฯ โดยเซอร์ม็องตาญ (Sir Montagu) ซึ่งเป็นบุตรชายของเลดีสเวย์ทลิง ได้รับการเลือกให้เป็นประธานกรรมการสหพันธ์ฯ เป็นคนแรก ขณะนั้นสหพันธ์ฯ มีประเทศในเครือสมาชิกกว่า 100 ประเทศ เซอร์ม็องตาญเกิดที่ประเทศอังกฤษ ในปี ค.ศ. 1905 ชอบกีฬาเทเบิลเทนนิสตั้งแต่ยังเป็นนักศึกษา ต่อมาได้ดำรงตำแหน่งประธานสหพันธ์ฯ 9 สมัยติดต่อกันเป็นเวลาถึง 40 ปี คือ ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1926 - 1967 เป็นผู้ริเริ่มการบัญญัติกติกาเทเบิลเทนนิสขึ้น และเกือบตลอดชีวิตได้มีบทบาทที่สำคัญยิ่งในการพัฒนากีฬาเทเบิลเทนนิส จนกระทั่งเกษียณอายุในปี ค.ศ. 1967 แต่ยังคงได้รับเกียรติให้ดำรงตำแหน่งประธานกิตติมศักดิ์ของสหพันธ์ฯ อีกต่อไป ในระหว่างวันที่ 6 - 12 ธันวาคม ในปีเดียวกันนี้ก็ได้มีการจัดการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 1 ที่กรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ โดยการแข่งขันครั้งนั้นมีประเทศต่าง ๆ 7 ประเทศส่งนักกีฬาเข้าร่วมแข่งขัน สำหรับการจัดการแข่งขันประเภททีมชายได้มีการมอบถ้วยรางวัลสเวย์ทลิงคัพ (Swaythling Cup) ตามชื่อของเลดี สเวย์ทลิง ซึ่งต่อมาเป็นถ้วยรางวัลนานาชาติที่นักเทเบิลเทนนิสใฝ่ฝันคล้ายกับการที่กีฬาเทนนิสมอบถ้วยรางวัลโรมัส คัพ โดยการจัดการแข่งขันแบบเดี่ยว 3 มือ แข่งแบบพบกันหมด และรู้ผลแพ้ชนะ 5 ใน 9 เกม

ค.ศ. 1927 ก่อตั้งสมาคมเทเบิลเทนนิสของอังกฤษ เมื่อวันที่ 24 มิถุนายน ค.ศ. 1927

ค.ศ. 1929 ประเทศญี่ปุ่นได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกสหพันธ์เทเบิลเทนนิสนานาชาติ

ค.ศ. 1933 ประเทศสหรัฐอเมริกาได้มีการก่อตั้งสมาคมเทเบิลเทนนิสขึ้น (The United States Table Tennis Association or USTTA)

ค.ศ. 1934 มีการจัดการแข่งขันเทเบิลเทนนิสประเภททีมหญิงขึ้น และมอบถ้วยรางวัล โดยเรียกชื่อว่าคอร์บิลลอน คัพ (The Corbillon Cup) จัดการแข่งขันแบบเดี่ยว 2 มือ และคู่ 1 มือ รู้ผลแพ้ชนะ 3 ใน 5 เกม

ค.ศ. 1952 ในปีนี้นับเป็นปีที่การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก โดยในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 19 ที่เมืองบอมเบย์ (Bombay) ประเทศอินเดีย นักกีฬาเทเบิลเทนนิสชาวญี่ปุ่นที่ไม่มีใครเคยรู้จักมาก่อนชื่อ ฮิโรจิ ซาโต (Hiroje Satoh) ชนะเลิศการแข่งขันประเภทชายเดี่ยว โดยได้ใช้ไม้เทเบิลเทนนิสแบบใหม่ที่มีแผ่นยางฟองน้ำ (sponge rubber) ปิดทับหน้าไม้ด้านหนึ่งแทนที่จะใช้แผ่นยางที่มียางเม็ด (pimple rubber) อย่างเช่นนักกีฬาคนอื่น ด้วยหน้าไม้ที่มีแผ่นยางฟองน้ำ ช่วยให้ซาโตสามารถตีลูกหมุนไปได้เร็วมาก จนคู่แข่งไม่สามารถแก้ไขโดยการตอบโต้กลับมาได้ทัน ในช่วงนั้นสมาคมเทเบิลเทนนิสนานาชาติก็ยังไม่ได้มีการกำหนดกติกาเกี่ยวกับ ขนาด รูปร่าง และวัสดุที่นำมาใช้ทำอุปกรณ์ในการแข่งขัน จากชัยชนะของซาโตเป็นผลให้ในอีก 3 ปีต่อมา นักกีฬาเทเบิลเทนนิสเกือบทุกคนในโลก เปลี่ยนมาใช้ไม้เทเบิลเทนนิสที่มีแผ่นยางฟองน้ำปิดทับหน้าไม้ และในช่วงเวลาดังกล่าวก็เป็นการสายเกินไปที่สมาคมเทเบิลเทนนิสนานาชาติจะยกเลิกการใช้ไม้เทเบิลเทนนิสลักษณะนี้ อย่างไรก็ตาม หากถามนักกีฬาเทเบิลเทนนิสทั้งหลายแล้วก็จะได้คำตอบว่าไม่มีนักกีฬาคอนโคชอปใช้ไม้เทเบิลเทนนิสที่มีหน้าไม้ลักษณะดังกล่าวอย่างจริงจัง ทั้งนี้เพราะหน้าไม้เทเบิลเทนนิสลักษณะนี้ทำให้การเล่นผิดพลาดได้ง่าย ผู้เล่นควบคุมการเล่นได้ยาก แต่จะมีข้อดีก็คือ คู่แข่งขันจะประสบปัญหาอย่างมากในการรับลูก นอกจากนี้ ในการตีลูกผลัก (Push Stroke) ง่าย ๆ ซึ่งนักกีฬาทั่วไปจะสามารถควบคุมการเล่นได้โดยอัตโนมัติ โดยการใช้ไม้ที่มีหน้าไม้แบบแผ่นยางธรรมดา แต่ถ้าใช้ไม้เทเบิลเทนนิสแบบมีแผ่นยางฟองน้ำปิดทับก็มักจะประสบกับปัญหาในการเล่น ด้วยเหตุที่การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสนั้น ลูกเทเบิลเทนนิสจะวิ่งเร็วมาก การเล่นโดยไม้ที่มีลักษณะดังกล่าวจึงเหมาะกับการเล่นเกมรุกมากกว่าการเล่นเกมรับ อย่างไรก็ตาม ในการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสคู่เล่นทั้งคู่ต่างก็มักจะพยายามเล่นเกมรุกซึ่งกันและกัน โดยการตีให้แรง และเร็วกว่าคู่แข่ง ซึ่งก่อนหน้าช่วงเวลานี้ การเล่นเกมรับ

มีความสำคัญพอ ๆ กับการเล่นเกมรุก นอกจากนั้น ในช่วงเวลาเดียวกันนี้นักกีฬาญี่ปุ่นยังได้ พลิกโฉมหน้าของวงการเทเบิลเทนนิสโลก โดยเทคนิคการเล่นแบบกามิกาเซ (Kamikaze Technique) ที่มี ลักษณะคุดัน ก้าวร้าว และรวดเร็ว อีกทั้งมีการจู่โจมแบบสายฟ้าแลบอีกด้วย

กล่าวโดยสรุป การเปลี่ยนแปลงส่วนใหญ่ในระยะนี้จึงเกี่ยวข้องกับการที่นักกีฬา จากญี่ปุ่นและจีนเข้ามามีบทบาทสำคัญแทนที่นักกีฬาจากฮังการี และเชคโกสโลวาเกียที่เคย ครองความเป็นเจ้าในกีฬาเทเบิลเทนนิสมาก่อน สาเหตุของการเปลี่ยนแปลงครั้งนี้มิใช่แต่ เฉพาะการพัฒนาไม้เทเบิลเทนนิสด้วยการใช้แผ่นยางฟองน้ำปิดทับหน้าไม้ การพัฒนาวิธีการ จับไม้แบบจับปากกา (Penholder Grip) และการพัฒนาการเล่นที่คุดัน ก้าวร้าว รวดเร็ว และ คล่องตัวกว่าเท่านั้น แต่ยังเป็น การเปลี่ยนแปลงใน ความสนใจที่มีผู้สนใจเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส เพื่อการแข่งขันเป็นจำนวนมากขึ้น เช่น ในจีนมีผู้นิยมเล่นเทเบิลเทนนิสถึงประมาณ 6 ล้านคน ในญี่ปุ่นก็มีผู้นิยมเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสถึง 3 ล้านคน แต่ในขณะที่ในช่วงเวลาเดียวกันนั้น ใน ประเทศสหรัฐอเมริกา มีผู้สนใจเล่นกีฬาประเภทนี้เพียง 3 พันคนเท่านั้น

ค.ศ. 1953 ประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนจีนได้ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 20 ณ กรุงบูคาเรสต์ (Bucharest) ประเทศฮังการี ซึ่งเป็นครั้งแรกที่จีนส่งนักกีฬาเข้าแข่งขันในระดับนานาชาติ โดยก่อนหน้านี้คนจีนยังนิยมเล่น กีฬาเทเบิลเทนนิสเพื่อความสนุกสนานเท่านั้น ในการแข่งขันครั้งนั้นไม่มีนักกีฬาจีนคนใดเป็นที่ รู้จักมาก่อนเลย อย่างไรก็ตาม นักกีฬาทีมชายของจีนก็สามารถได้ตำแหน่งลำดับที่ 10 ใน การแข่งขันคิวซ์ัน 1 และนักกีฬาทีมหญิงได้ที่ 3 ในการแข่งขันคิวซ์ัน 2 สำหรับผลการแข่งขัน ในครั้งนี้ ญี่ปุ่นก็ได้ชัยชนะทั้งประเภททีมชายและทีมหญิง ทั้งนี้ด้วยเทคนิคการจับ ไม้แบบ ปากกาของนักกีฬาญี่ปุ่น (Penholder or Japanese Grip) ซึ่งมีประสิทธิภาพสูงในการควบคุมที่รุนแรง จนสามารถเอาชนะนักกีฬาชาวยุโรปที่มีวิธีการจับ ไม้แบบจับมือ (Shake-Hand Grip) ได้

ค.ศ. 1956 ในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 23 ในกรุงโตเกียว ประเทศ ญี่ปุ่น ประเทศญี่ปุ่นและอีกหลายประเทศในภาคพื้นทวีปยุโรปยังครองความเป็นเจ้าอยู่อย่าง เหนียวแน่น สำหรับจีนแม้จะได้พัฒนาการเล่นโดยบุกเร็วและรุนแรง แต่ก็ยังขาดความแน่นอน ในการเล่นอยู่มากจึงยังไม่ได้รับชัยชนะในการแข่งขันประเภทใด ในการแข่งขันครั้งนี้ ได้มี บันเทิงกว่านักกีฬาชาวอังกฤษชื่อ ริชาร์ด เบอร์กแมน (Richard Bergmann) ทำให้การเล่นล่าช้า ไปถึงครึ่งชั่วโมง เพราะเขาได้ร้องเรียนว่าลูกเทเบิลเทนนิสที่ใช้ในการแข่งขันนั้นนิ่มเกินไป และไม่กลม เขาจึงเลือกลูกเทเบิลเทนนิสใหม่ถึง 192 ลูก จึงได้ลูกที่ถูกต้อง แต่ต่อมาเขาก็ต้อง พ่ายแพ้ในการแข่งขัน

ค.ศ. 1957 การแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 24 ในกรุงสตอกโฮล์ม (Stockholm) ประเทศสวีเดน แม้นักกีฬาจากจีนจะได้พยายามแก้ไขจุดอ่อนที่พบแล้ว แต่ผลการแก้ไขก็ยังไม่สามารถนำพาทีมจีนให้ประสบความสำเร็จเด่นชัดนัก แต่ทั่วโลกก็ได้รู้จักและให้ความสนใจอย่างมากกับนักกีฬาจีน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจับไม้แบบจับปากกาหรือที่จีนเรียกว่าจับแบบจีนเพื่อจุดมุ่งแข่งขันอย่างรวดเร็วตามแบบของจีน นักกีฬาเทเบิลเทนนิสของจีนเองก็มีความเชื่อว่า ถ้าได้พัฒนาเทคนิคการจับไม้จับแบบปากกาให้ดีแล้ว จีนก็อาจครองตำแหน่งชนะเลิศในการแข่งขันแทนที่คู่แข่งชาวยุโรป และญี่ปุ่นได้ อนึ่ง นับแต่ปี ค.ศ. 1957 นี้เป็นต้นไป การแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกได้มีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการจัด โดยเดิมจัดการแข่งขันเป็นประจำทุกปี เป็นการแข่งขัน 2 ปีต่อ 1 ครั้ง

ค.ศ. 1958 กีฬาเทเบิลเทนนิสได้รับความนิยมสูงสุดในประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีน ทั้งนี้มีการคาดการณ์ว่ามีคนจีนถึงประมาณ 50 ล้านคนที่เล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยประธานเหมา (Mao Zedong) ได้เรียกประชุมคณะกรรมการแห่งชาติเพื่อพยายามหาทางพัฒนาเทคนิคการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสเพื่อให้ทีมจีนได้รับชัยชนะในการแข่งขันระดับโลก โดย รง ก้วตวน (Ron Guotuan) ได้พัฒนาการส่งลูก ทั้งแบบลูกหมุนและลูกไม่หมุน ตลอดจนการตีลูกตัดในการเล่นเกมรุก และการตีลูกหมุนขึ้นทางด้านข้าง (Side Topspin) เพื่อรับลูกตัดแบบยุโรป (European Chop) ซึ่งนักกีฬาชาวยุโรปนิยมใช้ ด้วยเทคนิคทั้งหมดของจีนส่งผลให้การจับไม้แบบจับปากกาของจีนเพื่อจุดมุ่งแข่งขันได้รับความนิยมเพิ่มมากขึ้น

ค.ศ. 1959 ในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 25 รง ก้วตวน นักกีฬาชาวจีนก็ได้รับชัยชนะในการแข่งขันระดับโลก โดยชนะเลิศประเภทชายเดี่ยว ซึ่งนับเป็นนักกีฬาจีนคนแรกที่ได้แชมป์ระดับโลก เพราะการครั้งนี้มีความสำคัญอย่างมากในประวัติของกีฬาเทเบิลเทนนิสในจีน เพราะทำให้ได้พิสูจน์ตัวเองต่อสายตาชาวโลกว่า นักกีฬาจีนมีทักษะการเล่นที่รวดเร็วกว่า และคล่องแคล่วกว่านักกีฬาญี่ปุ่น ซึ่งส่งผลให้คนจีนโดยทั่วไปยิ่งนิยมเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างจริงจังเพิ่มมากขึ้น

ค.ศ. 1960 จีนเริ่มครองความเป็นเจ้าในกีฬาเทเบิลเทนนิสแทนที่ญี่ปุ่นซึ่งเคยยึดครองตำแหน่งนี้มาตลอดตั้งแต่ปี ค.ศ. 1950 และนับจากปีนี้ไปจีนก็ครองความเป็นผู้นำในกีฬาประเภทนี้อีกนานเกือบ 20 ปี โดยได้พัฒนาวิธีการเล่นโดยรุกเร็วและขึ้นใกล้โต๊ะอีกด้วย

ค.ศ. 1962 ในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกที่กรุงปักกิ่ง นักเทเบิลเทนนิสหนุ่มของจีนสามารถชนะนักกีฬาจากญี่ปุ่นที่มีอายุมากกว่าได้ด้วยการเล่นเกมรุกแบบสายฟ้าแลบ

การเล่นกระบี่อย่างฉับไว และด้วยการจับไม้แบบจับปากกาตามแบบของจีน และหลังจากนั้นเป็นต้นมา จีนก็ชนะเลิศในการแข่งขันประเภททีมชายและชายเดี่ยวอีกถึง 3 ปีติดต่อกัน ทั้งนี้ด้วยการเรียนรู้เทคนิคต่าง ๆ ในการเล่นจากญี่ปุ่น ทั้งทางภาพยนตร์และจากเอกสาร ซึ่งจีนได้แก้ทางเล่นโดยเล่นลูกสั้นและลูกยาวแบบญี่ปุ่น และได้ใช้เป็นหลักในการเล่นของนักกีฬาจีนต่อมาจนถึงปัจจุบัน

ค.ศ. 1967 จีนไม่ได้เข้าร่วมการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 29 และ 30 ทั้งนี้เนื่องจากการปฏิวัติทางวัฒนธรรม (Cultural Revolution) ภายในประเทศ เซอร์ มองตากู ประธานสหพันธ์เทเบิลเทนนิสนานาชาติคนแรก ซึ่งดำรงตำแหน่งนี้มาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1926 ได้เกษียณอายุลง นายรอย อีแวนส์ (Roy Evans) ชาวเวลส์แห่งสหราชอาณาจักรอังกฤษ จึงได้ดำรงตำแหน่งนี้ต่อไปจนถึงปี ค.ศ. 1987

ค.ศ. 1969 การที่จีนไม่ได้เข้าร่วมในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกถึงสองครั้ง ทำให้นักเทเบิลเทนนิสชาวยุโรปกลับมาครองความเป็นเจ้าได้อีกครั้งหนึ่ง โดยในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 30 ซึ่งประเทศเยอรมันตะวันตกเป็นเจ้าภาพ ผลการแข่งขันได้ปรากฏว่า รัสเซียครองตำแหน่งชนะเลิศทั้งประเภททีมหญิงและหญิงคู่ สวีเดนชนะเลิศประเภทชายคู่ ส่วนญี่ปุ่นได้ตำแหน่งชนะเลิศประเภททีมชาย ชายเดี่ยว หญิงเดี่ยวและคู่ผสม

ค.ศ. 1971 ในปีนี้ประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีนได้ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกอีกครั้งหนึ่งหลังจากที่เว้นไปนานถึง 6 ปี ซึ่งในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 31 ที่เมืองนาโงย่า (Nagoya) ประเทศญี่ปุ่นนี้ นักเทเบิลเทนนิสชาวยุโรปได้มีการพัฒนาจุดเด่นของการบุกโจมตีคู่แข่งตามแบบของจีน และการตีลูกพุ่งโค้ง ตามแบบญี่ปุ่นอีกด้วย ซึ่งทำให้นักกีฬาจีนต้องทบทวน จุดเด่นและจุดอ่อนของการจับไม้แบบจับปากกาตามแบบจีนในการจู่โจมคู่แข่งกันตามไปด้วย

ค.ศ. 1971 การแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 31 ยังนับเป็นการแข่งขันครั้งที่มียุทธศาสตร์ถึงมากเป็นประวัติการณ์ เพราะการแข่งขันครั้งนี้เป็นสื่อกลางที่ทำให้ประเทศยักษ์ใหญ่ 2 ฝ่ายในโลก คือ ประเทศสหรัฐอเมริกาและประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีนได้หันหน้าเข้าหากัน โดยหลังจากการแข่งขันในญี่ปุ่นแล้ว จีนได้เชิญนักเทเบิลเทนนิสอเมริกันจำนวน 15 คนไปแข่งขันต่อในจีน ซึ่งนับเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์โลกที่สองประเทศได้มีการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมกันอย่างเป็นทางการ หลังจากที่ไม่เคย

ติดต่อเกี่ยวข้องกันตลอดเวลา 20 ปีที่ผ่านมา การแข่งขันในครั้งนี้จึงมีความสำคัญยิ่งในการฟื้นฟูความสัมพันธ์ทางการทูตของประเทศทั้งสอง ซึ่งทั่วโลกจะเรียกว่า Pingpon Diplomacy ทั้งนี้เนื่องจากการแข่งขันเทเบิลเทนนิสเพื่อเชื่อมสัมพันธ์ไมตรีระหว่างประเทศโดยเฉพาะ นอกจากนั้น การแข่งขันครั้งนี้ยังส่งผลให้ประธานาธิบดีริชาร์ด นิกสัน ได้โอนอ่อนให้กับจีนเกี่ยวกับนโยบายทางการค้าลงอย่างมาก จึงอาจกล่าวได้ว่าการกีฬาสามารถช่วยให้ความตึงเครียดในสถานการณ์ทางการเมืองผ่อนคลายลงได้ แต่หากนักกีฬามีแนวความคิดทางการเมืองที่รุนแรง ก็สามารถทำให้การแข่งขันไม่สามารถดำเนินไปจนถึงที่สุดได้เช่นกัน เช่น ในการแข่งขันชิงแชมป์โลกครั้งที่ 31 ครั้งเดียวกันนี้เองก็ได้มีนักกีฬาของจีนคนหนึ่งไม่ยอมลงแข่งขันกับนักกีฬาของเขมรและเวียดนาม จึงทำให้เขาต้องตกรอบในการแข่งขันครั้งนั้นไป

ในปีนี้นักเทเบิลเทนนิสชาวยุโรปก็ได้กลับมาครองความเป็นเจ้าในกีฬาเทเบิลเทนนิสอีกครั้งหนึ่ง หลังจากนั้นเทเบิลเทนนิสชาวเอเชียได้ครองแชมป์มานานโดย สเตลลา เบนท์สัน (Stella Bengtsson) ชาวสวีเดน อายุ 18 ปี ได้ทำการแข่งขันกับนักกีฬาของจีนกับญี่ปุ่น และได้ชนะเลิศประเภทชายเดี่ยว กล่าวกันว่าสาเหตุหนึ่งก็เพราะนักเทเบิลเทนนิสชาวยุโรปได้ใช้วิธีการรูกแบบเอเชีย โดยได้ผสมผสานเทคนิคการตีลูกหมุนขึ้นของญี่ปุ่น และการรูกอย่างรวดเร็วของจีน ซึ่งช่วยให้การเล่นคล่องตัวขึ้นมาก นอกจากนั้น ก่อนการแข่งขันจะเริ่มต้น เบนท์สันได้เข้าไปพักในญี่ปุ่นเพื่อการฝึกซ้อมล่วงหน้าถึง 6 เดือน

ค.ศ. 1979 มีการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 35 ที่กรุงเปียงยาง (Pyeng Yang) ประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยเกาหลี ในปีนี้นักกีฬาทีมจีนได้ครอง 4 เหรียญทองจากการแข่งขันประเภททีมหญิง หญิงเดี่ยว หญิงคู่และคู่ผสม กับอีก 4 เหรียญเงินจากการแข่งขันในประเภททีมชาย ชายเดี่ยว หญิงคู่และคู่ผสม และ 7 เหรียญทองแดง นอกจากนั้น ยังมีนักกีฬาชายของจีน 6 คน และหญิง 5 คน ได้รับการคัดเลือกให้เป็นหนึ่งใน 16 นักกีฬาเทเบิลเทนนิสยอดเยี่ยมของโลก จากการจัดอันดับของสหพันธ์เทเบิลเทนนิสนานาชาติ อนึ่ง ในระยะนี้นักกีฬาชาวยุโรปได้ฟื้นตัวขึ้น โดยฮังการีได้กลับมาครองตำแหน่งชนะเลิศประเภททีมชายหลังจากสูญเสียตำแหน่งไปนานถึง 20 กว่าปี

ค.ศ. 1981 การแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 36 ที่เมืองโนวิลาด (Novilad) ประเทศยูโกสลาเวีย (Yugoslavia) นักกีฬาชาวจีนชนะเลิศถึง 7 รายการ และได้ที่ 2 ในการแข่งขันประเภทเดี่ยวทุกรายการ ซึ่งไม่เคยปรากฏมาก่อนในประวัติศาสตร์ของวงการเทเบิลเทนนิสโลกตลอด 55 ปีที่ผ่านมา

ค.ศ. 1983 การแข่งขันชิงแชมป์โลกครั้งที่ 37 ที่กรุงโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น จีนได้ตำแหน่งชนะเลิศถึง 6 ประเภท ยกเว้นประเภทชายคู่ที่นักกีฬาจากยูโกสลาเวียชนะเลิศไป

ค.ศ. 1985 มีการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 38 ที่ประเทศสวีเดน

ค.ศ. 1987 การแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 39 จัดขึ้นที่ประเทศอินเดีย นายรอย อีแวนส์ (Roy Evans) ประธานสหพันธ์เทเบิลเทนนิสนานาชาติคนที่ 2 หมาควาระลง นายอิชิโร โอกิมุระ (Ichiro Ogimura) ชาวญี่ปุ่นได้ดำรงตำแหน่งต่อเป็นคนที่ 3 และยังคงครองตำแหน่งอยู่จนกระทั่งปัจจุบัน สำหรับนายอิชิโร โอกิมุระ นี้คือเป็นแชมป์ประเภทชายเดี่ยวในการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 21 ที่เมืองเวมบลีย์ประเทศอังกฤษ มาก่อนด้วย

ค.ศ. 1988 กีฬาเทเบิลเทนนิสก็ได้รับการบรรจุเข้าเป็นกีฬาสำหรับการแข่งขันอีกประเภทหนึ่งในกีฬาโอลิมปิก และเริ่มทำการแข่งขันเป็นครั้งแรกในกีฬาโอลิมปิก ครั้งที่ 24 ในปี ค.ศ. 1988 ที่กรุงโซล ประเทศเกาหลีใต้ โดยมีการแข่งขัน 4 ประเภท คือ ชายเดี่ยว ชายคู่ หญิงเดี่ยวและหญิงคู่ มีประเทศต่าง ๆ ส่งนักกีฬาเข้าแข่งขัน 10 ประเทศ ผลปรากฏว่าประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนจีนได้ครองเหรียญทอง 2 ประเภทคือ หญิงเดี่ยวและชายคู่ ส่วนประเทศเกาหลีใต้ได้ครองเหรียญทอง 2 ประเภทคือ ชายเดี่ยวและหญิงคู่

ค.ศ. 1989 การแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 40 จัดขึ้นที่เมืองดอร์ทมุน (Dortmund) ประเทศเยอรมัน ผลปรากฏว่า ประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนจีนได้รับชัยชนะประเภทหญิงเดี่ยว หญิงคู่ และทีมหญิง ประเทศสวีเดนชนะเลิศประเภทชายเดี่ยว และทีมชาย ประเทศเยอรมันตะวันตกได้รับชัยชนะเลิศประเภทชายคู่ และประเทศเกาหลีใต้ชนะเลิศประเภทคู่ผสม

ค.ศ. 1991 มีการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 41 ที่เมืองชิบะ (Chiba) ประเทศญี่ปุ่น โดยประเทศสวีเดนได้ชัยชนะประเภทชายเดี่ยว ชายคู่ และทีมชาย ส่วนประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนจีนชนะเลิศประเภทหญิงเดี่ยว หญิงคู่และคู่ผสม และประเทศเกาหลีใต้ชนะเลิศประเภททีมหญิง

ค.ศ. 1993 การแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 42 จัดขึ้นที่กรุงเม็กซิโก ประเทศเม็กซิโก (Mexico) ในการแข่งขันครั้งนี้นักกีฬาจากสวีเดนได้ครองแชมป์ประเภททีมชาย

ค.ศ. 1995 มีการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์โลกครั้งที่ 43 ในเดือนพฤษภาคม ที่เมืองเทียนสิน (Tien-sin) ประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนจีน โดยจีนได้ครองแชมป์ประเภททีมชายและทีมหญิง



## กีฬาเทเบิลเทนนิสในประเทศไทย

กีฬาเทเบิลเทนนิสหรือที่เรียกว่า “ปิงปอง” นั้น เป็นกีฬาที่นิยมเล่นกันมาก เล่นเพื่อการนันทนาการและเล่นเพื่อการแข่งขัน ปัจจุบันสถานศึกษาได้มีการจัดหลักสูตรการเรียนการสอนวิชาเทเบิลเทนนิสให้กับนักเรียนและนักศึกษาด้วย ได้แก่ ระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอุดมศึกษา ทั้งนี้เป็นกีฬาเหมาะสมกับสภาพภูมิประเทศของประเทศไทยเป็นอย่างมาก และไม่ต้องใช้ค่าใช้จ่ายในการเล่นมาก อุปกรณ์ในการเล่นราคาไม่แพงเกินไป และเล่นได้ทั้งในที่ร่มและกลางแจ้งโดยใช้พื้นที่ไม่มากนัก นอกจากนี้ โรงเรียนกีฬาก็ได้จัดหลักสูตรวิชาเทเบิลเทนนิสสำหรับนักเรียน สำหรับสถาบันอุดมศึกษาที่เปิดหลักสูตรวิชาเอกพลศึกษาก็จัดกีฬาเทเบิลเทนนิสเป็นรายวิชาบังคับเรียนเพื่อประโยชน์ในการนำความรู้ที่ได้รับไปพัฒนาในการเล่นระดับสูงต่อไป

นอกจากนี้ การจัดการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ กีฬาเอเชียนเกมส์ ประเทศไทยก็ได้ส่งนักกีฬาเทเบิลเทนนิสเข้าร่วมแข่งขันด้วย

สำหรับประชาชนทั่วไป ก็มีองค์การ และหน่วยงานต่าง ๆ ให้ความรู้และบริการเพื่อส่งเสริมการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสโดยทั่วไป ประกอบด้วย หน่วยงานของรัฐ ได้แก่ การกีฬาแห่งประเทศไทย (กกท.) กรมพลศึกษา เทศบาลกรุงเทพมหานคร สโมสรและสมาคมกีฬาต่าง ๆ ตลอดจนสถานบริการด้านนันทนาการ เช่น สวนลุมพินี และ YMCA เป็นต้น สำหรับในภาคเอกชน มูลนิธิสุขุโม ของนายสุขุม นวพันธ์ ซึ่งได้ก่อตั้งขึ้นเมื่อวันที่ 15 ธันวาคม พ.ศ. 2523 และได้รับอนุมัติให้เป็นองค์การสาธารณกุศลตามประกาศของกระทรวงการคลังตั้งแต่วันที่ พ.ศ. 2517 ก็ได้ให้การสนับสนุนกีฬาเทเบิลเทนนิสมาโดยตลอด กล่าวคือ ได้จัดโครงการโต๊ะปิงปองซีเมนต์เพื่อบริจาคไปทั่วประเทศในนามของมูลนิธิฯ โดยโต๊ะปิงปองซีเมนต์นี้มีผิวหน้าเป็นปูน จึงสามารถทนแดดทนฝน ทำให้มีอายุการใช้งานได้นานถึง 15 - 20 ปี โต๊ะปิงปองซีเมนต์นี้ มูลนิธิจะบริจาคเพื่อเป็นการสนับสนุนให้กีฬาปิงปองได้เผยแพร่สู่ชาวบ้านในชนบท ท้องถิ่นทุรกันดาร กองทัพบก กองทัพเรือ กองทัพอากาศ เรือนจำ ชุมชนแออัด และผู้มีรายได้น้อยอย่างทั่วถึง นอกจากนี้ มูลนิธิฯ ร่วมกับการกีฬาแห่งประเทศไทยยังจัดให้มีโครงการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงแชมป์ทั่วประเทศ เรียกว่า “สุขุโม คัพ” ขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2532 เป็นต้นมา โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อกระตุ้นความสนใจกีฬาเทเบิลเทนนิสแก่ประชาชนโดยทั่วไปอีกด้วย

สำหรับสมาคมเทเบิลเทนนิสแห่งประเทศไทยก่อตั้งและจดทะเบียนเมื่อวันที่ 28 กรกฎาคม พ.ศ. 2500 ในปีต่อมาคือ พ.ศ. 2501 สมาคมฯ ก็ได้จัดการแข่งขันเพื่อความชนะเลิศ

แห่งประเทศไทยขึ้นเป็นครั้งแรก เมื่อกิจการของสมาคมพัฒนาก้าวหน้ามากขึ้น ประกอบกับจำนวนสโมสรสมาชิกเพิ่มมากขึ้น โดยมีจำนวนถึง 46 สโมสร และประชาชนทั่วไปได้ให้ความสนใจกีฬาประเภทนี้อย่างกว้างขวาง สมาคมฯ จึงได้มีการจัดการแข่งขันประจำปีตลอดมา สมาคมเทเบิลเทนนิสแห่งประเทศไทยได้สมัครเข้าเป็นสมาชิกของสหพันธ์เทเบิลเทนนิสนานาชาติ (International Table Tennis Federation) ในปี พ.ศ. 2503 ต่อมาในปี พ.ศ. 2514 จึงได้เข้าเป็นสมาชิกของสหพันธ์เทเบิลเทนนิสแห่งเอเชีย (Asia Table Tennis Union) ตลอดเวลาที่ผ่าน มา สมาคมเทเบิลเทนนิสแห่งประเทศไทยได้ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในต่างประเทศและภายในประเทศมากมาย กล่าวคือ ในด้านต่างประเทศ สมาคมฯ ได้ส่งนักกีฬาเทเบิลเทนนิสชาติไทยเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแหลมทอง ซีเกมส์ เอเชียเกมส์ ตลอดจนการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงชนะเลิศของโลก เช่น การแข่งขันครั้งที่ 35 ในปี พ.ศ. 2522 ที่เมืองเปียงยาง ประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยเกาหลี สมาคมฯ ได้ส่งทีมนักกีฬาเทเบิลเทนนิสไทยเข้าร่วมการแข่งขัน และอยู่ในคิวิชั่น 2 ซึ่งมี 15 ชาติด้วยกัน และต่อมาในการแข่งขันครั้งที่ 36 ที่เมืองโนวิลาด ประเทศยูโกสลาเวีย สมาคมฯ ก็ได้ส่งนักกีฬาเฉพาะนักกีฬาหญิงเข้าร่วมการแข่งขันด้วย ทั้งนี้ด้วยเห็นว่านักกีฬาทีมหญิงไทยมีโอกาสดำเนินขึ้นจากคิวิชั่น 2 ไปอยู่ในคิวิชั่น 1 ได้ สำหรับนักกีฬาเทเบิลเทนนิสหญิงที่ส่งไป คือ พัชรินทร์ ลอยไสว แชมป์หญิงเดี่ยวแห่งประเทศไทย และลัดดา กุมทพพงษ์พานิชย์ โดยแข่งขันใน 3 ประเภท คือ ทีมหญิง หญิงเดี่ยว และหญิงคู่ สำหรับในปี พ.ศ. 2538 สมาคมฯ ได้ส่งนักกีฬาเทเบิลเทนนิสเข้าแข่งขันในระดับนานาชาติ คือ การแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 ซึ่งประเทศไทยโดยจังหวัดเชียงใหม่เป็นเจ้าภาพ โดยได้คัดเลือกนักกีฬาชุดเตรียมทีมซีเกมส์ส่งไปฝึกยังประเทศไต้หวันเป็นเวลา 2 เดือน และได้จ้างนักกีฬาเทเบิลเทนนิสระดับโลกจากจีนมาฝึกให้แก่ักกีฬาไทย อนึ่ง ในเดือนตุลาคม 2538 สมาคมฯ ก็ได้จัดการแข่งขันเทเบิลเทนนิสรายการไทยแลนด์ อินวิเทชั่น (Thailand Invitation) หรืออาจเรียกว่า ปริซีเกมส์ ขึ้น โดยได้เชิญนักกีฬาจากชาติอาเซียนที่เป็นคู่แข่งมา 3 ชาติ และอีก 3 ชาติที่มีมาตรฐานมาร่วมการแข่งขันเพื่อเป็นการเตรียมนักกีฬาไทยสำหรับกีฬาซีเกมส์อีกด้วย สำหรับการดำเนินกิจกรรมของสมาคมฯ ภายในประเทศ ก็ได้จัดให้มีการแข่งขันเทเบิลเทนนิสชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ซึ่งด้วยพระราชทานเป็นประจำทุกปีมา โดยการแข่งขันมีทั้งหมด 8 ประเภทด้วยกัน คือ ชายเดี่ยว หญิงเดี่ยว ชายคู่ หญิงคู่ คู่ผสม ชายเดี่ยวสูงอายุ เยาวชนชายเดี่ยว และเยาวชนหญิงเดี่ยว (อมรพงษ์ สุธรรมรักษ์ 2547, 25)

สมาคมเทเบิลเทนนิสแห่งประเทศไทยได้ดำเนินการส่งเสริมกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างกว้างขวางโดยทั่วไป นับตั้งแต่ก่อตั้งในปี พ.ศ. 2500 เป็นต้นมา โดยได้จัดการฝึกซ้อมให้แก่

นักกีฬาเทเบิลเทนนิสระดับชาติ ตลอดจนประชาชนผู้สนใจทั่วไปอย่างต่อเนื่องตลอดมา ทั้งนี้ เพื่อเป็นการส่งเสริมการเล่นกีฬานี้ อีกทั้งเป็นการเตรียมนักกีฬา และยกระดับมาตรฐานการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสในประเทศไทยให้สูงขึ้นอีกด้วย

### ประโยชน์ของกีฬาเทเบิลเทนนิส

การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประโยชน์ต่อผู้เล่นในหลายด้านคือ

1. ทางด้านร่างกาย ช่วยให้การพัฒนาของระบบประสาทในร่างกายทำงานได้ดีขึ้น เช่น ระบบไหลเวียนโลหิต เมื่อเกิดการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา หัวใจจะสูบฉีดโลหิตได้อย่างรวดเร็วและปอดสามารถขยายตัวได้มากกว่าปกติ และระบบอื่น ๆ ทำงานสัมพันธ์กันได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ทำให้ร่างกายตื่นตัว มีความแคล่วคล่องว่องไว แข็งแรงและอดทน

2. ทางด้านจิตใจ ช่วยให้มีการฝึกใช้ความคิดสมาธิ การควบคุมอารมณ์ การทำงานเป็นทีม และการตัดสินใจที่เหมาะสม มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ และเสียสละเป็นต้น เป็นการพัฒนาบุคลิกภาพโดยรวม

3. ทางด้านสังคม ประโยชน์ทางด้านสังคม มีดังนี้

3.1 ทำให้มีโอกาสรู้จักคนมากขึ้น ซึ่งผู้ที่สนใจและตั้งใจเล่นเทเบิลเทนนิสอย่างจริงจัง อาจสมัครเป็นสมาชิกของชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์และทักษะต่าง ๆ ซึ่งจะสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตามความสามารถของตนเอง อีกทั้งยังเกิดความสามัคคีกันในระหว่างผู้เล่นอีกด้วย

3.2 รู้จักและสามารถปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ และกติกาต่าง ๆ และยังเป็นการฝึกฝนตนเองให้มีวินัย ก่อให้เกิดความมีน้ำใจนักกีฬา

3.3 รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ไม่นำเวลาว่างไปใช้ในทางอบายมุข หรือสิ่งชั่วร้ายต่าง ๆ เช่น เที่ยวกลางคืน เมามสุรา และเล่นการพนัน ฯลฯ ซึ่งอาจก่อให้เกิดผลเสียแก่ตนเอง ครอบครัว และประเทศชาติ

### ลักษณะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสประกอบด้วยผู้เล่น 2 ฝ่าย แต่ละฝ่ายมีจำนวนผู้เล่นที่เท่ากันถ้ามีผู้เล่นฝ่ายละ 1 คน เรียกว่า การเล่นประเภทเดี่ยว และถ้ามีผู้เล่นฝ่ายละ 2 คน เรียกว่า การเล่นประเภทคู่ ก่อนเริ่มการแข่งขันต้องมีการเสี่ยง โดยทั่วไปใช้วิธีโยนหัวโยนก้อย ผู้ที่

ชนะการเสีงจะใช้สิทธิในการเลือกส่งเลือกรับหรือเลือกแดน เมื่อผู้เล่นหรือคู่ของผู้เล่นได้เลือกอย่างหนึ่งอย่างใดแล้วผู้เล่นหรือคู่เล่นอีกฝ่ายหนึ่งจะเป็นฝ่ายเลือกในหัวข้อที่เหลืออยู่ ผู้เล่นที่มีสิทธิ์ส่งลูกก่อนจะเป็นฝ่ายเริ่มส่งลูก ผู้ส่งลูกต้องตีลูกให้ตกในแดนของฝ่ายตน 1 ครั้งก่อนแล้วให้ลูกกระดอนข้ามตาข่ายไปตกในแดนของฝ่ายตรงข้าม เมื่อลูกกระดอนขึ้นฝ่ายตรงข้ามจึงตีได้ลูกกลับมายังแดนของผู้ส่งลูก ผู้เล่นทั้งสองฝ่ายจะตีได้ลูกสลับกันจนกว่าลูกจะเสียคือผู้เล่นไม่สามารถตีลูกได้ หรือผู้เล่นทำผิดกติกา

ผู้เล่นและคู่เล่นทั้งสองฝ่ายจะผลัดกันส่งลูกฝ่ายละ 2 คะแนน จนกระทั่งจบเกมการแข่งขัน ผู้เล่นหรือคู่เล่นที่ทำคะแนนได้ 11 คะแนนก่อนจะเป็นฝ่ายชนะ ยกเว้น ถ้าผู้เล่นทั้งสองฝ่ายทำคะแนนได้ 10 คะแนน เท่ากันจะต้องทำการตีวซ์แต่ละฝ่ายผลัดกันส่งลูกฝ่ายละ 1 คะแนน สลับกันไปจนกว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะทำคะแนนได้มากกว่าอีกฝ่ายหนึ่ง 2 คะแนน จึงเป็นฝ่ายชนะในเกมนั้น การเล่นที่มีผลแพ้ชนะทั้งประเภทเดี่ยวและประเภทคู่ประกอบด้วยเกมการแข่งขันที่เป็นจำนวนเลขคี่ เช่น 2 ใน 3 เกม 3 ใน 5 เกม 4 ใน 7 เกม เป็นต้น

#### 1. การเล่นประเภทเดี่ยว

การเล่นประเภทเดี่ยวจะแบ่งผู้เล่นออกเป็นฝ่ายละ 1 คน หลังจากมีการเสีงเพื่อเลือกแดน เลือกรับ หรือเลือกส่งลูกก่อนแล้ว แต่ละฝ่ายจะยืนอยู่หัวโต๊ะ ผู้ส่งจะต้องส่งลูกลงบนจุดใดจุดหนึ่งบนโต๊ะในแดนของตนเอง แล้วให้ลูกข้ามตาข่ายไปยังแดนผู้รับบริเวณใดก็ได้ เมื่อผู้รับตีได้ลูกกลับมาถือว่าลูกนั้นกำลังอยู่ในการเล่น หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งทำคะแนนได้หรือเสียคะแนน ก่อนที่จะส่งลูกในครั้งต่อไป ผู้ตัดสินจะต้องขานคะแนนของฝ่ายส่งก่อนแล้วตามด้วยคะแนนของฝ่ายรับ เช่น ฝ่ายส่งทำคะแนนได้ ผู้ตัดสินจะขาน 1 - 0 แต่ถ้าฝ่ายส่งเสียคะแนน ผู้ตัดสินจะขานนับ 0 - 1 เป็นต้น

#### 2. การเล่นประเภทคู่

การเล่นประเภทคู่จะมีผู้เล่นฝ่ายละ 2 คน ฝ่ายที่มีสิทธิ์ส่งลูกก่อนจะต้องยืนทางขวาของโต๊ะเสมอ ส่วนผู้รับลูกส่งจะต้องยืนทางมุมขวาในแดนของตนเช่นเดียวกัน ผู้ส่งจะต้องส่งลูกเป็นแนวทแยงมุมในแนวเส้นแบ่งแดน (เส้นที่อยู่ตรงกลางชิดขนานกับเส้นข้างทั้งสองของแต่ละแดน) โดยให้ลูกตกกระดอนข้ามตาข่ายเฉียงไปในแดนของฝ่ายรับที่ยืนอยู่

สมมุติว่า A คู่กับ B และ C คู่กับ D หลังจากการเสีงแล้วปรากฏว่าฝ่ายคู่ C กับ D เป็นฝ่ายส่งลูกก่อน โดย D เป็นผู้ส่งลูกคนแรก และ A เป็นฝ่ายรับลูกส่ง เมื่อ A ตีได้ลูกข้ามตาข่ายมาแล้ว C ก็จะเป็นฝ่ายตีได้ลูกให้ข้ามตาข่ายไป โดย B จะต้องเป็นผู้ตีได้ลูกกลับมาอีกสลับ

กันไปเรื่อย ๆ จนกว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะทำเสียนคะแนน ดังนั้น ลำดับการส่งลูกและการรับลูก เป็นดังนี้

1. D ส่งให้ A 2 ครั้ง
2. A ส่งให้ C 2 ครั้ง
3. C ส่งให้ B 2 ครั้ง
4. B ส่งให้ D 2 ครั้ง
5. D ส่งให้ A 2 ครั้ง

### ความปลอดภัยในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

ถึงแม้ว่ากิจกรรมการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส สามารถเล่นลักษณะนันทนาการหรือเล่นเพื่อการแข่งขันก็ได้ อุบัติเหตุอาจเกิดขึ้นได้ทุกเมื่อ ผู้เล่นพึงระมัดระวังไว้ตลอดเวลาเสมอ ๆ อุบัติเหตุหรืออันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้นั้น อาจสรุปสาเหตุได้ดังนี้ (พิศิษฐ์ ไตรรัตน์ผดุงผล 2538, 24 - 25)

1. อุบัติเหตุที่เกิดจากผู้เล่นเอง ความสมบูรณ์ของร่างกายเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย หากร่างกายไม่สมบูรณ์ย่อมก่อให้เกิดการบาดเจ็บได้อย่างมาก นอกจากนั้นเครื่องแต่งกายที่ผิดประเภทไม่เหมาะสมไม่ว่าจะเป็น เสื้อ กางเกง หรือรองเท้า รองเท้า ย่อมอาจจะก่อให้เกิดการบาดเจ็บได้เช่นเดียวกัน

#### 2. สิ่งแวดล้อม

- 2.1 พื้นสนาม พื้นสนามที่ใช้ในการวางโต๊ะ ต้องเป็นพื้นที่ไม่ขรุขระ แต่ก็ไม่ใช่ขรุขระ หรือห้องเล่นควรเป็นพื้นที่โล่ง ไม่มีสิ่งกีดขวาง มีเขตปลอดภัยพอสมควร (Safety Zone)

- 2.2 อุปกรณ์อื่น ๆ เช่น ไม้แร็กเกตที่ใช้ตี บางประเภทบางยี่ห้อค้ำถือห่อหุ้มด้วยหนังชนิดซึ่งลื่น หรือค้ำถือจับกับตัวไม้แร็กเกตหลุดกระเด็น เป็นอันตรายต่อผู้เล่นได้ จึงเป็นเหตุให้ควรระมัดระวัง ตรวจสอบสภาพก่อนเล่นทุกครั้ง

3. การเล่นที่รุนแรง การถลาโหมการเล่นที่หนักหน่วงเพียงหวังแต่เอาชนะกันนั้น บางครั้งก็มีโชแป่หมายถ้าหากการเล่นครั้งนั้นอาจนำมาซึ่งการบาดเจ็บ เช่น การรับและการรุกอย่างรวดเร็ว อาจเสียหลักไปชนโต๊ะ ทรงตัวไม่อยู่ ลื่นล้มบาดเจ็บได้ ฯลฯ เป็นต้น

เป็นข้อสรุปว่าการเล่นเพื่อการแข่งขันที่ดี การเล่นเพื่อการออกกำลังกายที่ดี เรื่องความปลอดภัยเป็นข้อควรคำนึงเช่นเดียวกัน เป็นลักษณะการเล่นของผู้เล่นที่ชาญฉลาด มีโช้วยอมให้บาดเจ็บเพียงหวังให้ชนะครั้งนั้น แต่ต้องพิการไปตลอดชีวิต

## มารยาทของผู้เล่นและผู้ชม

มารยาทที่ดีเป็นสิ่งที่พึงประสงค์และปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็นการอยู่ร่วมกันในสังคมหรือขณะที่ประกอบกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง การเล่น การชมกีฬา ก็ควรที่จะมีมารยาทสำหรับการเล่นและการชมที่ดีด้วย หรืออาจจะกล่าวง่าย ๆ ว่า “รู้จักดูให้เป็นและรู้จักเล่นให้เป็น” ซึ่งพอสรุปเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้ (เทพประสิทธิ์ กุศลวิชชัย 2544, 20 - 21)

### มารยาทผู้เล่นที่ดี

1. รู้กฎ กติกา และระเบียบการเล่น
2. มีอุปกรณ์ส่วนตัวพร้อม ได้แก่ เครื่องแต่งกาย ไม้เทเบิลเทนนิส ตามระเบียบสากลของการเล่นหรือการแข่งขัน
3. ให้เกียรติและเชื่อฟัง ยอมรับคำตัดสินของผู้ตัดสิน
4. สุภาพทั้งกิริยา ท่าทาง ตลอดจนคำพูด
5. มีน้ำใจนักกีฬา รู้จักแพ้ รู้จักชนะ
6. ตรงต่อเวลา กรณีที่จะทำการแข่งขันต้องมาถึงสนามแข่งขันก่อนเวลาอย่างน้อย 15 - 30 นาที
7. รู้จักระวังให้เกิดความปลอดภัยจากการเล่น ถึงแม้ว่ากีฬาเทเบิลเทนนิสจะมีโอกาสเกิดอุบัติเหตุจากการเล่นน้อยมากก็ตาม
8. สำหรับการเล่นเพื่อความสนุกสนาน ควรปฏิบัติ ดังนี้
  - 8.1 เล่นกับผู้ที่มีความสามารถใกล้เคียงกัน
  - 8.2 ไม่ดูถูกความสามารถผู้อื่น จะด้วยวาจาหรือท่าทางก็ดี
  - 8.3 สำหรับผู้ที่ไม่มีฝีมือหรือความสามารถดีกว่า ควรจะช่วยประคองการเล่น ให้ฝ่ายตรงข้ามสามารถเล่นได้ด้วยความสนุกสนาน
  - 8.4 ชมเชยเมื่อผู้เล่นเล่นได้ดี
  - 8.5 เปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้เล่นบ้างเมื่ออุปกรณ์มีจำกัด เช่น มีโต๊ะเทเบิลเทนนิสอยู่เพียง 1 - 2 ตัว แต่มีผู้เล่นจำนวนมาก
  - 8.6 ไม่ส่งเสียงรบกวนผู้อื่น ซึ่งไม่ได้ร่วมเล่นด้วย
  - 8.7 ไม่ควรสูบบุหรี่หรือเสพของมีนเมาขณะเล่น

### มารยาทผู้ชมที่ดี

1. ควรอยู่ในสถานที่ซึ่งจัดไว้สำหรับผู้ชม

2. ขณะที่ผู้เล่นกำลังส่งลูกหรือตีโต้กัน ควรอยู่ในอาการสงบ เนื่องจากผู้เล่นต้องใช้สมาธิ และควรตบมือหรือแสดงความยินดีกับผู้เล่นที่เราพอใจเมื่อลูกตายแล้ว
3. การเดินไป มา หรืออยู่ในตำแหน่งที่กีดขวางหรือปิดกั้นสายตาการชมของผู้อื่นซึ่งกำลังสนใจเกมการเล่นของผู้แข่งขันเป็นการกระทำที่ไม่สมควร
4. ให้ความร่วมมือกับกรรมการผู้ตัดสิน ตลอดจนเจ้าหน้าที่ผู้ดำเนินการจัดการแข่งขันเมื่อได้รับการขอร้อง
5. ไม่ควรแสดงอาการหรือส่งเสียงขู่ขยจนทำให้ผู้เล่นหรือกองเชียร์ฝ่ายตรงข้ามเกิดโทสะอารมณ์
6. การวิจารณ์ ผู้ตัดสินหรือผู้เล่น ในทางที่จะทำให้เกิดความเสียหายเป็นพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง
7. การสูบบุหรี่หรือเสพเครื่องดื่มมีนเมาขณะชมการแข่งขัน เป็นการกระทำที่ไม่เหมาะสม
8. ขณะที่พิธีมอบรางวัลหรือพิธีเปิด ปิดการแข่งขัน ควรอยู่ชมให้จบสิ้นรายการก่อน ซึ่งเป็นการให้เกียรตินักกีฬาและผู้ดำเนินการจัดการแข่งขัน

