

บทที่ 4

ทักษะการส่งลูก

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟลูก (serve) เป็นทักษะที่สำคัญอย่างหนึ่งในการเล่นกีฬาเทนนิส เนื่องจากการเริ่มเล่นจะเริ่มด้วยการส่งลูกก่อนทุกครั้ง การส่งลูกมีผลต่อการเล่น เมื่อการส่งลูกถูกต้องตามกติกาการเล่นแล้ว จึงจะตีโต้กันได้ ฉะนั้นผู้เล่นจึงควรพยายามทำความเข้าใจและฝึกหัดให้ถูกต้องเพื่อให้การเล่นเทนนิสพัฒนาทักษะได้เร็วขึ้น

ถ้าผู้เล่นส่งลูกข้ามได้คี่มีประสิทธิภาพ ผู้ที่รับต้องพยายามหาวิธีการรับลูกและตีลูกกลับไปให้ได้ ซึ่งจะเป็นการแข่งขันกันต่อไป

การส่งลูกที่ถูกต้องตามกติกาการเล่นเทนนิสนั้นคือจะต้องโยนลูกขึ้นก่อนตี และก่อนโยนลูกจะต้องวางลูกบนกลางฝ่ามือข้างที่ไม่ได้ถือไม้ โดยจะต้องแบมือให้นิ้วทั้งสี่ติดกัน ส่วนหัวแม่มือแยกออก ฝ่ามือจะต้องไม่ห่อเข้า ก่อนโยนลูกขึ้นมือต้องนิ่งและอยู่เหนือระดับแนวโตะ จากนั้นโยนลูกขึ้นจากกลางฝ่ามือ โดยให้ผู้ตัดสินเห็นได้ตลอดเวลา แล้วจึงตีลูกเสิร์ฟออกไป

หลักในการส่งลูก

การส่งลูกในการเล่นกีฬาเทนนิสให้ประสบความสำเร็จ ผู้เล่นควรปฏิบัติดังนี้

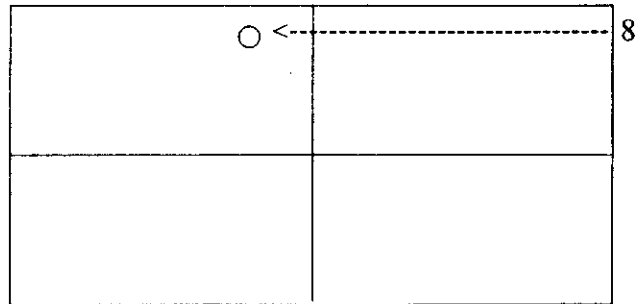
1. ส่งลูกอย่างสงบ และมีสมาธิ
2. เตรียมการไว้ล่วงหน้าเมื่อได้ส่งลูกไปแล้ว จะทำเช่นไรต่อไป
3. ใช้ช่วงเวลาการส่งลูกเป็นการพักชั่วคราว เพื่อรวบรวมสมาธิสำหรับการเล่นครั้งต่อไป
4. ไม่ควรให้ผู้รับลูกคาดการณ์ได้ว่าผู้ส่งจะส่งลูกในลักษณะใด

ตำแหน่งในการส่งลูก

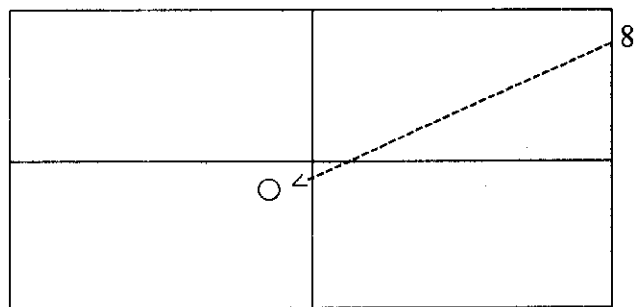
ในการส่งลูกเทนนิส โดยทั่วไป ผู้ส่งลูกจะส่งลูกไปยังโตะในแดนด้านตรงข้าม 6 ตำแหน่ง คือ

1. การส่งลูกสั้นหน้าตาข่ายทางขวา

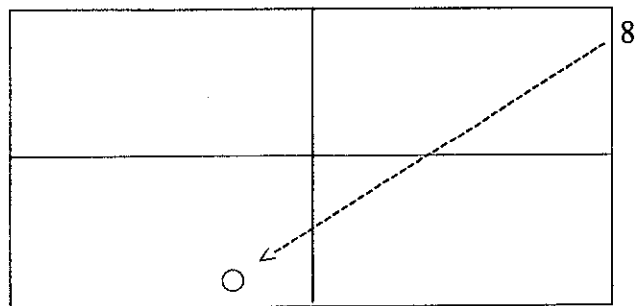
2. การส่งลูกสั้นหน้าตาข่ายจุดกลางโต๊ะ
3. การส่งลูกสั้นหน้าตาข่ายทางซ้าย
4. การส่งลูกยาวที่เส้นหลังทางขวา
5. การส่งลูกยาวที่เส้นหลังจุดกลางโต๊ะ
6. การส่งลูกยาวที่เส้นหลังทางซ้าย



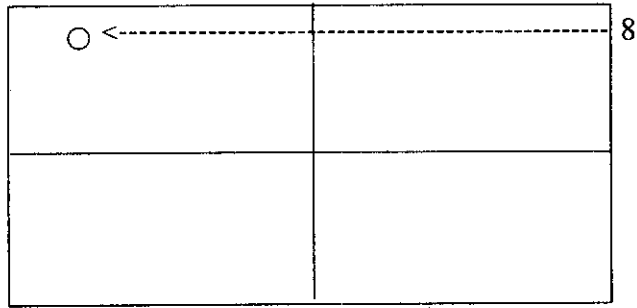
ภาพที่ 4.1 การส่งลูกสั้นหน้าตาข่ายทางขวา



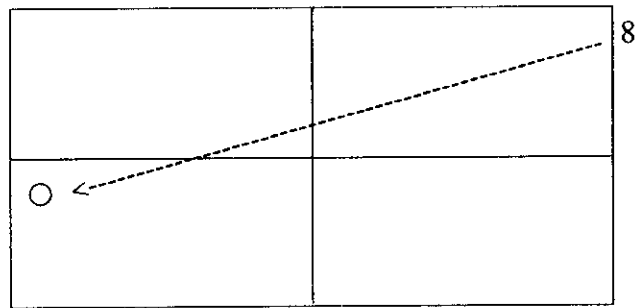
ภาพที่ 4.2 การส่งลูกสั้นหน้าตาข่ายจุดกลางโต๊ะ



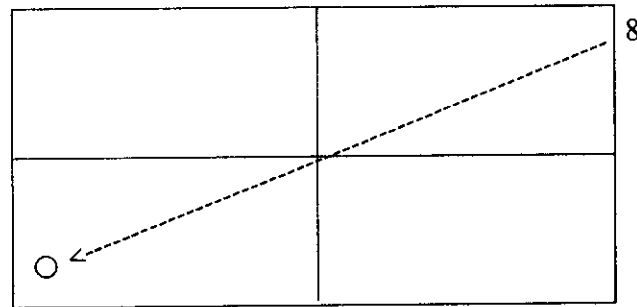
ภาพที่ 4.3 การส่งลูกสั้นหน้าตาข่ายทางซ้าย



ภาพที่ 4.4 การส่งลูกยาวที่เส้นหลังทางขวา



ภาพที่ 4.5 การส่งลูกยาวที่เส้นหลังจุดกลางโต๊ะ



ภาพที่ 4.6 การส่งลูกยาวที่เส้นหลังทางซ้าย

ลักษณะการส่งลูก

1. การส่งลูกหน้ามือ (Forehand Serve)
2. การส่งลูกหลังมือ (Backhand Serve)

1. การส่งลูกหน้ามือ (Forehand Serve)

คือการส่งลูกโดยใช้หน้าไม้ด้านในหรือด้านหน้ามือกระทบลูก หรือเป็นการเหวี่ยงไม้จากด้านที่มือถือไม้เฉียงเข้าหาโต๊ะ เพื่อตีลูกที่ถูกโยนขึ้นเป็นแนวตรงจากมืออีกข้างหนึ่ง โดยให้ลูกตกกระทบโต๊ะในแดนของผู้ส่ง 1 ครั้ง ก่อนจะกระดอนข้ามตาข่ายไปลงยังแดนฝ่ายตรงข้าม

วิธีปฏิบัติ

1. ยืนเตรียมส่งห่างจากขอบโต๊ะประมาณ 1 ฟุต ให้ปลายเท้าเหลื่อมกัน โดยให้เท้าตรงข้ามกับมือที่จับไม้อยู่ข้างหน้าประมาณครึ่งก้าว เช่น มือขวาจับไม้ ให้ยืนเท้าซ้ายอยู่หน้าเท้าขวา วางลูกไว้กึ่งกลางฝ่ามือที่ไม่ได้จับไม้ และให้เฉียงไปตามไม้พร้อมที่จะโยนลูกขึ้นส่ง
2. โยนลูกให้ลอยสูงขึ้นในแนวตั้งฉาก สูงเท่าใดนั้นขึ้นอยู่กับวิธีการฝึกหัด พร้อมกับเหวี่ยงไม้ไปด้านข้างเพื่อให้มีแรงในการตีเพื่อส่ง การตีลูกจะตีตรง ๆ หรือตีลูกสไลด์ลงเพื่อให้ลูกหมุนก็ขึ้นอยู่กับวิธีการฝึกและความชำนาญ
3. เมื่อไม้ตีกระทบลูกให้เหวี่ยงไม้ตามเป็นการควบคุมให้ลูกไปตามทิศทางที่ต้องการ

2. การส่งลูกหลังมือ (Backhand Serve)

คือการส่งลูกโดยใช้หน้าไม้ด้านนอกหรือด้านหลังมือตีลูกที่ถูกโยนขึ้นเป็นแนวตรงจากมืออีกข้างหนึ่ง โดยให้ลูกตกกระทบโต๊ะในแดนผู้ส่ง 1 ครั้ง ก่อนจะกระดอนข้ามตาข่ายไปลงยังแดนฝ่ายตรงข้าม

วิธีปฏิบัติ

1. ยืนเตรียมส่งห่างจากขอบโต๊ะประมาณ 1 ฟุต จับไม้ระดับหน้าอกหันหลังมือออก วางลูกไว้กึ่งกลางอุ้งมือ ก้มตัวลงเล็กน้อย สายตามองที่ลูก
2. โยนลูกให้ลอยสูงขึ้นในแนวตั้งฉาก จะสูงเท่าใดขึ้นอยู่กับความเคยชินในการฝึกซ้อม
3. คิงไม้เข้าหาลำตัว กระยะลูกเคลื่อนที่ลงมา เมื่อได้จังหวะเหวี่ยงไม้โดยคว่ำหน้าไม้ลงเล็กน้อย เพื่อให้สัมผัสลูกได้ง่าย
4. เมื่อไม้ตีกระทบลูก ให้สะบัดข้อมือตามลูกไป เป็นการควบคุมให้ลูกไปทิศทางที่ต้องการ

การฝึกทักษะการส่งลูก

ในการฝึกการส่งลูกมีหลักทั่วไปที่ควรปฏิบัติ ดังนี้

1. ควรเริ่มต้นการฝึกโดยฝึกการส่งลูกหลังมือก่อน
2. ในการฝึกการส่งลูกหน้ามือ ให้ผู้ฝึกโยนลูกขึ้นในขณะที่เอียงลำตัวด้านข้างใดข้างหนึ่ง และตีลูกไปตรงกลางโต๊ะ
3. ควรได้มีการฝึกการส่งลูกทั้งแบบลูกสั้นและลูกยาวสลับกันไป

อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์ (2547, 113-114) ได้เสนอแบบฝึกการส่งลูกไว้เป็นตัวอย่าง ดังนี้

แบบฝึกที่ 1 การฝึกการส่งลูกหมุนขึ้น

วิธีปฏิบัติ

1. ให้ผู้ฝึกส่งลูกหมุนขึ้นด้วยหน้ามือ ทั้งจากทางด้านซ้ายและด้านขวาของโต๊ะ โดยให้ผู้ฝึกพยายามตั้งสมาธิในการส่งลูกเพื่อให้เมื่อส่งลูกไปแล้ว ลูกจะได้หมุนขึ้นต่ำ เมื่อฝึกจนเกิดความชำนาญแล้วให้ฝึกส่งลูกหมุนขึ้นด้วยหลังมือ หลังจากนั้นก็ให้ฝึกการส่งลูกหมุนขึ้นด้วยหน้ามือ สลับกับการส่งลูกหมุนขึ้นด้วยหลังมือต่อไป

2. ให้ผู้ฝึก ฝึกการส่งลูกในลักษณะเดียวกับข้อ 1 แต่ในครั้งนี้ให้ส่งลูกหมุนขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยเน้นที่ความเร็วมากกว่าการหมุนของลูก ทั้งนี้ให้ส่งลูกในลักษณะทแยงมุม

แบบฝึกที่ 2 การฝึกการส่งลูกหมุนลง

วิธีปฏิบัติ

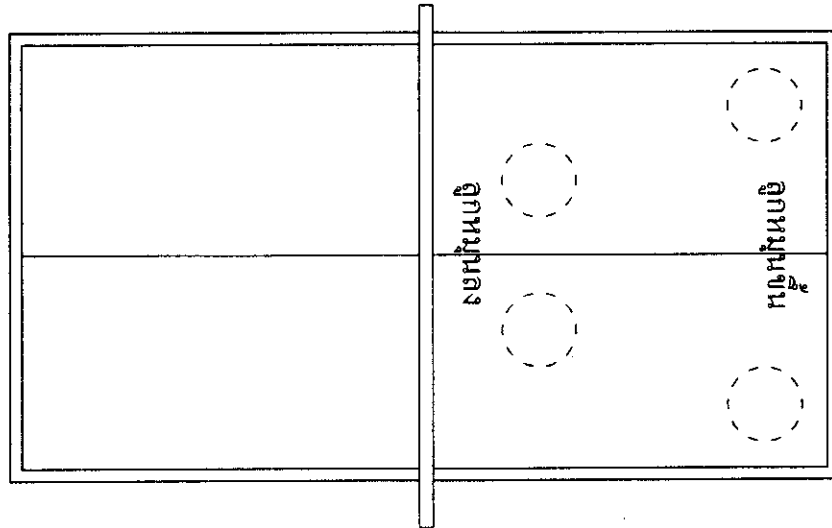
ให้ผู้ฝึก ฝึกส่งลูกหมุนลงด้วยหน้ามือ จากโต๊ะทั้งในด้านสำหรับการเล่นลูกหน้ามือและหลังมือ โดยให้เน้นการหมุนลงของลูก และให้ลูกวิ่งไปในระดับต่ำ จากนั้นฝึกซ้ำโดยการส่งลูกหมุนลงด้วยหลังมืออีกด้วย

แบบฝึกที่ 3 การฝึกเพื่อการส่งลูกที่แม่นยำโดยการกำหนดเป้าหมายบนโต๊ะ

วิธีปฏิบัติ

ให้ผู้ฝึกวางสิ่งของบางอย่างบนโต๊ะในแดนของฝ่ายตรงข้าม เพื่อกำหนดเป็นเป้าหมายบนโต๊ะ และพยายามฝึกการส่งลูกแบบใดแบบหนึ่งก็ได้ แต่เน้นให้ไปลงยังบริเวณเป้าหมายที่ได้กำหนดไว้ โดยในการกำหนดเป้าหมาย พยายามให้เป้าหมาย 2 จุดที่อยู่เกือบสุดปลายโต๊ะ อยู่ใกล้มุมโต๊ะข้างซ้ายและขวาให้มากที่สุด เป็นเป้าหมายสำหรับการส่งลูกหมุนขึ้น และเป้าหมายอีก 2 จุดที่อยู่ใกล้เส้นกลางบริเวณหน้าตาข่ายทั้งในแดนซ้ายและแดนขวาเป็นเป้าหมาย

สำหรับการส่งลูกหมุนลง ซึ่งผู้ฝึกจะต้องฝึกทั้งการส่งลูกหมุนขึ้นด้วยหน้ามือและหลังมือ และฝึกส่งลูกหมุนลงด้วยหน้ามือและหลังมือ



ภาพที่ 4.7 การฝึกเพื่อการส่งลูกที่แม่นยำ

แบบฝึกที่ 4 การฝึกเพื่อการส่งลูกที่แม่นยำบนโต๊ะจากด้านหนึ่งไปยังอีกด้านหนึ่ง
วิธีปฏิบัติ

แบบฝึกนี้มีเป้าหมายเพื่อพัฒนาความแม่นยำในการส่งลูกให้กับผู้เล่น ในการฝึกให้กำหนดเป้าหมายบนโต๊ะ เช่นเดียวกับแบบฝึกที่ 3 ให้ผู้ฝึกส่งลูกหมุนขึ้นต่อเนื่องติดต่อกัน 2 ครั้งไปให้ไกลที่สุด นั่นคือการส่งลูกให้ลูกไปตกกระดอนในแดนของฝ่ายตรงข้ามที่บริเวณใกล้เส้นหลัง โดยเน้นให้ใกล้เส้นหลังที่มุมโต๊ะทั้งสองข้าง จากนั้นให้ส่งลูกหมุนลงต่อเนื่องติดต่อกันอีก 2 ครั้ง โดยให้ลูกไปตกกระดอนบนโต๊ะบริเวณหน้าตาข่ายในแดนหน้าข้างซ้ายและขวาของฝ่ายตรงข้าม ฝึกในลักษณะหมุนเวียนซ้ำไปเรื่อย ๆ ทั้งการตีลูกหน้ามือและหลังมือ

แบบฝึกที่ 5 การฝึกการส่งลูกหมุนลงแบบลูกสั้น
วิธีปฏิบัติ

ให้ผู้ฝึกส่งลูกหมุนลงแบบลูกสั้นด้วยหน้ามือ โดยให้ลูกกระดอน 2 ครั้งในแดนของฝ่ายตรงข้าม ทั้งนี้พยายามให้ลูกกระดอนครั้งแรกในแดนของผู้ส่งลูกใกล้บริเวณหน้าตาข่ายด้วยแบบฝึกนี้ผู้ฝึกอาจจัดให้มีการแข่งขันว่าใครจะสามารถส่งลูกสั้นได้มากที่สุดในเวลาที่กำหนด เมื่อฝึกซ้ำจนชำนาญแล้ว ก็ให้ฝึกการส่งลูกหมุนลงแบบลูกสั้นด้วยหลังมืออีกด้วย

แบบฝึกที่ 6 การฝึกโดยการเล่นเกมเพื่อความแม่นยำในการส่งลูก

วิธีปฏิบัติ

ให้เตรียมสถานที่โดยวางด้วยกระดาษหลาย ๆ ใบ หรืออุปกรณ์อื่นที่มีน้ำหนักเบาที่ปลายโต๊ะในแดนของผู้ส่งลูก และที่ปลายโต๊ะในแดนของฝ่ายตรงข้าม ให้ผู้ฝึกแต่ละคนหมุนเวียนสลับเปลี่ยนกันเข้ามาส่งลูก โดยพยายามส่งลูกไปกระทบให้ด้วยกระดาษนั้นตกลงไปจากโต๊ะ ผู้ฝึกคนใดที่สามารถส่งลูกให้กระทบด้วยตกลงไปจากโต๊ะได้ทั้งหมดจะเป็นผู้ชนะ ทั้งนี้ ผู้ฝึกควรใช้วิธีการส่งลูกหลาย ๆ แบบที่ได้เรียนรู้มาแล้วในการเล่นเกมนี

ประเภทของการเล่นเทเบิลเทนนิส

1. การเล่นประเภทเดี่ยว
2. การเล่นประเภทคู่

1. การเล่นประเภทเดี่ยว

การเล่นประเภทเดี่ยวเป็นการเล่นฝ่ายละ 1 คน ไม่ว่าจะป็นชายกับชาย หรือหญิงกับหญิง ก่อนจะเล่นต้องมีการตกลงกันว่าฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายส่งลูกเข้า เล่นก่อน การตกลงจะเป็นการตกลงด้วยวาจา หรือการเสียดายก็แล้วแต่กรณี เมื่อตกลงกันได้แล้ว ผู้เล่นจะไปยืนที่หัวโต๊ะข้างละคน และยืนอยู่ในท่าเตรียมพร้อม เริ่มเล่นโดยผู้เล่นฝ่ายส่งลูกเป็นผู้ส่งลูกเข้าเล่น ให้ถูกต้องตามกติกการเล่น คือ ผู้ส่งลูกจะต้องโยนลูกขึ้นจากฝ่ามือที่ไม่ได้จับไม่ให้ลูกลอยสูงขึ้นพอดีลูกได้ถนัด แล้วเหวี่ยงแขนที่จับไม้ไปตีลูกให้ตกลงในแดนของผู้ส่งลูกก่อนหนึ่งครั้ง แล้วกระดอนข้ามตาข่ายหรือเสาดายไปตกในแดนของฝ่ายรับ เมื่อลูกถูกโต๊ะและกระดอนขึ้นครั้งแรกในแดนของฝ่ายรับให้ฝ่ายรับตีโต้ลูกข้ามตาข่ายหรืออ้อมเสาดายกลับมากตกในแดนของผู้ส่งลูก และผู้ส่งลูกก็ตีโต้กลับไปให้ถูกต้องตามกติกา การตีโต้จะดำเนินไปเรื่อย ๆ จนกว่าฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดทำผิดกติกา หรือไม่สามารถตีโต้ให้ลูกข้าม ตาข่ายหรืออ้อมตาข่ายไปได้ แต่ไม่ลงบนโต๊ะของฝ่ายตรงข้าม ก็จะทำให้ฝ่ายตรงข้ามได้ 1 คะแนน

การส่งลูก ผู้เล่นแต่ละฝ่ายจะส่งลูกติดต่อกันไป 2 ครั้ง เมื่อครบ 2 ครั้งหรือเมื่อผู้เล่นฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งได้ 2 คะแนน หรือทั้งสองฝ่ายได้คะแนนนับรวมกันได้ 2 คะแนน ก็ต้องเปลี่ยนให้อีกฝ่ายหนึ่งเป็นผู้ส่งลูก การเล่นจะผลัดเปลี่ยนกันส่งลูกเช่นนี้ตลอดไป จนกว่าฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดได้คะแนนถึง 11 คะแนนก่อน จะเป็นฝ่ายชนะ แต่ในกรณีที่ผู้เล่นทั้งสองฝ่ายได้คะแนนเท่า

กัน ซึ่งเรียกว่า “คิวส์” นั้นต้องให้ฝ่ายที่รับลูกส่งลูกคนสุดท้ายเป็นผู้ส่งลูกเข้าเล่นต่อไป แล้วให้ผลัดเปลี่ยนกันส่งลูกฝ่ายละหนึ่งครั้งสลับกันไปเรื่อย ๆ จนกว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งทำคะแนนนำไป 2 คะแนน จึงจะเป็นฝ่ายชนะในเกมนั้น

การนับคะแนน การนับคะแนนให้ขานคะแนนของฝ่ายส่งลูกก่อน แล้วจึงขานคะแนนของฝ่ายตรงข้ามตาม เช่น ฝ่าย A เป็นผู้ส่งลูกก่อนฝ่าย B เป็นผู้รับ ถ้าฝ่าย B ทำลูกเสียก็ให้นับ 1-0 แต่ถ้าฝ่าย A ทำเสียให้นับ 0-1 เมื่อเล่นต่อไปฝ่าย A เป็นฝ่ายทำเสียอีกให้นับ 0-2 และฝ่าย A ได้ส่งลูกครบ 2 ลูก จึงเปลี่ยนให้ B เป็นฝ่ายส่งลูก การนับคะแนนเปลี่ยนเป็น 2-0 เนื่องจากเปลี่ยนให้ B เป็นฝ่ายส่งลูก ซึ่งการเสียคะแนนจะเกิดเมื่อ

1. ถ้าผู้ส่ง ส่งลูกไม่ถูกต้อง
2. ถ้าคู่แข่งขานส่งลูกหรือรับลูกได้ถูกต้องมาแล้ว ฝ่ายตนไม่สามารถโต้ลูกกลับไปได้
3. ถ้าร่างกาย ไม้ หรือเสื้อผ้า ตลอดจนวัตถุอื่นที่ผู้เล่นสวมใส่หรือถืออยู่นั้นสัมผัสศตขายหรือเสตดาข่ายขณะที่ลูกอยู่ในระหว่างการเล่น
4. ถ้าร่างกาย ไม้ หรือเสื้อผ้า ตลอดจนวัตถุอื่นที่ผู้เล่นสวมใส่หรือถืออยู่นั้น ทำให้พื้นโต๊ะเคลื่อนที่ขณะที่ลูกยังอยู่ในระหว่างการเล่น
5. ถ้ามือที่มิได้ถือไม้ของผู้เล่นสัมผัสพื้นโต๊ะ ขณะที่ลูกยังอยู่ในระหว่างการเล่น
6. ถ้าลูกที่อยู่ในระหว่างการเล่นลอยมายังไม่พ้นแนวตั้งฉากของเส้นข้างหรือเส้นสกัดและยังไม่กระทบพื้นโต๊ะของฝ่ายรับ แต่มาสัมผัสร่างกาย เสื้อผ้า หรือสิ่งของของผู้รับ
7. ถ้าผู้เล่นตีลูกวอลเลย์ (ตีลูกที่ยังไม่กระทบพื้นโต๊ะ)
8. ในการเล่นประเภทคู่ ถ้าผู้เล่นได้ลูกผิดลำดับ
9. ในกรณีใช้ระบบเร่งเวลาการแข่งขัน หลังจากฝ่ายส่งลูกโต้ครั้งที่ 12 ไปแล้ว และฝ่ายรับยังโต้ลูกกลับมาได้อย่างถูกต้อง

การจบเกม ฝ่ายใดที่ทำคะแนนได้ 11 คะแนนก่อน เป็นฝ่ายชนะ ถ้าทั้งสองฝ่ายทำได้ 10 คะแนนเท่ากัน จะต้องเล่นต่อไปจนกว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งทำได้เหนือกว่าคู่แข่ง 2 คะแนน จึงเป็นฝ่ายชนะในเกมนั้น

การแพ้ชนะ การแพ้ชนะกันให้ถือเอาการเล่นแบบชนะ 2 ใน 3 หรือ 3 ใน 5 เกม การเล่นจะต้องดำเนินติดต่อกันไปโดยไม่หยุด นอกจากผู้เล่นคนใดคนหนึ่งจะขอร้องให้มีการหยุดพัก แต่ช่วงของการหยุดพักดังกล่าวจะต้องไม่นานเกิน 5 นาที และพักได้เฉพาะหลังเกมที่ 3 ก่อนเริ่มเกมที่ 4 เท่านั้น

2. การเล่นประเภทคู่

การเล่นประเภทคู่เป็นการเล่นฝ่ายละสองคน จะเล่นระหว่างคู่ชายกับคู่ชาย หรือ คู่หญิงกับคู่หญิง หรือคู่ชายกับคู่หญิง ซึ่งเรียกว่า “คู่ผสม” ก็ได้ แต่ในการแข่งขันระหว่างชาติ ได้แบ่งประเภทของการแข่งขันออกดังนี้ คือ ประเภทชายคู่ ชายเดี่ยว หญิงคู่ หญิงเดี่ยว และคู่ผสม แต่อย่างไรก็ตาม ลักษณะของการเล่นประเภทคู่โดยทั่วไปก็เหมือนกับการเล่นประเภทเดี่ยวนั่นเอง ที่แตกต่างกันคือการส่งลูกกับการรับลูกเท่านั้น ตามปกติผู้ที่จะเล่นประเภทคู่ได้ จะต้องเป็นผู้ชำนาญในการเล่นประเภทเดี่ยวมาก่อนเป็นอย่างดี การเล่นประเภทคู่จึงจะสนุก ทั้งนี้เพราะเหตุว่า การเล่นประเภทคู่มีความสลับซับซ้อนยิ่งกว่าประเภทเดี่ยว ผู้เล่นจะต้องใช้ชั้นเชิง และความแคล่วคล่องว่องไว รู้กติกาการแข่งขันเป็นอย่างดี

