

บทที่ 5

ทักษะการตีลูก

ทักษะการตีลูกหมุน

ในเกมการแข่งขันกีฬาเทนนิส ความเป็นรูปธรรมคือการทำพยายาตีลูกให้ข้ามตาข่ายไปตามกติกาการเล่นและคู่แข่งไม่สามารถโต้ตอบกลับมาได้ โดยการใช้กลวิธีต่างๆ หลอกล่อคู่แข่ง ทำให้ลูกเปลี่ยนทิศทางผิดจากธรรมดา หรือการบังคับทิศทางของลูกตกยุ่งยากมากขึ้น ซึ่งต่างฝ่ายต่างก็คิดค้นวิธีการต่างๆ มากมายเพื่อให้แตกต่างกันออกไป นั่นก็คือการทำให้เกิดการหมุนขึ้นในตัวของมันเองเมื่อกระทบหน้าไม้แล้ว และการหมุนของลูกจะมีความแรงมากหรือน้อยนั้นขึ้นอยู่กับลักษณะของการตีและประกอบกับชนิดของยางที่ติดหน้าไม้ว่าจะสามารถยึดหยุ่นเมื่อสัมผัสลูกแล้วทำให้หมุนได้เพียงใด ซึ่งสามารถแบ่งลักษณะการหมุนของลูกออกได้ดังนี้

1. ลูกหมุนขึ้น (Top Spin)
2. ลูกหมุนลง (Back Spin)
3. ลูกหมุนข้าง (Side Spin)

1. ทักษะการตีลูกหมุนขึ้น (Top Spin)

ลูกหมุนขึ้นเป็นการตีลูกบอลด้านหน้ามือหรือหลังมือให้ลูกพุ่ง (Drive) โดยขณะที่หน้าไม้กระทบกับลูกแล้วหมุนยกหน้าไม้ขึ้นเล็กน้อยแล้วเหวี่ยงมือไปข้างหน้าซึ่งจะทำให้มุมของหน้าไม้วัดต่ำลงเล็กน้อย หน้าไม้จะสัมผัสผิวของลูกทางด้านหลังจากข้างล่างขึ้นสู่ข้างบนไปข้างหน้าข้ามตาข่ายไป และเมื่อลูกตกลงกระทบพื้นโต๊ะจะมีแรงส่งช่วยติดให้ลูกพุ่งขึ้นมากหรือน้อยในทิศทางใดนั้นขึ้นอยู่กับแรงที่ตีลูกออกไป ซึ่งจะมีลักษณะพิเศษคือวิถีของลูกเป็นเส้นโค้งต่ำ แต่มีความเร็วสูง มีแรงหมุนขึ้นมาก จะมองดูคล้ายลูกตบ

วิธีปฏิบัติ

1. การยืนเท้าซ้ายนำเท้าขวา ลำตัวเฉียงไปทางขวาเล็กน้อยให้ไหล่ขวาต่ำกว่าไหล่ซ้ายเล็กน้อย นำหนักตัวอยู่ที่เท้าขวา ใช้เท้าซ้ายเป็นจุดหมุน

2. แขนและมือที่ถือแร็กเกต กางออกเฉียงไปด้านหลังระดับสะโพก จะมีมุมมากหรือน้อยนั้นขึ้นอยู่กับการหมุนบิดของลำตัวและหน้าไม้คว่ำไปข้างหน้าเล็กน้อยประมาณ 60 องศา

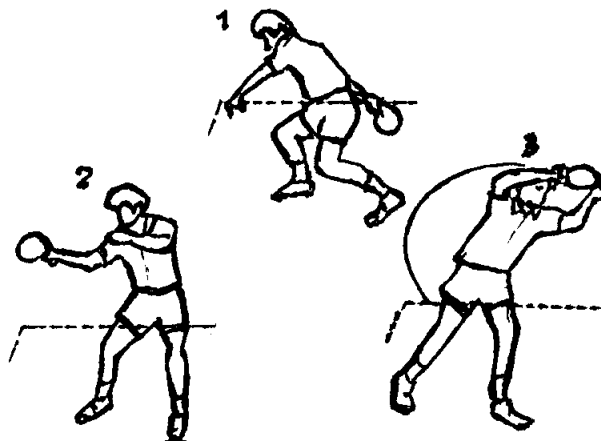
3. การตีลูกบอลหน้าไม้จะสัมผัสลูกเมื่อลูกบอลกระดอนจากพื้นยังไม่ขึ้นสูงสุด สัมผัสกลางลูกก่อนไปทางด้านบนด้วยแรงไปข้างหน้าเป็นหลัก

4. การส่งแรงปะทะให้เหวี่ยงแขน โหล่ ลำตัว จากแนวล่างเฉียงขึ้นบน เหวี่ยงตัวคิดว่าหน้าไม้เป็นวิถีโค้ง

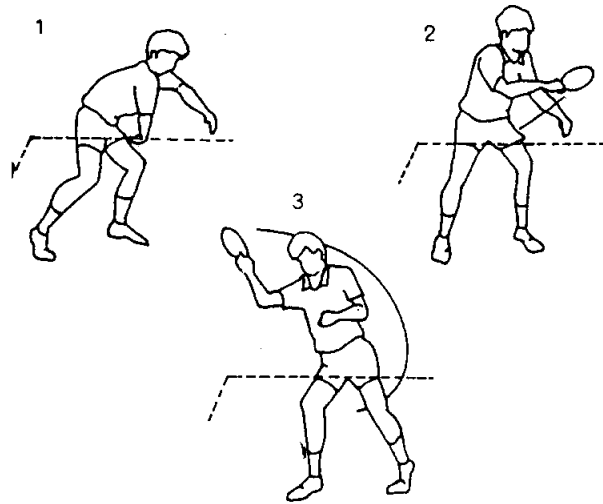
5. การเหวี่ยงตามของแขน (Follow Through) การเคลื่อนตัวตามแรงที่ตีโดยการถ่วงน้ำหนักตัวจากเท้าหลังมาสู่เท้าหน้า เป็นการช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการตีให้มากขึ้น

ปัญหาที่พบของการตีลูกหมุนขึ้นที่มักพบเสมอ

1. การคว่ำหน้าไม้แร็กเกตมากเกินไปทำให้ลูกติดตาข่าย
2. การตีไม่ถูกลูกเนื่องจากเหวี่ยงแขนเร็วเกินไป
3. แรงที่เหวี่ยงตีไปข้างหน้ามากเกินไป แรงหมุนไม่เพียงพอทำให้ลูกออกนอกโต๊ะ
4. ยืนในตำแหน่งที่ไม่เหมาะสม



ภาพที่ 5.1 การตีลูกหมุนขึ้นด้วยการจับไม้แบบจับมือ



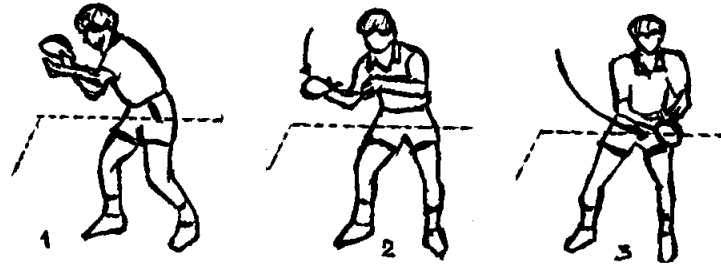
ภาพที่ 5.2 การตีลูกหมุนขึ้นหลังมือด้วยการจับไม้แบบจับมือ

2. ทักษะการตีลูกหมุนลงหรือกลับหลัง (Back Spin)

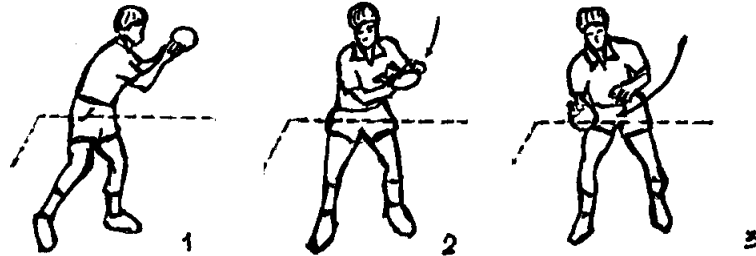
ลูกหมุนลง เป็นการตีลูกหมุนที่สร้างความลำบากยุ่งยากให้กับคู่ต่อสู้มากพอสมควร ซึ่งขึ้นอยู่กับแรงที่ตีออกไป ถ้าแรงมากจะมีลักษณะคล้ายกับลูกตัด (Chop Ball) ถ้าหมุนน้อยแต่แรงมากจะมีลักษณะคล้ายลูกเฉือน (Slice)

วิธีปฏิบัติ

1. การยืนอยู่ในท่าเตรียมพร้อม เท้าซ้ายนำเท้าขวา อยู่ห่างโต๊ะประมาณ 1 ก้าว ถ้าลูกมาทางขวาให้เท้าขวาอยู่ข้างหน้าเท้าซ้าย และถ้าลูกมาทางด้านซ้ายให้น้ำหนักตัวอยู่ที่เท้าหลังมากกว่า
2. การเหวี่ยงไม้ตีให้เหวี่ยงเข้าใกล้ลำตัวเฉียงขึ้นระดับไหล่ ปลายไม้ชี้ขึ้นด้านบน หน้าไม้เปิดหงายขึ้นแต่ไม่มากนัก
3. หน้าไม้สัมผัสลูกให้เหวี่ยงแขนและหน้าไม้จากบนลงล่างในแนวตัดขวางลำตัว โดยใช้ข้อมือบังคับหน้าไม้สัมผัสลูกตรงกลางก่อนมาทางด้านล่างเล็กน้อยในลักษณะตัดเฉือนหน้าไม้ไป
4. การส่งแรงจากข้อมือ แขน หัวไหล่ โดยย่อตัวลงและหมุนเอวช่วยด้วย แล้วถ่าน้ำหนักตัวจากเท้าหลังมาสู่เท้าหน้า



ภาพที่ 5.3 การตีลูกหมุนลงหน้ามือด้วยการจับไม้แบบปากกา



ภาพที่ 5.4 การตีลูกหมุนลงหลังมือด้วยการจับไม้แบบปากกา

3. ทักษะการตีลูกหมุนข้าง (Side Spin)

ลูกหมุนข้าง คือตีลูกให้หมุนออกด้านข้างทางซ้ายหรือทางขวา ซึ่งขึ้นอยู่กับหน้าไม้ แรกเกิดสัมผัสลูก

วิธีปฏิบัติการตีลูกหมุนข้างซ้าย

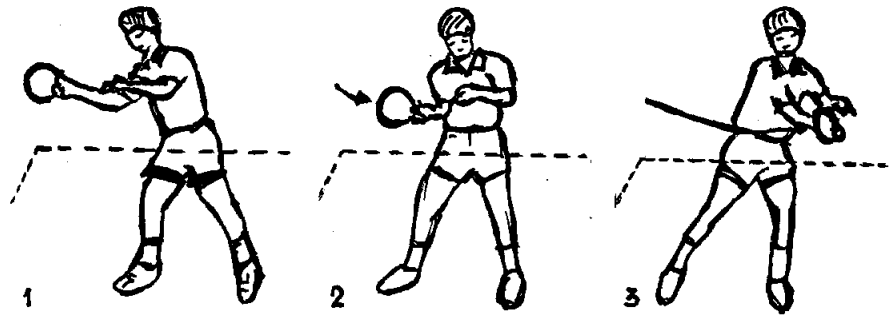
1. การยืนอยู่ในท่าเตรียมพร้อมเหมือนการตีหลังมือ คือ เท้าขวาอยู่หน้าเท้าซ้าย น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าหลังทั้งสองข้าง
2. มุมของหน้าไม้ตั้งในแนวตั้ง หัวไม้เฉียงขึ้นทางไหล่ ข้อศอกงอเฉียงผ่านลำตัว
3. การเหวี่ยงแขนและไม้ตีลูกให้เคลื่อนจากแนวไหล่ลงด้านหน้าและปะทะลูกบอลโดยดึงแขนไปทางด้านข้างจากซ้ายไปขวาวนากับขอบโต๊ะ ตีเอนลูกบอลให้หมุนออกทางซ้ายมือ

วิธีปฏิบัติการตีลูกหมุนข้างขวา

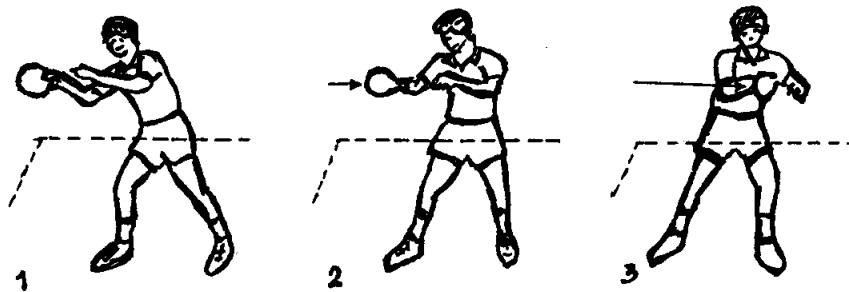
1. การยืนอยู่ในท่าเตรียมพร้อมเหมือนการตีลูกหน้ามือ เหวี่ยงแขนเปิดมุมกว้าง เท้าซ้ายอยู่หน้าเท้าขวา

2. มุมของหน้าไม้ปิดคว่ำเล็กน้อย แต่หัวไม้เปิดหงายไปทางด้านหลัง ข้อมือยกตามหน้าไม้

3. การเหวี่ยงแขนและไม้ตีลูก ลากแขนจากข้างหลังมาทางด้านหน้าขนานพื้น เป็นวงกว้างความเร็วปานกลางให้สัมผัสลูกบอลด้านหน้าแล้วลากแขนตัดผ่านลำตัวจากขวาไปซ้าย หน้าไม้ตัดเฉือนลูกให้หมุนไปทางด้านขวา



ภาพที่ 5.5 การตีลูกหน้ามือหมุนข้างด้วยการจับไม้แบบจับมือ



ภาพที่ 5.6 การตีลูกหน้ามือหมุนข้างด้วยการจับไม้แบบปากกา

นอกจากนี้แล้วยังมีการตีลูกหมุนแบบผสม (Combine Stroke) คือการตีลูกหมุนในแต่ละครั้งจะมีการหมุนของลูกทุกครั้งแต่ส่วนใหญ่จะเป็นลูกหมุนแบบผสมเสียเป็นส่วนมาก ซึ่งการหมุนของลูกนั้นขึ้นกับว่าผู้ตีลูกให้หมุนแบบใด โดยวิธีการแบบใด เป็นหลักและถ้าการตีนั้นมีการเปลี่ยนแปลงขององค์ประกอบของการตีเกิดขึ้น ลูกหมุนก็จะกลายเป็นแบบผสมไปด้วย เช่น การตีโดยใช้ลูกหมุนข้างเป็นหลัก ถ้าขณะที่หน้าไม้กระทบลูกแล้วมีการปิดไม้ขึ้นด้วย ลักษณะการหมุนของลูกก็จะมีลักษณะผสมเข้ามาด้วย ฉะนั้นผู้เล่นจึงควรจะต้องเป็นผู้ที่หมั่นรู้จักสังเกตหรือวิเคราะห์การเล่นและฝึกหัดเพื่อพัฒนาตัวเองให้ได้มากที่สุด ดังที่

โค้ชชาวจีนผู้หนึ่งชื่อ นูย ซิยิ (Mr. Niu Zhiyi) กล่าวไว้ว่า “การหมุนของลูกเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับผู้เล่น และเป็นความสามารถเฉพาะหรือกล่าวได้ว่าเป็นพรสวรรค์อย่างหนึ่งซึ่งเกิดติดตัวมากับแต่ละบุคคล ถึงแม้ว่าจะฝึกหัดเองหรือได้รับการฝึกหัดให้ก็ตาม แต่ละคนที่ตีลูกออกไป จะเกิดการหมุนที่เป็นเฉพาะของตนเอง ซึ่งถ้านำมาวิเคราะห์ลักษณะการหมุนแล้วจะเห็นว่ามีความแตกต่างกันระหว่างบุคคลอย่างชัดเจน”

ทิศทางการกระดอนหมุนกลับของลูกหมุนและการตั้งหน้าไม้รับลูก

เมื่อลูกหมุนขึ้น การตั้งมุมของหน้าไม้จะเป็นตามความแรงของการหมุนของลูก ฉะนั้นการตั้งหน้าไม้รับลูกจึงควรปรับหน้าไม้ลงทำให้ลูกไม่โด่ง ส่วนลูกหมุนลงทิศทางตรงกันข้ามกับทิศทางของลูกหมุนขึ้น โดยการเฉียงหน้าไม้ขึ้นบนให้ลูกกลับคืนไปไม่ติดตาข่าย การรับลูกหมุนข้างต้องตั้งหน้าไม้ให้เฉียงกลับทิศทางของลูกที่จะออกไป ลูกหมุนข้างซ้ายเมื่อรับกลับคืนจากข้างซ้ายมือของฝ่ายตรงข้ามได้ขณะที่รับกลับคืนต้องปรับมุมของไม้ตีไปข้างขวา ส่วนลูกหมุนด้านขวาทิศทางการรับและการตั้งกลับจะตรงกันข้ามกับลูกหมุนซ้าย

ทักษะการตีลูกตัด (Chop)

การเล่นหรือตีลูกตัดจะมีลักษณะคล้ายกับการตีลูกหมุนลงล่าง แต่หน้าไม้จะเปิดหางมากกว่า ลักษณะของหน้าไม้ขณะตีลูกจะเฉือนใต้ลูกน้อยที่สุดและใช้แรงจากข้อมือมากกว่าทำให้วิถีของลูกวิ่งเป็นทางตรงเสมอซึ่งการตีลูกตัดนั้นจะมีทั้งการตีหน้ามือและหลังมือ โดยลักษณะของการจับไม้จะมีลักษณะเดียวกัน

ทักษะการตีลูกตัดหน้ามือ

จากทำการยืนเตรียมพร้อมให้ก้าวเท้าซ้ายเฉียงไปข้างหน้า เอียงไหล่ซ้ายเข้าหาโต๊ะเหวี่ยงไม้จากหลังขึ้นระดับไหล่ หางหน้าไม้และเหวี่ยงตีเฉือนใต้ลูกขณะที่ลูกกระดอนขึ้น โดยให้หน้าไม้สัมผัสส่วนหลังก่อนลงมาทางส่วนล่าง

ทักษะการตีลูกตัดหลังมือ

จากทำการยืนเตรียมพร้อม ให้ก้าวเท้าซ้ายออกไปข้างๆ เอียงไหล่ขวาเล็กน้อย วิธีการจับไม้เช่นเดียวกับการจับแบบหน้ามือเพียงแต่หันทางด้านหลังมือขึ้น หน้าไม้เฉียงประมาณ 10-20 องศา ขณะหน้าไม้สัมผัสลูกให้เฉือนปาดไปส่วนหลังก่อนลงมาทางส่วนล่างของลูกเหวี่ยงแขนส่งตามไปด้วย แล้วกลับสู่ท่าเตรียมพร้อมอย่างรวดเร็ว

ทักษะการตีลูกหยอด (The dorp shot)

การตีลูกหยอดเป็นการเล่นตอบโต้การตีลูกตัดได้ดี โดยการพยายามตีลูกหรือเขี่ยลูกเบาๆ ให้ข้ามตาข่ายและตกใกล้ตาข่ายมากที่สุด เมื่อคู่ต่อสู้ที่อยู่ไกลจากโต๊ะจะกลับมารับไม่ทันและทำให้เสียการทรงตัวได้

วิธีการตีลูกหยอดคือ เมื่อลูกกระดอนขึ้นโดยใช้ความแรงที่เหมาะสมและให้ลูกเฉียดตาข่ายมากที่สุด ผู้เล่นต้องเป็นผู้ที่มีประสบการณ์พื้นฐานการเล่นลูกแบบอื่นๆ ได้ดีด้วย สายตาและจังหวะต้องดีมากด้วย รวมทั้งการคาดคะเนความแรงของลูกและขณะตีลูกผู้เล่นสามารถนำทักษะพื้นฐานอื่นมาผสมกันเช่น ลูกตัด ลูกหมุน ซึ่งเป็นเทคนิคอย่างหนึ่งในการหลอกล่อคู่ต่อสู้

ข้อสำคัญของการเล่นลูกหยอด

1. เพื่อหลอกล่อคู่ต่อสู้ให้หลงทิศทาง
2. เพื่อตอบโต้ลูกตัดของคู่ต่อสู้
3. หยุดจังหวะของคู่ต่อสู้เพื่อให้เปลี่ยนตำแหน่งและท่าทางการเล่น
4. อาจเป็นการบังคับให้คู่ต่อสู้ต้องตีลูกโด่งกลับมา

ข้อเสียของการเล่นลูกหยอด

1. ลูกบอลมักติดตาข่ายได้ง่ายเนื่องจากขนาดของความแรงและหน้าไม้ไม่เหมาะสม
2. ลูกออกนอกโต๊ะ

ทักษะการตีลูกตบ (The Kill)

การตีลูกตบหรือการเล่นเกมรุกด้วยการตบคือการเล่นได้ตามโอกาส เมื่อฝ่ายตรงข้ามตีลูกลอยโด่งสูงกลับมา ลูกจะลอยสูงในระดับความสูงจากแนวตาข่ายไม่น้อยกว่า 6 นิ้ว จึงจะใช้การตีลูกตบได้ผล ซึ่งสามารถตบได้ทั้งแบบหน้ามือและหลังมือ โดยหน้าไม้จะปิดคว่ำและตีตบไปด้วยความแรงและเร็วแล้วสะบัดข้อมือจะทำให้ลูกที่ตีไปนั้นพุ่งเร็วแรงมากขึ้นและอาจมีลูกหมุนผสมเข้าไปด้วยจะทำให้รับยากมากขึ้นด้วย

หลักสำคัญของการตีลูกตบ คือ

1. ต้องใช้กับลูกที่กระดอนสูงกว่าตาข่ายไม่น้อยกว่า 6 นิ้ว
2. ต้องตีลูกด้วยความเร็วและแรงด้วยลักษณะหน้าไม้ปิดคว่ำรวมกับการสะบัด

ข้อมือ

3. ผู้ตีต้องมีการเคลื่อนที่เข้าหาลูกเพื่อให้หน้าไม้อยู่กับลูกที่จะตีออกไปและออกแรงตีกระทงหรืออัดลูกไป

4. การตีที่มีประสิทธิภาพต้องสะบัดข้อมือช่วยจะทำให้ลูกหมุนเพิ่มขึ้น ทำให้คู่ต่อสู้มองทิศทางของลูกยากมากขึ้น

วิธีการปฏิบัติในการตีลูกตบแบบหน้ามือ

1. จากท่าการเตรียมพร้อมก้าวเท้าตรงข้ามกับมือที่ถือไม้เข้าหาลูกพร้อมทั้งเหวี่ยงไม้ไปหลัง

2. สายตาจับที่ลูกและเหวี่ยงไม้ตีลูกขณะที่จังหวะเหมาะกับการตีลักษณะหน้าไม้คว่ำ

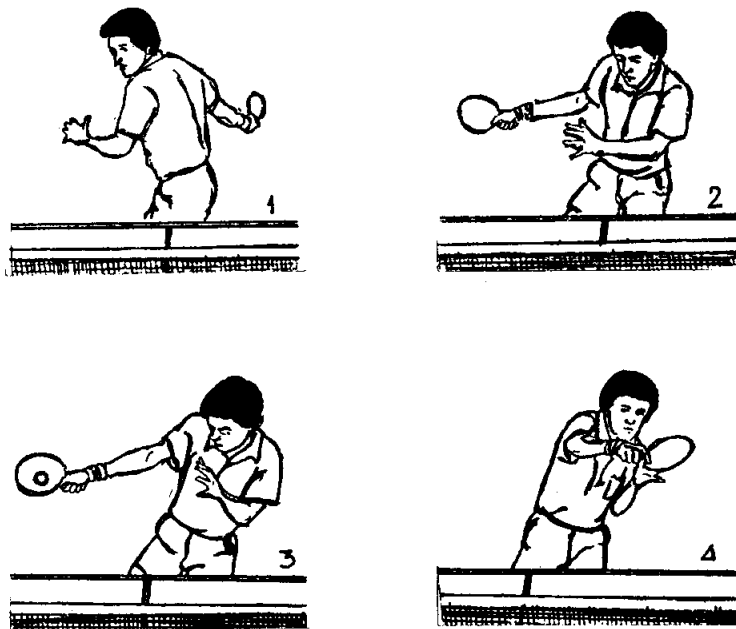
3. สะบัดข้อมือส่งแรงตามไปด้วยอย่างรวดเร็ว

วิธีการปฏิบัติในการตีลูกตบแบบหลังมือ

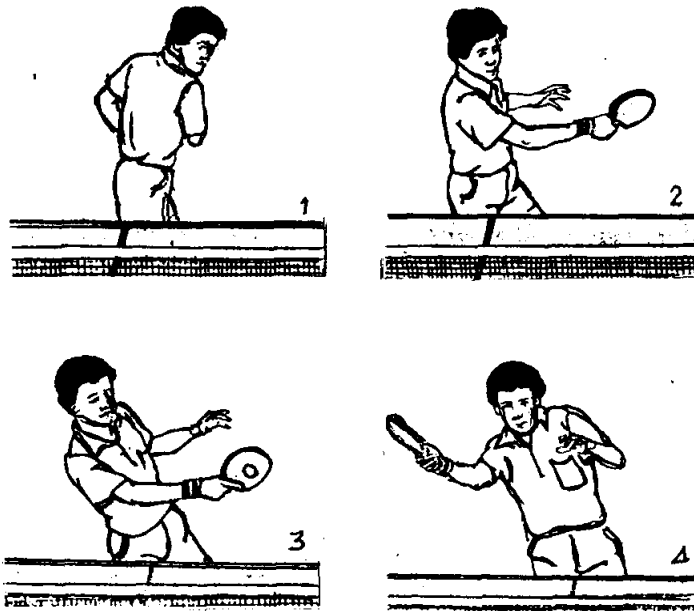
1. จากท่าการเตรียมพร้อมก้าวเท้าข้างเดียวกับมือที่ถือไม้เข้าหาลูก

2. เงื่อไม้ออกข้างลำตัวให้ไหล่หันเข้าหาโต๊ะ ไม้สูงระดับไหล่ตรงข้าม

3. สายตาจับที่ลูกและเหวี่ยงไม้ตีอย่างรวดเร็วเมื่อลูกลอยขึ้นสูงได้ระดับเหมาะกับการตีเหมือนการตีแบบหน้ามือ



ภาพที่ 5.7 การตบบอลด้านหน้ามือด้วยการจับไม้แบบจับมือ



ภาพที่ 5.8 การตบบอลด้านหลังมือด้วยการจับไม้แบบจับมือ

ทักษะการตีลูกเขี่ย

การตีลูกเขี่ยหรือเรียกว่าการเขี่ยลูกหรือการจัด การแคะหรือลูกแตะ จะมีลักษณะการตีคล้ายการเขี่ยหรือจัดเป็นวงสั้น ๆ เพื่อให้ลูกข้ามตาข่ายไปได้ ในกรณีที่กระแทกหนัก ตัดสินใจไม่ได้หรือเพื่อการแก้สถานการณ์เฉพาะหน้าเนื่องจากลูกที่รับนั้นกระดอนต่ำมากและเร็ว ลักษณะของการตีลูกเขี่ยนี้จะลอยเบาไม่มีความรุนแรง ฉะนั้นการใช้ลูกเขี่ยต้องระวังอย่าให้ลูกลอยสูงเพราะฝ่ายตรงข้ามจะตีลูกตบกลับมาได้ การเล่นลูกเขี่ยนี้สามารถใช้ได้ทั้งแบบหน้ามือและหลังมือ โดยการเอื้อมไม้เข้าไปตีเขี่ยหน้าตาข่ายอย่างรวดเร็วเท่านั้น

การตีลูกแบบกึ่งวอลเลย์หรือลูกพร้อม (Half Volley หรือ Block Shots)

คือทักษะการตีแบบตียืน เป็นลักษณะของการตีลูกบอลที่พุ่งขึ้นมาจากพื้นโต๊ะที่ทันใด เป็นการตอบโต้ลูกสั้นและรวดเร็ว เป็นการบล็อกลูกในจังหวะก่อนที่ลูกจะขึ้นถึงจุดสูงสุดและรวดเร็ว การเล่นลูกลักษณะนี้ต้องอาศัยการฝึกฝนอย่างมากและผู้เล่นที่มีความชำนาญและมีประสบการณ์อย่างมากจึงจะสามารถทำได้ดี

วิธีปฏิบัติในการตีลูกกึ่งวอลเลย์แบบหลังมือ

1. การยืนให้ชิดแนวขอบโต๊ะ โนม์ลำตัวไปข้างหน้า

2. ทำทางการยื่นเหมือนการตีหลังมือ
 3. หน้าไม้ทำมุมกับพื้นโต๊ะประมาณ 90 องศา ต้ำไม้ขนานกับพื้นโต๊ะ
 4. แขนท่อนบนและข้อศอกชิดลำตัว
 5. เหยียดแขนโดยเหยียดไปข้างหน้าตีลูกที่ตกกระทบแล้วกระดอนขึ้นมา
- วิธีปฏิบัติในการตีลูกกึ่งวอลเลย์แบบหน้ามือ
1. การยื่นให้ชิดแนวขอบโต๊ะ โนม์ลำตัวไปข้างหน้า
 2. ยื่นเหมือนการตีหน้ามือ เท้าทั้งสองขนานกัน
 3. แขนท่อนบนและข้อศอกชิดลำตัว แขนท่อนล่างทำมุมกับแขนท่อนบนประมาณ 90 องศา
 4. หน้าไม้ตั้งฉากใกล้บริเวณสะโพกข้างลำตัว แรงปะทะของการตีลูกเกิดจากแรงที่ลูกตกกระทบโต๊ะแล้วสะท้อนหน้าไม้ได้กลับเป็นส่วนใหญ่

การเล่นลูกโยนโด่ง หรือลูกย้อย (The Lob)

ทักษะการเล่นหรือการตีลูกแบบนี้ก็เพื่อการตั้งรับหรือการตีโต้กลับลูกตามนั่นเอง เป็นการเล่นเกมแบบเกมรับขณะที่ผู้เล่นเสียจังหวะหรือเสียการทรงตัวไม่สามารถตีลูกในลักษณะอื่นๆ ได้ จึงต้องพยายามรับลูกและโยนลูกให้ลอยสูงสุดและคาดคะเนให้ลูกตกกระดอนให้ใกล้ขอบโต๊ะในเขตของฝ่ายรับให้มากที่สุด เพื่อลดพิษของคู่ต่อสู้และเพื่อการเตรียมตัวเองให้พร้อมอีกครั้ง ลักษณะของการตีลูกโยนนี้เนื่องจากเป็นการรับลูกตบ เพราะฉะนั้นการตีโต้รับจึงจำเป็นต้องตีในระยะห่างจากโต๊ะมากกว่าปกติ และในการที่จะยกลูกขึ้นโดยให้มีแรงหมุนด้านบนพอสมควร หน้าไม้จะต้องตั้งฉากหรือเฉียงเล็กน้อย และสูงจากพื้นเพียง 1-2 ฟุตเท่านั้น ตีลูกบอลให้เคลื่อนไปในวิถีโค้งโด่ง โดยใช้หัวไหล่เป็นจุดหมุนและหลังจากตีลูกนี้แล้ว ผู้เล่นต้องรีบกลับสู่ท่าทางตำแหน่งการรุกโดยทันที