

คำนำ

“กีฬามีความสำคัญยิ่งสำหรับชีวิตของแต่ละคนและชีวิตของชาติบ้านเมือง” ข้อความนี้
เป็นพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลปัจจุบันแสดงให้เห็นถึงคุณค่าของ
กีฬาอย่างชัดเจน

สภากีฬาก็ เป็นกีฬาที่แพร่หลายในประเทศไทยมานานแล้วแต่ไม่ค่อยเป็นที่นิยมมากนัก
อาจจะมีสาเหตุจากหลายประการสิ่งที่สำคัญผู้มีความสนใจไม่มีความรู้ และไม่มีทักษะเบื้องต้น
ในการเล่นสภากีฬาก็เท่าที่ควร สาเหตุเพราะไม่มีเอกสาร ตำรา สำหรับศึกษาค้นคว้า เอกสารตำรา
เล่มนี้ ได้กล่าวถึงรูปแบบ การฝึก วิธีการเล่น และกติกาการเล่น พร้อมทั้งมีรูปประกอบ ทำให้
ทราบถึงวิธีการต่าง ๆ

ฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงได้เรียบเรียงตำราเล่มนี้ เพื่อให้ให้นักศึกษา นักกีฬาตลอดจนผู้สนใจ
กีฬาสภากีฬาก็ได้ศึกษาค้นคว้า และนำไปฝึกหัดทักษะ เพื่อให้ใช้เป็นสื่อในการออกกำลังกาย ต่อไป

อนึ่ง ตำราเล่มนี้ ข้าพเจ้าได้จัดทำขึ้นในระยะเวลาอันสั้น ดังนั้น หากมีข้อบกพร่อง
ประการใด ก็ขออภัยไว้ ณ ที่นี้ด้วย และถ้าท่านผู้รู้ท่านใดจะกรุณาให้คำแนะนำจักเป็นพระคุณยิ่ง

ร.ต.ท. จรัญ ธานีรัตน์