

บทที่ 1

ทักษะขั้นสูง

เทนนิส 1 ได้กล่าวถึงทักษะต่าง ๆ มาแล้ว ได้แก่ การจับแรคเกต (Grips) การยืนเตรียมพร้อม (Ready position) การตีโฟแฮนด์ (Forehand stroke) การตีแบ็คแฮนด์ (Backhand stroke) วอลเลย์ (Volley) และการเสิร์ฟ (Service) ซึ่งทักษะเหล่านี้จัดว่าเป็นทักษะเบื้องต้นและทักษะขั้นสูง สำหรับเทนนิส 2 นี้จะได้กล่าวถึงทักษะอื่น ๆ ต่อไป ซึ่งจัดว่าเป็นทักษะขั้นสูงขึ้นไป ดังนี้

การตีลูกพร้อม

(The Half volley)

การตีลูกพร้อม (Half Volley) หมายถึง การตีลูกบอลทันทีที่เริ่มกระดอนขึ้นจากพื้น เป็นการตีที่ใช้อยู่เสมอในการเล่นเทนนิส เช่น ในกรณีที่ลูกบอลมาตกใกล้ตัวหรือใกล้เท้า หรือเมื่อขึ้นไปหน้าเน็ต (Net) เพื่อตีวอลเลย์ แต่ขึ้นไปอยู่ในตำแหน่งการตีวอลเลย์ที่ตีไม่ทัน จึงต้องตีลูกพร้อมป้องกันไปก่อน

การตีลูกพร้อมที่ดีนั้น ข้อมือต้องยึดแน่น ขณะที่หน้าแรคเกตปะทะลูกบอล (Contact point) ข้อศอกอาจเคลื่อนไหวได้เล็กน้อย ย่อเข้า ลดที่จับ (Grip) และหัวแรคเกตลงให้ได้ระดับเดียวกับลูกบอล แล้วตีทันทีที่ลูกบอลเริ่มกระดอนขึ้นจากพื้น โปรดจำไว้ว่า ต้องย่อเข้าลงเพื่อตีลูกพร้อม มิใช่ยืนตรงแล้วลดหัวแรคเกต (Racket) ลงไปตีลูกบอล จึงพยายามตีให้แรคเกตขนานพื้นเสมอ

การเหวี่ยงแรคเกตตามลูกบอล (Follow Through) ถ้าผู้ตียืนอยู่ใกล้เส้นเสิร์ฟ (Service Line) ให้เหวี่ยงแรคเกตตามลูกบอลไปในระยะสั้น แต่ถ้าผู้ตียืนคืออยู่บริเวณเส้นเบสไลน์ (Base Line) การเหวี่ยงแรคเกตตามลูกบอลต้องยาวกว่า เพราะลูกบอลต้องลอยไประยะทางไกลกว่า



ภาพที่ 1 ตีลูกพร้อม ย่อเขาลดที่จับและหัวแรคเก็ตลงให้ได้ระดับเดียวกับลูกบอล

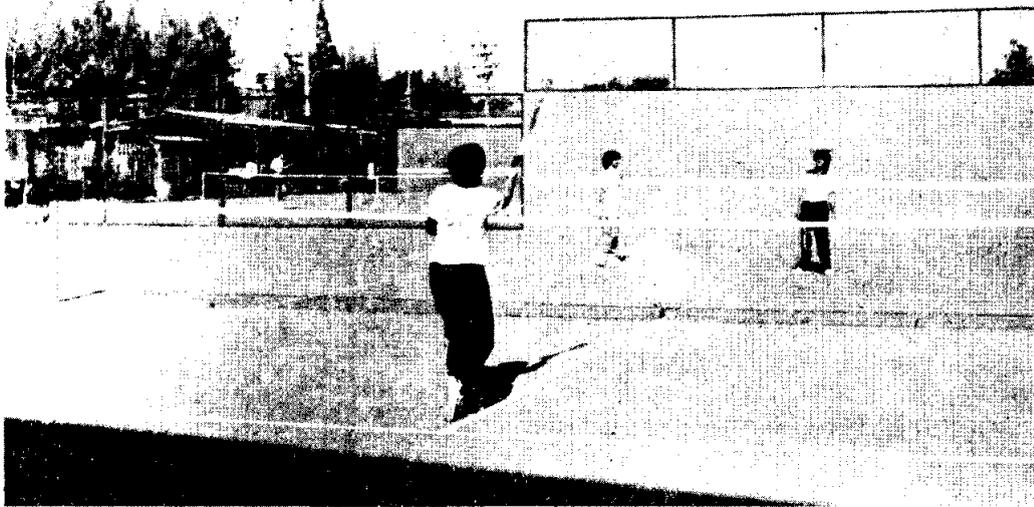
การบังคับลูกขึ้นอยู่กับมุมของหน้าแรคเก็ต ถ้าตีจากใกล้เน็ต หน้าแรคเก็ตต้องเปิดมากกว่าเมื่อตีจากเบสไลน์ (Base Line) เพราะหากเปิดหน้าแรคเก็ตมากขณะตีจากเบสไลน์ ลูกจะลอยสูง การฝึกหัดจะช่วยให้คุณเรียนรู้การปรับหน้าแรคเก็ตของท่าน วิธีของลูกบอลต้องไม่ลอยสูงเกินไปและต่ำจนติดเน็ต (Net)

การตีลูกพร้อมเป็นการตีเพื่อป้องกัน (Defensive Stroke) สิ่งที่คุณเล่นจำเป็นต้องหลีกเลี่ยงคือ ไม่พยายามใช้ลูกนี้ ถ้าสามารถตีวอลเลย์หรือตีกราวด์สโตรค (Ground Stroke) ได้ จะตีลูกพร้อมเมื่อไม่มีทางเลือกเท่านั้น

วิธีฝึกตีลูกพร้อม ยืนใกล้ ๆ เส้นเสิร์ฟให้คู่ซ้อมตีลูกมาตกใกล้ ๆ เท้า แล้วตีลูกพร้อมกลับไป การฝึกต้องเน้นที่การบังคับ (Control) ทิศทางของลูก โดยเริ่มจากไม่เหวี่ยงแรคเก็ตไปหลังมาก ตีเบา ๆ

การตีลูกล๊อบ (The Lob)

การตีลูกล๊อบ (Lob) หมายถึง การตีลูกบอลขึ้นในอากาศให้ไปตกในสนามบริเวณเบสไลน์ (Base Line) ของฝ่ายตรงข้าม เพื่อประสงค์จะดึงคู่ต่อสู้ออกไปจากเน็ต (Net) หรือการตีลูกบอลข้ามไปเหนือศีรษะของคู่ต่อสู้โดยไม่ให้เขาตีลูกถึง



ภาพที่ 2 ตีลอบข้ามตีระชะผู้เล่นหน้าเน็ต

การตีลอบเหมือนกับการตีไฟร์แฮนด์และแบ็คแฮนด์ธรรมดา เพียงแต่ต้องเปิดหน้าแรคเก็ตมากกว่าเพื่อให้ลูกบอลขึ้นสูงตามที่ต้องการ การตีเน้นหรือมีความสำคัญที่กลเม็ดมากกว่าความแรงจึงไม่จำเป็นต้องเหวี่ยงแรคเก็ตไปหลัง (Backswing) มากนัก ส่วนการขึ้นแรคเก็ตตามลูก (Follow through) เหมือนการตีไฟร์แฮนด์และแบ็คแฮนด์ธรรมดา แต่ยกแรคเก็ตขึ้นสูงมากกว่าเล็กน้อย และอาจตีแบบท็อปสปิน (Topspin) หรือแบ็คสปิน (Backspin) ก็ได้ สำหรับการตี ลอบ ลอบใช้ได้ทั้งเพื่อป้องกัน (Defensive) และรุก (Offensive)

ลอบเพื่อป้องกัน (Defensive Lob) โดยทั่วไปจะใช้เมื่อผู้เล่นถูกตั้งให้ออกไปอยู่นอกสนามและไม่สามารถกลับเข้ามาอยู่ในตำแหน่งที่ตีเพื่อไดรฟ์ (Drive) ได้ จึงตีลอบเพื่อตีฝ่ายตรงข้ามออกไปจากเน็ตและมีเวลามากพอที่จะกลับเข้ามาอยู่ในตำแหน่งการตีโต้ที่ตีต่อไป การตีลอบจึงควรตีแบ็คสปิน (Backspin) เพราะลูกบอลจะตกพื้นช้ากว่า

ลอบเพื่อรุก (Offensive Lob) เป็นการตีลูกบอลข้ามตีระชะฝ่ายตรงข้ามเพื่อวางลูก (Placement) และหรือการตีลูกโดยไม่ให้ผู้เล่นหน้าเน็ตตีถึง ลูกบอลไปตกด้านหนึ่งด้านใดของคอร์ท หรือทแยงคอร์ท (Cross court) การตีจะต้องตีให้ลูกบอลลอยสูงพอดี ๆ ที่ผู้เล่นฝ่ายตรงข้ามตีไม่ถึงเท่านั้น และตกใกล้เส้นเบสไลน์ ถ้าลูกบอลลอยสูงมากเกินไปจะเปิดโอกาสให้ฝ่ายตรงข้ามมีเวลาสำหรับวิ่งไปตีโต้กลับมาได้ ถ้าความสูงของลูกต่ำเกินไป ฝ่ายตรงข้ามจะตบ

(Overhead Smash) ได้ การล๊อบเพื่อรุกส่วนมากจะตีจากผู้เล่นที่กำลังยืนอยู่ในคอร์ท ซึ่งมีโอกาสที่จะเลือกตีได้หลาย ๆ ทาง และส่วนมากจะตีที่ท็อปสปิน (Topspin) มากกว่าแฟลท (Flat) เพราะแฟลท บังคับลูกบอลน้อยกว่าที่ท็อปสปิน นอกจากนี้ลูกบอลที่มาจากการเล่นที่ท็อปสปินเมื่อตกพื้นแล้ว จะกระดอนหนีออกไปจากผู้เล่นตรงข้ามด้วย ล๊อบเป็นวิธีที่สร้างความตื่นเต้นให้กับผู้เล่นและผู้ดู ได้พอสมควร

ผู้เล่นเทนนิสต้องฝึกตีล๊อบจากหลาย ๆ จุดในคอร์ท ทั้งโฟร์แฮนด์และแบ็คแฮนด์ ประสบการณ์ที่เกิดจากการฝึกจะช่วยให้เราเรียนรู้การบังคับ (Control) และความสูงของลูกบอล

การตีลูกหยอด (The Drop Shot)

ลูกหยอด (Drop shot) เป็นการตีลูกบอลให้พอข้ามเน็ตไป แล้วตกลงสนามทันที ลูกจะกระดอนขึ้นเกือบตรงและต่ำ ความสำคัญของการตีลูกนี้มิได้ขึ้นอยู่กับทักษะของการตีเท่านั้น แต่ขึ้นอยู่กับโอกาสที่จะใช้ลูกนี้ด้วย เราใช้ลูกหยอดเพื่อทำแต้ม (Point) หรือเพื่อดึงผู้เล่นที่เบสไลน์ให้ขึ้นมาหน้าเน็ต หรือเพื่อตัดกำลังฝ่ายตรงข้ามโดยการดึงให้เขาเข้ามาแล้วบังคับให้ออกไปข้างหลัง โดยการล๊อบข้ามศีรษะ ควรใช้ลูกหยอดเมื่อผู้ช้อยู่หน้าเบสไลน์ของตนเองเท่านั้น (3-4 ฟุต)



ภาพที่ 3 ตีลูกหยอด

หลักการตีลูกหยอดก็คล้าย ๆ กับการไดรฟ์โฟร์แฮนด์และแบ็คแฮนด์ (Forehand and Backhand Drive) แต่ก่อนที่หน้าแรคเก็ตจะปะทะลูกบอล หน้าแรคเก็ตเปิดขึ้นเล็กน้อย เมื่อแรคเก็ตปะทะลูกบอล แรคเก็ตยังคงเคลื่อนไปข้างหน้าชั่วระยะหนึ่งแล้วเคลื่อนลงต่ำเป็นแบ็คสปิน (Back-spin) แบ็คสปินช่วยลดความเร็วของลูกบอล การหมุนของลูกบอลทำให้ลูกบอลตกลงสู่พื้นเร็ว กว่าลูกไม่หมุน และแบ็คสปินยังช่วยให้ลูกบอลกระดอนขึ้นต่ำและกระดอนขึ้นเกือบเป็นแนวตรง ลูกหยอดที่ดีนั้นขึ้นอยู่กับ การปรับปรุงแก้ไขแบ็คสปินให้ดูเหมือนการไดรฟ์ (Drive) แต่เมื่อพอลูกข้ามเน็ตไปจะตกลงสู่พื้นสนามทันที และตกใกล้เน็ตที่สุดด้วย จะเล่นลูกหยอดได้ดีบนคอร์ทชนิดอ่อน เช่น คอร์ทดิน คอร์ทหญ้า ซึ่งลูกบอลจะกระดอนต่ำ กว่าคอร์ทแข็ง (Hard Courts)

การตีลูกสไลซ์ (Slice)

การตีลูกสไลซ์ (Slice) มีประโยชน์มากสำหรับนักเทนนิสระดับสูง จงพยายามใช้ลูกสไลซ์ เพื่อเล่นป้องกัน (Defensive) เมื่อตกเป็นฝ่ายเสียเปรียบ สไลซ์เป็นการตีที่ใช้มากในผู้เล่นระดับกลาง ในระหว่างตีโต้และมักใช้บ่อยที่สุดเมื่อตกอยู่ในสภาวะการณ์ที่ไม่มีทางเลือก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การตีแบ็คแฮนด์ เพราะผู้เล่นบางคนขาดความเชื่อมั่นในความสามารถไดรฟ์ (Drive)

การตีสไลซ์แบ็คแฮนด์ (Backhand slice) เป็นเทคนิคการตีที่เป็นประโยชน์มากสำหรับ ตีโต้ลูกเสิร์ฟ ซึ่งกระดอนสูง คือ ขณะลูกบอลกระดอนขึ้นก็จะถูกตีลงด้วยหน้าแรคเก็ตแล้ว แรคเก็ตเคลื่อนลงล่างผ่านไปข้างหน้าจุดปะทะลูกบอล (Contact point)

การยืน (Stance) วิธีจับแรคเก็ต (Grip) เมื่อตีสไลซ์เหมือนกับตีไดรฟ์ (Drive) ที่ต่างออกไป คือ การเหวี่ยง (Swing) แรคเก็ต (แรคเก็ตเคลื่อนจากบนลงล่าง) และจุดปะทะลูกบอล (หน้าแรคเก็ต เปิดเล็กน้อย) การเปิดหน้าแรคเก็ตและการที่แรคเก็ตเคลื่อนจากบนลงล่างจึงทำให้ลูกหมุน

ตีสไลซ์ด้วยโฟร์แฮนด์และแบ็คแฮนด์ให้ลูกกลิ้งแล้วตามขึ้นไปหน้าเน็ตเพื่อเล่นวอลเลย์ (Approach Shot) ก็ได้ โดยทั่วไปสไลซ์จะไม่ใช้เพื่อทำให้ลูกกระดอนขึ้นจากพื้นมีลักษณะพิเศษ คือ เฉหรือบูดเบี้ยว แต่ใช้เพื่อให้ผู้เล่นสามารถบังคับ (Control) ลูกบอลได้

การตีสปิน (Spin)

ถ้าตีลูกบอลให้ถูกกลางหน้าแรคเก็ตแล้วเคลื่อนแรคเก็ตไปตรง ๆ ลูกบอลที่ถูกตีนั้นจะลอยไป เป็นเส้นตรง ซึ่งเรียกว่าการเคลื่อนที่เป็นเส้นตรง (Linear Motion) ของลูกบอล ลูกบอลจะลอยตรง

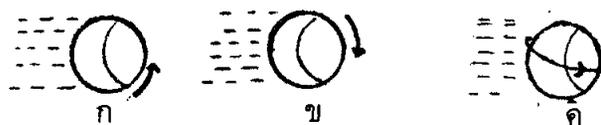


ภาพที่ 4 ตีสไลซ์แบ็คแฮนด์

ไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งแรงเสียดทานของอากาศและแรงดึงดูดของโลกทำให้ลูกตกลงสู่พื้น แต่ถ้าตีลูกบอลไม่ถูกกลางหน้าแรคเก็ตจะเป็นผลทำให้ลูกบอลหมุนลอยไป เรียกว่า บอลสปิน (Ball spin)

ในการเล่นเทนนิส มีบ่อย ๆ ที่เดี่ยวที่เราต้องการตีให้บอลสปินหรือบอลหมุน การตีบอลสปินมี 3 แบบ คือ

1. ท็อปสปิน (Top spin)
2. แบ็คสปิน (Back spin)
3. แลทเตอร์รัลสปิน (Lateral spin)



ภาพที่ 5 แสดงการหมุนของลูกบอล

- ก. ท็อปสปิน ลูกหมุนไปข้างหน้าหรือหมุนทวนเข็มนาฬิกา
- ข. แบ็คสปิน ลูกหมุนกลับหลังหรือหมุนตามเข็มนาฬิกา
- ค. แลทเตอร์รัลสปิน ลูกหมุนทางข้างหรือหมุนแบบลูกข้าง

บอลสปินแต่ละแบบทำให้ลูกบอลกระดอนขึ้นจากพื้นมีลักษณะแตกต่างกันออกไป เช่น ท็อปสปิน ลูกบอลจะหมุนไปข้างหน้าหรือหมุนทวนเข็มนาฬิกา (ดูภาพที่ 5 ก.) แล้วตกลงสู่พื้นทันที ทำให้ลูกบอลกระดอนขึ้นสูงกว่าลูกที่ไม่หมุนและเร็ว จึงเป็นการตีที่ใช้ต่อสู้กับผู้เล่นที่ขึ้นมาเล่นหน้าเน็ต แบ็คสปิน ลูกบอลจะหมุนกลับหลังหรือหมุนตามเข็มนาฬิกา (ดูภาพที่ 5 ข.) ลูกจะลอยขึ้นสูงเล็กน้อยแล้วจึงตกลงสู่พื้นเกือบเป็นแนวตรง ส่วนเลทเตอร์วัลสปิน ลูกบอลจะหมุนทางด้านข้าง (Rotate sideways) ลูกจึงลอยไปเป็นแนวโค้งเฉียงออกข้าง

ผู้เล่นใหม่ยังไม่จำเป็นต้องรู้การตีสปิน แต่จำเป็นต้องเรียนรู้หรือฝึกการตีลูกบอลให้ถูกต้องกลางหน้าแรคเกตแล้วเคลื่อนแรคเกตและแขนตามลูกไปตรง ๆ หลังจากฝึกดังนี้จนสามารถบังคับลูกบอล (Control) ได้ดีจริง ๆ แล้ว จึงค่อยเริ่มฝึกตีสปิน

ท็อปสปิน (Top spin)

การตีท็อปสปินไม่ได้แตกต่างจากการตีแบบแฟลท (Flat) มากมายนัก วิธีจับแรคเกต การยืนเตรียมพร้อม การเหวี่ยงแรคเกตและจุดตีลูกบอล (Contact point) ก็เหมือนกัน แต่สิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปสำหรับการตีท็อปสปิน คือ แนวการเหวี่ยงแรคเกต (Plane of Racket) เข้าหาลูกบอล และการเปิดหน้าแรคเกตขณะปะทะลูกบอล

วิธีตี เหวี่ยงแรคเกตไปหลัง (Backswing) ลดหัวแรคเกตต่ำกว่าระดับของลูกบอลที่เราจะตีเล็กน้อย (ควรระวังอย่าให้ต่ำมากเกินไป เพราะจะตีจบลูกลอยขึ้นสูงและออกนอกสนาม) เหวี่ยงแรคเกตเข้าหาลูกบอล (เหวี่ยงขึ้น) หน้าแรคเกตจะสัมผัสที่ตรงกลางด้านหลังและก่อนไปทางส่วนล่างของลูกบอลเล็กน้อยก่อน และที่จุดนี้หน้าแรคเกตจะเปิดเล็กน้อย เหวี่ยงแรคเกตตามลูกบอล (Follow-Through) ขึ้นบน จะทำให้หน้าแรคเกตแลบผ่านลูกบอลไป (ดูภาพที่ 6) ผู้เล่นต้องพยายามฝึกหัด และปรับแนวของการเหวี่ยงแรคเกต (Plane of swing) และการเปิดหน้าแรคเกตให้พอดีและเหมาะสมเพื่อเพิ่มความเร็วและการหมุนของลูกบอล

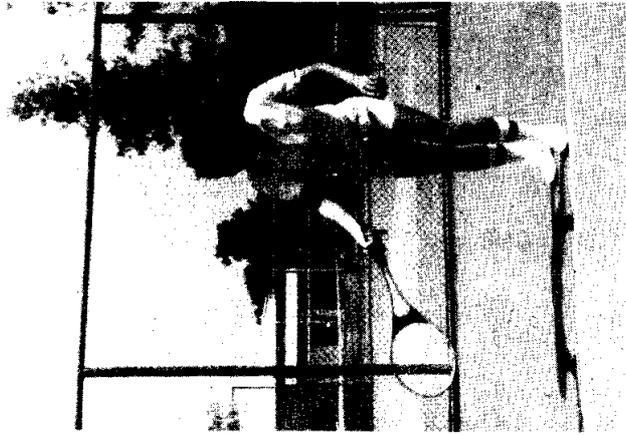
ผู้เล่นระดับสูง มีเทคนิคการตีท็อปสปินแตกต่างกันออกไป บางคนใช้วิธีสลับข้อมือเพื่อให้หน้าแรคเกตทกลงไปเหนือลูก บางคนยกข้อศอกขึ้น (เฉพาะตีโฟร์แฮนด์) ขณะเหวี่ยงแรคเกตเข้าหาลูกบอลเพื่อต้องการให้ขอบบนของแรคเกตอยู่เหนือลูก

แบ็คสปิน (Back spin)

ถ้าตีลูกบอลแบบเฉือนและแนวการเหวี่ยงแรคเกตเป็นแนวจากบนลงล่าง เรียกการตีแบบนี้ว่า แบ็คสปิน (Back spin) การตีแบ็คสปินมีลักษณะตรงข้ามกับท็อปสปิน แบ็คสปินทำให้ลูกบอล



ก



ข



ค

ภาพที่ 6 ตีท๊อปสปิน

- ก. เหวี่ยงแรคเกตกลับไปหลัง
- ข. จุดปะทะลูกบอล
- ค. ชีแรคเกตตามลูกบอล



ค

ข

ก

ภาพที่ 7 ดีแบ็คสปีน

ก. เหวี่ยงแรคเกตไปหลัง ข. จุดปะทะลูกบอล

ค. ฟอลโถว

ลอยอยู่ในอากาศนานกว่า และลูกจะลอยขึ้น ทำให้เกิดเป็นลักษณะของการตีที่เรียกว่า คัท (Cut) หรือ ช็อพ (Chop) และหรือ สไลซ์ (Slice)

ผู้เล่นระดับสูงมักใช้การตีแบ็คสปินเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการบังคับลูก (Control) และส่วนมากใช้ตีด้านแบ็คแฮนด์ โดยเฉพาะในผู้เล่นรายที่ไม่ค่อยเชื่อมั่นการตีแบ็คแฮนด์ของตนเอง

ແກທເອວຣ໌ລສປິນ (Lateral spin)

ແກທເອວຣ໌ລສປິນຫຼືໄຊດ໌ສປິນ (side spin) ເປັນການຕີເນື້ອທາງດ້ານຂ້າງຂອງລູກບອນ ທີ່ເຮັດໃຫ້ລູກບອນໝຸນໄປຄຸນລະແນວກັບທິດທາງເດີນຂອງແຮກເກັທຫຼືໝຸນທາງຂ້າງ (ໝຸນເໝືອນລູກຂ້າງ) ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ລູກບອນລອຍໂຕ້ງອອກຂ້າງ

ການຕີສປິນແບບອື່ນ ໆ ກໍ່ມີ ເຊັ່ນ ອເມຣິກັນ ຫວິສ໌ ເສີຣ໌ຟ (American Twist serve) ເຊິ່ງເປັນການສປິນທີ່ເອົາຫົວປັດສປິນຮວມກັບໄຊດ໌ສປິນ (ດູຮາຍລະເຍີຍຕຈາກຕໍາຮາເທນນິສ 1)

ຫລັກປຸກປັດສຳຫລັບການຕີສປິນ

ເຈັທ ເມອຣ໌ຟີ (Chet Murphy) ແລະ ບິລ ເມອຣ໌ຟີ¹ (Bill Murphy) ກ່າວວ່າ ມີຫລັກຄວາມຈິງທີ່ຕ້ອງຄຳນຶງໃນການຕີສປິນ ຢູ່ຫລາຍປະການ ຄື

1. ສະໜິດແລະການໝຸນຂອງລູກບອນເມື່ອຕີຫົວປັດສປິນຂຶ້ນຢູ່ກັບ
 - ກ. ແນວຂອງການເວີຍແຮກເກັທແລະການເວີຍແຮກເກັທ
 - ຂ. ຄວາມແຮງຂອງການເວີຍແຮກເກັທ
2. ຖ້າມືອັດປະກອບອື່ນເໝືອນກັນ ການຕີໃຫ້ລູກບອນໝຸນຫລາຍເຮັດໃຫ້ຄວາມໄວຂອງລູກລຸດລົງ
3. ລູກບອນທີ່ໝຸນມີແນວໂນ້ມວ່າຈະລອຍເປັນວິທີໂຄ້ງໄປຍັງພື້ນສະໜາມທີ່ຢູ່ເບື້ອງໜ້າ
4. ຕີຫົວປັດສປິນເຮັດໃຫ້ລູກບອນກະຕອນຂຶ້ນຈາກພື້ນໄວກວ່າແລະສູງກວ່າ ສ່ວນແບັດສປິນເຮັດໃຫ້ລູກບອນກະຕອນຕໍ່າກວ່າ ຖ້າຕີລູກບອນສະໜິດກຳລັງຕຸກລົງ ແລະຈະກະຕອນສູງກວ່າແລະຂ້າກວ່າ ຖ້າຕີລູກບອນສະໜິດທີ່ກະຕອນເຖິງຈຸດສູງສຸດວິທີຂອງລູກໂຄ້ງ
5. ການຕີສປິນແຮງເຮັດໃຫ້ລູກບອນເບນຂຶ້ນບຸນໜີແຮກເກັທຂອງຜູ້ຕົວລະເຍີຍ ຖ້າຕີຊັອບ (chop) ແຮງ ໆ ມີແນວໂນ້ມວ່າລູກບອນຈະເບນລຸ່ມລ່າງ ສ່ວນຜູ້ຕົວລະເຍີຍສາມາດປ້ອງກັນລູກນີ້ໄດ້ໂດຍການຕີດ້ວຍຄວາມມັ້ນຄົງ ຄືຈັບແຮກເກັທໃຫ້ແໜ້ນເພື່ອໃຫ້ຄວາມແຮງຂອງການເວີຍແຮກເກັທມີຜົນຕໍ່ລູກບອນຫລາຍທີ່ສຸດ

¹Chet Murphy, and Bill Murphy, *Tennis for the Player Teacher and coach* (Philadelphia, London, Toronto : W.B. Saunders Company, 1975) p.29.

การตบ (Over Head Smash)

การตบ เป็นอาวุธสำคัญของเทนนิส เพราะสามารถตีได้แรงและลูกบอลกระดอนขึ้นสูงกว่าการตีอย่างอื่น ๆ สิ่งแรกที่ท่านต้องทราบตั้งแต่ต้นเกี่ยวกับการตบคือสิ่งสำคัญที่สุด คือความแน่นอน ท่านที่จะขึ้นไปเล่นวอลเลย์ต้องสามารถตบลูกได้แน่นอน ท่านต้องมีหลังคาไว้ป้องกันน้ำฝน ฉนั้นใด มีตบไว้ป้องกันล็อบ (Lob) ฉนั้นนั้น

วิธีตบเหมือนกับการเสิร์ฟแบบแฟลท (Flat serve) มากที่สุด เป็นต้นว่า การจับแรคเกต (Grip) การยืน (Stance) และกลไกการตี (Hitting motion) ส่วนที่แตกต่างออกไปและสำคัญคือ การเหวี่ยงแรคเกตไปหลัง (Back swing) จะตรงและสั้นกว่า ผู้เล่นฝีมือดี ๆ จะไม่ปล่อยแรคเกตตกลงเลยปลายเท้าไป เมื่อเริ่มเหวี่ยง (Swing) แต่เขาจะเหวี่ยงขึ้นสูงไปหลังเลย อาจสูงระดับเอวหรือระดับไหล่ การเหวี่ยงแรคเกตไปหลังตรง ๆ และสั้นกว่าอย่างนี้ช่วยให้บังคับแรคเกตได้ดีกว่า การบังคับการเหวี่ยงแรคเกตที่ดีเยี่ยมนั้น ผู้ตีต้องให้การเคลื่อนไหวตะโพก ไหล่ แขน ข้อศอก และข้อมือ กระชับแน่น ไม่ผ่อนคลาย



ข

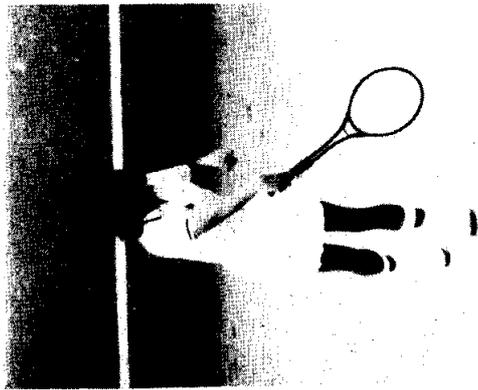


ก

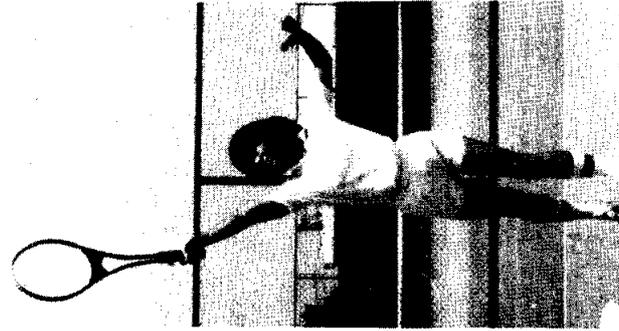
ภาพที่ 8 การตบ

ก. เตรียมพร้อม

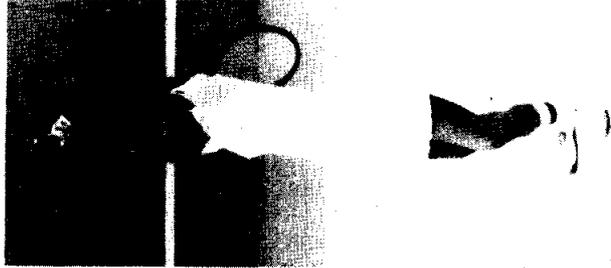
ข. เริ่มเหวี่ยงแรคเกตไปหลัง



ฉ



จ



ง



ค

ภาพที่ 8 การตบ (ต่อ)

- ค. แรคเก็ตเริ่มชี้ไปหลัง
- ง. แรคเก็ตชี้ลงหลัง เตรียมตบ
- จ. จุดปะทะลูกบอล (ตี)
- ฉ. ชี้อแรคเก็ตตามลูกบอล

จงเหวี่ยงแรคเก็ตไปหลังในช่วงสั้น ๆ ขณะที่เคลื่อนเข้าไปอยู่ในตำแหน่งของการตบที่ดี ถ้าฝ่ายตรงข้ามลืบบมาสั้น และจุดที่อยู่ข้างหน้า ให้บิดลำตัวไปทางขวา พร้อมกับก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้า เคลื่อนตัวเข้าหาลูกบอล ขณะที่เคลื่อนไปนั้น เท้าซ้ายเป็นทำนำ และหากฝ่ายตรงข้ามลืบบมา ลึก คือลูกบอลไปตกบริเวณเบสไลน์ ก็ให้บิดลำตัวและเคลื่อนไปยังเบสไลน์ โดยให้เท้าขวาเป็นทำ นำ ด้วยการท่าเช่นนี้ทำให้พร้อมอยู่ในท่าเตรียมพร้อมที่จะตบอยู่เสมอ พยายามฝึกเคลื่อนเข้าหา ลูกบอลหรือรอตีในท่าเงี้ยวแรคเก็ตอยู่ข้างหลัง หัวแรคเก็ตชี้ขึ้นไปทางซ้ายผู้ตี (ดูภาพที่ 8 ค.) การตีจะเริ่มจากจุดนี้ ดังนี้ สดหัวแรคเก็ตลงข้างหลัง (ดูภาพที่ 8 ง.) อย่างเร็วแล้วจะวัดขึ้นตี ลูกบอล (ดูภาพที่ 8 จ.) ไปด้วยความแรง

ผู้เล่นที่อยู่หน้าเน็ต (Net man) มักถอยหลังไปตบไม่ทันอยู่เสมอ ๆ บางครั้งจึงต้องกระโดด ตบ การกระโดดตบจำเป็นต้องอาศัยการถ่วงน้ำหนักตัวที่ถูกต้องและมีจังหวะดี ผู้ตบต้องกระโดด ขึ้นโดยกระโดดถอยหลังเล็กน้อย ใช้น้ำเท้าขวาเป็นเท้ากระโดด (Take off) และลงสู่พื้นด้วยเท้าซ้าย ก่อน เหวี่ยงแรคเก็ตและตีลูกขณะตัวลอยอยู่ในอากาศ บางครั้งอาจต้องถอยหลังก่อนสักสอง หรือสามก้าวก่อนกระโดด

ลูกลืบบที่สูงมาก ๆ ทำให้เราตัดสินใจไม่ค่อยถูก หากจะให้ง่ายขึ้นควรปล่อยให้ลูกตก พื้นก่อนจึงเล่น และปกติลูกลืบบมาสูงมาก ๆ มักลงสู่พื้นเกือบเป็นแนวตรง และกระดอนขึ้นเกือบ เป็นแนวตรงเช่นกัน ด้วยเหตุนี้จึงสามารถถอยหลังไปเล่นลูกนี้ได้ไม่ยากนัก

ดังได้กล่าวแล้วว่า การตบเหมือนกับเซฟแบบแฟลทมากที่สุด การตบแบบสไลซ์หรือสปิน เป็นสิ่งที่ไม่ควรพยายามทำอย่างยิ่ง เพราะไม่จำเป็นและเป็นอันตรายต่อผู้ตบเองมาก ฉะนั้น ต้องให้แน่ใจว่าเมื่อตบทุกครั้ง ให้น้ำเท้าแรคเก็ตผ่านลูกไปตรง ๆ

การตบแบ็คแฮนด์ (Backhand smash)

การตบด้านแบ็คแฮนด์ยากมาก และไม่ค่อยแน่นอนเหมือนตบด้านโฟร์แฮนด์ ถ้ามีทางเลือก ต้องพยายามตบทางด้านโฟร์แฮนด์เสมอ แต่หากถูกบังคับให้ตบด้วยลูกแบ็คแฮนด์ ผู้ตบต้อง สามารถบิดไหล่ขวาไปทางซ้ายได้คล่องแคล่วดี เพราะการทำเช่นนี้จะช่วยให้สามารถเงี้ยว แรคเก็ตและตีได้สะดวกขึ้น ความยากของการตบด้านแบ็คแฮนด์อีกประการหนึ่ง คือความแรง ของการตบ (Power) ฉะนั้น การตบด้านแบ็คแฮนด์ควรเน้นที่การตีลูกบอลไปยังจุดที่ฝ่ายตรงข้าม ตีตอบโต้ลูกนั้นมาได้ยาก

หลักการสำคัญของการคบ คือ

1. คบด้วยความเชื่อมั่นและแน่นอน
2. เข้าไปอยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้องเสียก่อนเสมอ
3. คบอย่างรุนแรงด้วยการทรงตัวและชี้เรคเก็ทตามลูก (Follow Through) ที่ดี
4. ต้องฝึกมาก ๆ