

กีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต



แบดมินตัน



เพื่อเตรียมความพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน

ปลูกจิตสำนึกการออกกำลังกาย ลดภัยจากยาเสพติด

ส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน และสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ทุกปัญหาสามารถแก้ไขได้
ถ้าคนในชาติมีวินัย



กีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต

แบดมินตัน

เพื่อเตรียมความพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน
ปลูกจิตสำนึกการออกกำลังกาย ลดภัยจากยาเสพติด
ส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน
และสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ผู้เขียน : อภิชาติ อ่อนสร้อย และปรีชา ศิริรัตน์ไพบูลย์
ชื่อเรื่อง : แด่ผืนดิน
จำนวนหน้า : 134 หน้า
ISBN : 978-616-7952-13-0
พิมพ์ครั้งที่ 2 : พฤศจิกายน 2557
จำนวนที่พิมพ์ : 5,000 เล่ม
พิมพ์ที่ : บริษัท เต็มรักการพิมพ์ จำกัด
44 หมู่ 6 ตำบลบางคูรัด อำเภอบางบัวทอง
จังหวัดนนทบุรี 11110
โทร. 0 2159 8644 โทรสาร 0 2159 8645
จัดพิมพ์โดย : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ศูนย์พัฒนาทักษะการทำงาน
314 อัสวพิเชษฐ์ 10 ถนนกาญจนาภิเษก
แขวงฉิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170
โทร. 0 2884 2429 โทรสาร 0 2884 2429
จัดจำหน่ายโดย : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ศูนย์พัฒนาทักษะการทำงาน
314 อัสวพิเชษฐ์ 10 ถนนกาญจนาภิเษก
แขวงฉิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170
โทร. 0 2884 2429 โทรสาร 0 2884 2429
ออกแบบปก : อภิชาติ อ่อนสร้อย
ลิขสิทธิ์ : อภิชาติ อ่อนสร้อย และปรีชา ศิริรัตน์ไพบูลย์
ราคา : 180 บาท

ก็พามีความสำคัญอย่างยิ่ง
สำหรับชีวิตของแต่ละคน
และชีวิตของบ้านเมือง

พระราชดำรัส พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

พระราชทานแก่เชิญองค์พระเทพโมลีในหลวงในอันที่พำเนียงชีวิต วันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๓๑

پایพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ประดิษฐาน ณ หน้าอาคารรัฐสภา ๒ กรุงเทพมหานคร

คำนำ

แบดมินตันเป็นกีฬาอดฮิตประเภทหนึ่ง ที่เด็ก เยาวชน และประชาชนนิยมเล่นกันทั่วทุกภูมิภาคของโลก ซึ่งรวมทั้งประเทศไทย ที่เด็ก เยาวชน และประชาชน ให้ความสนใจในการเล่นแบดมินตันไม่น้อยไปกว่าประเทศใดในโลกและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นโดยลำดับ รวมทั้งยังเป็นชนิดกีฬาที่ประชาชนให้ความสนใจในการติดตามชมเกมการแข่งขันไม่แพ้กีฬาอดนิยมนประเภทอื่นๆ ปัจจุบัน แบดมินตันเป็นกีฬาสาขาลชนิดหนึ่ง ที่มีรายการแข่งขันทั้งแบบสมัครเล่นและแบบอาชีพกระจายไปทั่วโลก ส่งผลให้แบดมินตันเป็นชนิดกีฬาที่ได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนจากเกือบทุกประเทศ สำหรับประเทศไทย ได้จัดแบดมินตันอยู่ในแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติอย่างครอบคลุม ทั้งในด้านสุขภาพ นันทนาการ ความเป็นเลิศในการแข่งขัน และการแข่งขันเพื่อการอาชีพ อีกทั้งยังเป็นชนิดกีฬาหนึ่งที่สมาคมแบดมินตันแห่งประเทศไทย ได้ลงนามบันทึกความเข้าใจ หรือ MOU กับการกีฬาแห่งประเทศไทย เพื่อผลักดันให้แบดมินตันไปสู่กีฬาอาชีพอย่างเต็มตัว ในอนาคต กีฬาแบดมินตันในประเทศไทย จึงดูสดใสและมีแนวโน้มจะได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นเป็นทวีคูณ

ดังนั้น การจัดทำหนังสือ แบดมินตัน ... กีฬาเพื่อการเรียนรู้ และพัฒนาคุณภาพชีวิต เล่มนี้ จึงสอดคล้องกับเป้าหมายและแนวทางในการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผ่านเครื่องมือทางการกีฬา และสอดคล้องกับแนวคิดกีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมประชากรสู่ประชาคมอาเซียน ปลูกจิตสำนึกการออกกำลังกาย ลดภัยจากยาเสพติด ส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน และสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืนต่อไป

badminton



กีฬาสร้างคน คนสร้างชาติ

หนังสือชุดกีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นหนังสือชุดกีฬาซึ่งประกอบด้วยหนังสือกีฬา 15 ชนิดกีฬา 15 ทักษะ 15 เล่ม จัดทำขึ้นเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมให้เด็ก เยาวชน และประชาชน ในประเทศ โดยเฉพาะเด็ก และเยาวชน ที่กำลังอยู่ในวัยศึกษา ได้เรียนรู้ และฝึกฝนทักษะการเล่นกีฬาได้อย่างถูกต้อง ซึ่งจะ เป็นพื้นฐานในการพัฒนาและส่งเสริมการเล่นกีฬาของเด็กและเยาวชน ให้สามารถก้าวไปสู่ความเป็นเลิศในการแข่งขันทั้งแบบสมัครเล่นและแบบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งเพื่อใช้กีฬาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชากรอย่างครบวงจร ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และความรับผิดชอบ เป็นการเตรียมความพร้อมบุคลากรของประเทศ เข้าสู่ประชาคมอาเซียนในปลายปี 2558 (2015)

การเล่นกีฬาประจำ จะเสริมสร้างให้เด็ก เยาวชน และประชาชน มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บที่สำคัญ ไม่ต่ำกว่า 10 โรค เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคหัวใจ โรคเบาหวาน และโรคไขมันในเส้นเลือด เป็นต้น และห่างไกลจากยาเสพติด และอบายมุขนอกจากนี้ กีฬายังจะปลูกฝังให้เด็ก เยาวชน และประชาชน มีสุขภาพจิตใจที่สมบูรณ์ เข้มแข็ง หนักแน่น อดทน และมีความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ รวมทั้งยังช่วยเสริมสร้างให้เด็ก เยาวชน และประชาชน มีความตระหนัก ในการปฏิบัติตามกฎ กติกา และกฎหมาย ของบ้านเมือง รวมทั้ง มีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้-ชนะ และรู้อภัย



ปัจจุบัน กิจกรรมการเล่นกีฬาและการแข่งขันกีฬาเป็นที่นิยม และได้รับการสนับสนุนของประเทศต่าง ๆ รวมทั้งประเทศไทย ไปทั่วโลก ในแต่ละปีจะมีรายการแข่งขันกีฬาทั้งแบบสมัครเล่นและแบบอาชีพ เป็นจำนวนมาก เด็กและเยาวชน หรือผู้ที่มีทักษะในการเล่นกีฬา สามารถที่จะพัฒนา ฝึกฝน และเพิ่มทักษะ และความสามารถในการเล่นกีฬา เพื่อพัฒนาต่อไปสู่ความเป็นเลิศในการแข่งขันได้อย่างไม่มีขีดจำกัด การเล่นกีฬาเพื่อก้าวไปสู่ความเป็นเลิศในการแข่งขัน นำมาซึ่งชื่อเสียงและเกียรติยศให้กับตัวนักกีฬา ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน สังคม และประเทศชาติอย่างกว้างขวาง และเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับเด็กและเยาวชนในการที่จะออกมาเล่นกีฬาเพื่อสานความฝันให้เป็นจริง และกีฬายังสามารถยึดเป็นอาชีพที่มั่นคง สามารถสร้างฐานะทางสังคมและรายได้ให้กับครอบครัวนักกีฬาได้เป็นอย่างมาก ถือเป็นอาชีพที่ทำหาย และสร้างกำไรชีวิตให้กับนักกีฬาอย่างไม่เป็นรองอาชีพใดในโลก

นอกจากนี้ กีฬายังจัดเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพสูงที่สุดในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาศักยภาพประชากรของประเทศได้อย่างมีคุณภาพและอย่างครบวงจร ทั้งด้านสุขภาพร่างกาย จิตใจ และความรับผิดชอบ ถือเป็นเครื่องมือสำคัญประการหนึ่งในการเตรียมความพร้อมประชากรของประเทศเข้าสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน ในปี 2558 อีกด้วย

ดร.สุชาติ วงศ์สุวรรณ
ที่ปรึกษาด้านพัฒนากระบวนการเรียนรู้
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน



แบดมินตัน...กีฬาเพื่อการเรียนรู้ และพัฒนาคุณภาพชีวิต

กีฬาแม้จะเป็นคำสั้นๆ แต่มีคุณค่าและประโยชน์ต่อประชาชน สังคมและประเทศชาติอย่างลึกซึ้ง จนไม่สามารถที่จะประเมินเป็นจำนวนเงินได้ โดยเฉพาะการพัฒนาคุณภาพชีวิต กีฬาก็คือเป็นเครื่องมือที่สำคัญยิ่งที่จะช่วยเสริมสร้างให้ชีวิตมีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับเป้าหมายของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 ที่มุ่งพัฒนาคุณภาพคนอย่างครบวงจรและต่อเนื่อง และพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ 2542 ที่กำหนดให้กระบวนการเรียนรู้ ไม่เพียงเฉพาะเรียนรู้อยู่ภายในสถานการศึกษาหรือในโรงเรียนเท่านั้น แต่เป็นการศึกษาตลอดชีวิต เพื่อสนองตอบต่อแนวคิดกระบวนการพัฒนาคนอย่างรอบด้าน ที่มุ่งการพัฒนาคนให้เป็นผู้ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม ซึ่งถือเป็นการเตรียมพัฒนาคุณภาพประชากรของประเทศชาติ ให้มีศักยภาพและคุณภาพในการแข่งขัน เพื่อให้สอดคล้องกับการเกิดขึ้นของประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน ในปี 2558 ซึ่งการเกิดขึ้นของประชาคมอาเซียน จะทำให้มีการแข่งขันในด้านต่างๆ ในภูมิภาคอาเซียนอย่างเข้มข้น โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ การค้า และการลงทุน ที่มีผลต่อการพัฒนาศักยภาพของประเทศโดยรวม

โดยแท้จริงแล้ว การเล่นกีฬานั้น เปรียบเสมือนกับสถานการณ์ที่จำลองมาจากชีวิตจริง ที่มีทั้งความสมหวัง ผิดหวัง มีทั้งชัยชนะ และความพ่ายแพ้ ในขณะเดียวกัน เกมกีฬาจะมีกระบวนการวางแผนการเล่น



อย่างสุขุมรอบคอบ เพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะ ถ้าประสบความสำเร็จแพ้ ก็จะต้องลุกขึ้นมาวางแผนการต่อสู้ใหม่ ชีวิตก็เช่นเดียวกัน มีทั้งความ ผิดหวัง สมหวัง ทุกข์ สุขและปัญหาอุปสรรค ซึ่งหากชีวิตมีการวางแผน ที่ดีเช่นเกมการเล่นกีฬาแล้ว ก็จะทำให้การดำเนินชีวิตประสบความสำเร็จ สมหวังมากกว่าผิดหวัง การเล่นกีฬามีกฎกติกาเป็นกรอบในการเล่น ให้เกิดความเรียบร้อย ฉันทใด การใช้ชีวิตในสังคมก็มีกฎกติกาของบ้าน เมืองเป็นกรอบในการดำรงชีวิตให้มีความสุขสงบสุข ฉันทนั้น

ที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้น การสัมผัสและคุ้นเคยกับการเล่นกีฬา จะเป็นการปลูกฝังและซึมซับกับคุณธรรมนักกีฬา คือ การเป็นผู้รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักให้อภัย ซึ่งหากประชาชนในชาติ รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักให้อภัยซึ่งกันและกันอย่างนักกีฬาแล้ว ก็จะช่วยเสริมสร้าง ให้สมาชิกของสังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีปัญหาอุปสรรคเกิดขึ้น ก็จะไม่ใช้ความรุนแรงและความรู้สึกส่วนตัวตัดสิน แต่จะร่วมกัน แก้ไขอย่างถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกันและกันอย่างมีเหตุผล นอกจากนี้ กีฬายังช่วยให้ชีวิตซึมซับกับการไม่เอาัดเอาเปรียบซึ่งกันและกัน ปฏิบัติตามกฎกติกาของสังคมและบ้านเมือง ยอมรับเสียดายบ้าง ไม่ว่าผลจะออกมาในทางลบหรือทางบวกก็ตาม

ดังนั้น กีฬาก็มีความสำคัญยิ่งต่อการสร้างสรรค์สังคมและ ประเทศชาติให้มีความสุขและร่มเย็น สมดังพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เมื่อครั้งที่พระราชทานเพื่อเชิญลงพิมพ์ ในหนังสือ เนื่องในวันกีฬาแห่งชาติ เมื่อวันที่ 16 ธันวาคม 2531 ความตอนหนึ่งว่า

...กีฬามีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับชีวิตของแต่ละคนและ ชีวิตของบ้านเมือง...

badminton





โครงการกีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นผลมาจากการศึกษาวิจัยอย่างเป็นระบบและรอบด้าน เพื่อนำกีฬาเป็นเครื่องมือในการประยุกต์ใช้กับการแก้ไขปัญหาของสังคมและประเทศชาติอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งสอดคล้องกับรายงานผลการพิจารณาศึกษาของคณะกรรมการการกีฬา วุฒิสภา ที่เชื่อว่ากีฬาสามารถแก้ไขปัญหาชาติได้ทุกมิติ ดังนั้น เพื่อให้กีฬาเป็นเครื่องมือในการแก้ไขปัญหาชาติ และพัฒนาคุณภาพชีวิตประชากรของประเทศได้อย่างแท้จริง ทีมงานผู้ศึกษาและวิจัย จึงได้ร่วมกันเสนอแนวคิด **“กีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต”** ผ่านเครื่องมือทางกีฬา 15 ชนิดกีฬา เพื่อร่วมกันผลักดันแนวคิดกีฬาแก้ไขปัญหาชาติได้ในทุกมิติ ให้ไปสู่ผลในทางปฏิบัติได้อย่างจริงจังและเป็นรูปธรรม โดยมุ่งหวังให้กีฬาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างครบวงจรและรอบด้าน ทั้งด้านร่างกาย คือ มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และด้านจิตใจ มีสภาพจิตใจที่หนักแน่น อดกลั้นและอดทน มีเหตุผล สามารถควบคุมอารมณ์ได้ โดยไม่ปล่อยให้เป็นไปตามอารมณ์ความรู้สึก โกรธ หรือความชอบ ไม่ชอบ หรือตามกระแส ชักจูงจากอารยธรรมต่างประเทศ มีความรับผิดชอบ และไม่เห็นแก่ตัว รวมทั้งมีจิตสำนึกที่ตระหนักถึงการรักษามรดกประเพณีอันสืบทอดของสังคมและประเทศชาติร่วมกัน เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็ง และความมั่นคงให้เกิดขึ้นกับประเทศอย่างยั่งยืนต่อไป

ทีมงานผู้ศึกษาและวิจัย ได้พิจารณาเลือกชนิดกีฬาที่เห็นว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้องกับสังคมและวัฒนธรรมไทย จำนวน 15 ชนิดกีฬา เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยทั้ง 15 ชนิดกีฬา เป็นกีฬาที่อยู่ในแผนพัฒนาและส่งเสริมกีฬา

ของชาติ แผนพัฒนาและส่งเสริมกีฬาอาชีพ และเป็นชนิดกีฬาที่การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ลงนามบันทึกความเข้าใจ (เอ็มโอยู) กับสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 15 ชนิดกีฬา คือ (1) มวยไทย (2) ฟุตบอล (3) เทเบิลเทนนิส (4) แบดมินตัน (5) สกุกเกอร์ (6) กอล์ฟ (7) โบว์ลิ่ง (8) ตะกร้อ (9) เทนนิส (10) วอลเลย์บอล (11) วាយน้ำ (12) บาสเกตบอล (13) กรีฑา (14) เทควันโด และ (15) กีฬาพื้นบ้าน

แบดมินตันเป็นกีฬาอดนิยมนชนิดหนึ่งของประเทศไทย ที่เด็กเยาวชน และประชาชนนิยมเล่นกันอย่างกว้างขวาง และจัดเป็นกีฬาที่มีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพร่างกาย และเสริมสร้างสุขภาพจิตใจ ทั้งในด้านการปลูกฝังคุณธรรมกีฬา คือ การมีระเบียบวินัย การรู้แพ้รู้ชนะ และด้านการสร้างนันทนาการ และความสนุกสนานเพลิดเพลินให้กับสังคม นอกจากนี้ แบดมินตัน ยังเป็นชนิดกีฬาในลำดับต้นๆ ที่เด็กและเยาวชนของประเทศเลือกเล่นเพื่อก้าวไปสู่ความเป็นเลิศในการแข่งขัน ดังจะเห็นได้จากจำนวนเด็กและเยาวชนที่เล่นกีฬาแบดมินตันเพิ่มมากขึ้นโดยลำดับ และเริ่มประสบความสำเร็จให้สังคมและประเทศชาติได้ภาคภูมิใจ เช่น รัชนก อินทนนท์ นักแบดมินตันหญิง วัยเพียง 16 ปี แต่สามารถครองตำแหน่งแชมป์เยาวชนแบดมินตันเยาวชนโลกติดต่อกัน 3 ปีซ้อน และด้วยวัยเพียง 15 ปี รัชนก สามารถครองตำแหน่งแชมป์เยาวชนกรังด์ปรีซ์โลกถึง 2 ตำแหน่ง คือ เวียดนาม อินโดนีเซีย และปลายปี 2554คว้าเหรียญทองประเภททีมหญิง และเหรียญทองแดงประเภทหญิงเดี่ยวกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 26 ที่อินโดนีเซีย หรือรายการแข่งขันแบดมินตัน Singapore Youth International 2011 ที่สิงคโปร์ ซึ่งมีจำนวนประเทศที่เข้าร่วมการแข่งขัน 13 ชาติ ปรากฏว่าทีมนักแบดมินตันเยาวชนไทยได้รับความสำเร็จอย่างยอดเยี่ยม โดย

badminton



ได้เข้ารอบชิงชนะเลิศถึง 8 รุ่น และสามารถครองแชมป์ได้ถึง 6 รุ่น ซึ่งมากกว่าชาติใดๆ ที่เข้าร่วมการแข่งขันครั้งนี้ ดังนั้น แบดมินตัน จึงเป็นกีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต และมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพและศักยภาพประชากรที่ครบวงจร จัดเป็นกีฬานานาชาติที่เป็นเครื่องมือในการแก้ไขปัญหาชาติได้ทุกมิติ และยังเป็นชนิดกีฬาที่มีส่วนในการพัฒนาคุณภาพประชากร เพื่อเตรียมความพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน ปลูกจิตสำนึกการออกกำลังกาย ลดภัยจากยาเสพติด ส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน และสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นพื้นฐานในการพัฒนาประเทศให้เข้มแข็ง สามารถแข่งขันกับประเทศต่างๆ ในโลกนี้ ได้อย่างมีศักดิ์ศรี

ด้วยความปรารถนาดี
ผู้เรียบเรียง

badminton



สารบัญ

คำนำ	1
กีฬาสร้างคน คนสร้างชาติ.....	2
1. บทนำ กีฬา...เครื่องมือในการแก้ไขปัญหาชาติ.....	11
2. ประวัติความเป็นมากีฬาแบดมินตัน.....	19
3. แบดมินตันในประเทศไทย.....	27
4. เส้นทางสู่บัลลังก์แชมป์.....	39
5. ประเภทการแข่งขันกีฬาแบดมินตัน.....	55
6. วัฒนธรรมในการแข่งขันและชมกีฬาแบดมินตัน.....	75
7. ทักษะเบื้องต้นในการเล่นแบดมินตัน.....	87
8. อุปกรณ์กีฬาแบดมินตัน.....	95
9. กฎและกติกากีฬาแบดมินตัน.....	113

badminton



badminton



1

บทนำ กีฬา...เครื่องมือในการ แก้ไขปัญหาราชาชาติ





กีฬา...กิจกรรมที่เป็นวิถีชีวิต

กีฬา เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นและอยู่คู่กับประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติมาโดยตลอด และถือเป็นกิจกรรมหนึ่งที่สามารถสร้างนันทนาการและความสนุกสนานรื่นเริงให้กับสังคมมาโดยตลอด ดังนั้น กีฬาก็เป็นกิจกรรมส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตแห่งมนุษยชาติที่จะขาดเสียไม่ได้ โดยกีฬาได้พัฒนาผ่านยุคต่างๆ มาพร้อมกับมนุษยชาติอย่างไม่ขาดช่วง แม้ในยุคเทคโนโลยีข้อมูลข่าวสารในปัจจุบัน กีฬาก็สามารถพัฒนาและปรับตัวเข้าสู่ยุคไอที หรือยุคแห่งความทันสมัย พร้อมกับมวลมนุษยชาติได้อย่างกลมกลืน จะเห็นได้ว่ามนุษยชาติมีการพัฒนาและใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการพัฒนาสิ่งรอบข้างเช่นไร กีฬาก็มีการพัฒนาและใช้เครื่องมือเทคโนโลยีสมัยใหม่ เข้ามาช่วยพัฒนาการกีฬาด้วยเช่นกัน เช่น วิทยาศาสตร์การกีฬา ปัจจุบันถือว่ามียุคทองอย่างมากในการเพิ่มศักยภาพนักกีฬา ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากีฬาเป็นกิจกรรมที่มีการพัฒนาควบคู่กับมนุษยชาติมาโดยตลอด และเป็นกิจกรรมที่อยู่เคียงข้างมนุษย์ ทำหน้าที่ในการเสริมสร้างนันทนาการและความบันเทิงใจให้กับมนุษยชาติอย่างต่อเนื่อง ในอดีตกิจกรรมกีฬามีความสำคัญและเป็นเครื่องมือในการสร้างนันทนาการและความสนุกสนานเพลิดเพลินให้กับมนุษย์เช่นไร ในปัจจุบันกีฬาก็ยังมีความสำคัญต่อการสร้างความสุขให้กับมวลมนุษยชาติเช่นนั้น กิจกรรมกีฬาก็เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตที่ไม่สามารถแยกออกจากมวลมนุษยย์ได้

หันมามองด้านประวัติศาสตร์ชาติไทย พบว่าประชาชนชาวไทยนิยมเล่นกีฬามาตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัย ที่เรียกว่ากีฬาพื้นบ้าน โดยการเล่นกีฬาพื้นบ้านไทย มีได้มุ่งเน้นเพื่อการชนะหรือเพื่อความบันเทิงในการแข่งขันดังเช่นกีฬาทั่วไป แต่เล่นเพื่อเสริมสร้างความสนุกสนาน สามัคคี และเข้าใจอันดีต่อกัน แม้จะมีลักษณะเป็นการแข่งขัน แต่รูปลักษณะ

ผู้เล่นเองและเกิดประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติอย่างกว้างขวาง กีฬาจึงมีบทบาททั้งในด้านการสร้างความบันเทิง และนันทนาการให้กับผู้เล่นและผู้ชม ทั้งด้านส่งเสริมให้ผู้เล่นมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง โรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียนได้โดยยาก ทั้งด้านการปลูกฝังและซึมซับหลักความดีที่ซ่อนมากับเกมส์กีฬา ให้กับผู้เล่นกีฬาและผู้ดูกีฬา เช่น ทำให้รู้จักคิด รู้จักวางแผน เพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะ ให้ความเคารพ และปฏิบัติตามกฎ กติกาของบ้านเมือง ดังนั้น การเล่นกีฬาจึงเปรียบเสมือนกับการจำลอง ชีวิตจริงดังกล่าวข้างต้น กฎกติกาของการเล่นกีฬา จึงเป็นเหมือนกับ กฎระเบียบของสังคมและประเทศชาติ นอกจากนี้ การเล่นกีฬาประจำ หรือผู้ที่คลุกคลีกับการเล่นกีฬา หรือดูกีฬาในฐานะกองเชียร์ จะคุ้นเคยกับคุณสมบัติของนักกีฬา คือการมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ และ ยอมรับผลที่เกิดขึ้น ซึ่งคุณธรรมกีฬาดังกล่าวนี้นี้ หากมีอยู่ในสังคมหรือ ประเทศใด สังคมและประเทศนั้น ย่อมเสริมสร้างและสร้างสรรค์ให้ สมาชิกหรือประชากรของสังคมหรือประเทศนั้นมีระเบียบวินัย เคารพ และปฏิบัติตามกฎกติกาของบ้านเมือง มีน้ำใจนักกีฬารู้จักแพ้-ชนะ และ ยอมรับผลการแข่งขันที่เกิดขึ้นด้วยสปิริตนักกีฬา

นอกจากนี้ กีฬายังมีบทบาทในการสร้างสรรค์สังคม ในฐานะที่เป็นกิจกรรมที่ทำหน้าที่เป็นสื่อกลางในการสร้างเสริมความรัก ความสามัคคี และความเข้าใจอันดีระหว่างชุมชน สังคม หน่วยงาน สถาบัน และองค์กรต่างๆ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยในระดับชุมชน และสังคมกิจกรรมกีฬาเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมให้สมาชิกได้มี โอกาสรวมตัวกันเพื่อกระทำกิจกรรมร่วมกัน โดยมีเกมส์กีฬาเป็นสื่อ ในระดับหน่วยงาน สถาบันและองค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนก็เช่น เดียวกัน กิจกรรมกีฬาจะช่วยเสริมสร้างให้เกิดกระบวนการทำงานร่วมกัน แลกเปลี่ยนความรู้ร่วมกัน และมีการติดต่อสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ ร่วมกัน ทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้ความสามารถร่วมกัน และยิ่งก่อให้เกิดการซึมซับสิ่งที่มีคุณค่า