

กีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต



กีฬาพื้นบ้านไทย



เพื่อเตรียมความพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน

ปลูกจิตสำนึกการออกกำลังกาย ลดภัยจากยาเสพติด

ส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน และสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ทุกปัญหาสามารถแก้ไขได้
ถ้าคนในชาติมีวินัย



กีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต

กีฬาพื้นบ้าน

เพื่อเตรียมความพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน
ปลูกจิตสำนึกการออกกำลังกาย ลดภัยจากยาเสพติด
ส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน
และสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ผู้เขียน : อภิชาติ อ่อนสร้อย และปรีชา ศิริรัตน์ไพบุลย์
ชื่อเรื่อง : กีฬาพื้นบ้านไทย
จำนวนหน้า : 126 หน้า
ISBN : 978-616-7952-10-9
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 อัสวีเชษฐ 10 ถนนกาญจนาภิเษก
แขวงฉิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170
โทร. 0 2884 2429 โทรสาร 0 2884 2429
จัดจำหน่ายโดย : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ศูนย์พัฒนาทักษะการทำงาน
314 อัสวีเชษฐ 10 ถนนกาญจนาภิเษก
แขวงฉิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170
โทร. 0 2884 2429 โทรสาร 0 2884 2429
ออกแบบปก : อภิชาติ อ่อนสร้อย
ลิขสิทธิ์ : อภิชาติ อ่อนสร้อย และปรีชา ศิริรัตน์ไพบุลย์
ราคา : 180 บาท

ก็ฟ้ามีความสำคัญอย่างยิ่ง
สำหรับชีวิตของแต่ละคน
และชีวิตของบ้านเมือง

พระราชดำรัส พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

พระราชทานแก่เด็กและเยาวชนในหนังสือส่องใจส่องใจในวโรกาสแห่งชาติ วันที่ ๑๒ ธันวาคม ๒๕๓๑

ป้ายพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ประดิษฐาน ณ หน้าอาคารรัฐสภา ๒ กรุงเทพมหานคร

คำนำ

กีฬาพื้นบ้านไทย หรือกีฬาพื้นเมืองไทย ถือว่าเป็นมรดกมรดกทางวัฒนธรรมอันงดงามของชาติ ที่บ่งบอกถึงความเป็นเอกลักษณ์เอกราช และสะท้อนถึงศิลปวัฒนธรรมไทยอันทรงคุณค่ายิ่ง ที่บรรพชนไทยได้สืบสานสู่ลูกหลานอย่างต่อเนื่อง ถึงแม้กระแสเทคโนโลยีสมัยใหม่จะเข้ามามีบทบาทต่อวิถีชีวิตประจำวันมากขึ้น การรู้จักนำเทคโนโลยีเข้ามาใช้ในวิถีชีวิตประจำวันเป็นเรื่องจำเป็น เป็นสิ่งที่ดีมีประโยชน์ แต่คนในชาติ จะต้องมึสติ และเลือกใช้เทคโนโลยีอย่างรู้เท่าทัน ภาวะทันสมัยเป็นสิ่งที่จะต้องถูกขับเคลื่อนอย่างไม่หยุดยั้ง แต่ความทันสมัยที่มีจิตสำนึกของความเป็นไทยเป็นสิ่งสำคัญ ที่คนไทยทุกคนจะต้องมีอยู่ในหัวใจตลอดเวลา เด็กๆ รุ่นใหม่รู้จักแต่เกมคอมพิวเตอร์ ในขณะที่เกมการเล่นของไทยไม่ว่า งูกินหาง วีรชีขาวสาร ตีจับ การชักว่าว เตะตะกร้อ ชกมวย ฟันดาบ ได้ถอยห่างจากวิถีชีวิตของเด็กๆ รุ่นใหม่ และกำลังจะกลายเป็นตำนานที่ถูกลืมเลือน ด้วยเหตุนี้ ทีมงานคณะผู้เขียนกีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ตระหนักถึงคุณค่าและประโยชน์ของกีฬาพื้นบ้าน จึงได้จัดให้กีฬาพื้นบ้าน เป็น 1 ใน 15 ชนิดกีฬา เพื่อประชาสัมพันธ์และเผยแพร่ให้เด็ก เยาวชน และประชาชน ได้เรียนรู้และฝึกฝน เพื่อเป็นการสานต่อมรดกทางวัฒนธรรมอันมีคุณค่านี้ให้มั่นคงและยั่งยืนต่อไป

กีฬาสร้างคน คนสร้างชาติ

หนังสือชุดกีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นหนังสือชุดกีฬาซึ่งประกอบด้วยหนังสือกีฬา 15 ชนิดกีฬา 15 ทักษะ 15 เล่ม จัดทำขึ้นเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมให้เด็ก เยาวชน และประชาชนในประเทศ โดยเฉพาะเด็ก และเยาวชน ที่กำลังอยู่ในวัยศึกษา ได้เรียนรู้ และฝึกฝนทักษะการเล่นกีฬาได้อย่างถูกต้อง ซึ่งจะเป็นพื้นฐานในการพัฒนาและส่งเสริมการเล่นกีฬาของเด็กและเยาวชน ให้สามารถก้าวไปสู่ความเป็นเลิศในการแข่งขันทั้งแบบสมัครเล่นและแบบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งเพื่อใช้กีฬาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชากรอย่างครบวงจร ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และ ความรับผิดชอบ เป็นการเตรียมความพร้อมบุคลากรของประเทศ เข้าสู่ประชาคมอาเซียนในปี 2558 (2015)

การเล่นกีฬาประจำ จะเสริมสร้างให้เด็ก เยาวชน และประชาชน มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บที่สำคัญไม่ต่ำกว่า 10 โรค เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคหัวใจ โรคเบาหวาน และโรคไขมันในเส้นเลือด เป็นต้น และห่างไกลจากยาเสพติด และ อายุมุขนนอกจากนี้ กีฬายังจะปลูกฝังให้เด็ก เยาวชน และประชาชน มีสุขภาพจิตใจที่สมบูรณ์ เข้มแข็ง หนักแน่น อดทน และมีความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ รวมทั้งยังช่วยเสริมสร้างให้เด็ก เยาวชน และประชาชน มีความตระหนักในการปฏิบัติ ตามกฎ กติกา และกฎหมาย ของบ้านเมือง รวมทั้งมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้-ชนะ และรู้ถ้อย

ปัจจุบัน กิจกรรมการเล่นกีฬาและการแข่งขันกีฬาเป็นที่นิยม และได้รับการสนับสนุนของประเทศต่างๆ รวมทั้งประเทศไทย ไปทั่วโลก ในแต่ละปีจะมีรายการแข่งขันกีฬาทั้งแบบสมัครเล่นและแบบอาชีพ เป็นจำนวนมาก เด็กและเยาวชน หรือผู้ที่มิพักชะในการเล่นกีฬา สามารถที่จะพัฒนา ฝึกฝน และเพิ่มทักษะ และความสามารถในการเล่นกีฬา เพื่อพัฒนาต่อยอดไปสู่ความเป็นเลิศในการแข่งขันได้อย่างไม่มีขีดจำกัด การเล่นกีฬาเพื่อก้าวไปสู่ความเป็นเลิศในการแข่งขัน นำมาซึ่งชื่อเสียง และเกียรติยศให้กับตัวนักกีฬา ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน สังคม และประเทศชาติอย่างกว้างขวาง และเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับเด็กและเยาวชน ในการที่จะออกมาเล่นกีฬาเพื่อสานความฝันให้เป็นจริง และกีฬายังสามารถยึดเป็นอาชีพที่มั่นคง สามารถสร้างฐานะทางสังคมและรายได้ให้กับครอบครัวนักกีฬาได้เป็นอย่างมาก ถือเป็นอาชีพที่ท้าทาย และสร้างกำไรชีวิตให้กับนักกีฬาอย่างไม่เป็นรองอาชีพใดในโลก

นอกจากนี้ กีฬายังจัดเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพสูงสุด ในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาศักยภาพประชากรของประเทศได้อย่างมีคุณภาพและอย่างครบวงจร ทั้งด้านสุขภาพร่างกาย จิตใจ และความรับผิดชอบ ถือเป็นเครื่องมือสำคัญประการหนึ่งในการเตรียมความพร้อมประชากรของประเทศเข้าสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน ในปี 2558 อีกด้วย

ดร.สุชาติ วงศ์สุวรรณ
ที่ปรึกษาด้านพัฒนากระบวนการเรียนรู้
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

พื้นบ้าน ... กีฬาเพื่อการเรียนรู้ และพัฒนาคุณภาพชีวิต

“กีฬา” แม้จะเป็นคำสั้นๆ แต่เมื่อพิจารณาถึงผลหรือสิ่งตอบแทนที่จะพึงได้รับจากการเล่นกีฬาแล้ว ถือว่ามีคุณค่าและประโยชน์ต่อประชาชน สังคมและประเทศชาติอย่างลึกซึ้ง จนไม่สามารถที่จะประเมินเป็นจำนวนเงินได้ เพียงแค่กับการได้เริ่มเล่นกีฬา สิ่งที่คุณจะได้รับผลตอบแทนเป็นรูปธรรมทันที คือ การเป็นผู้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง และมีชีวิตที่ห่างไกลจากโรคร้ายแรงชนิดต่างๆ ไม่น้อยกว่า 10 ชนิด เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง โรคไขมันในเส้นเลือด โรคปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ โรคอ้วน โรคภูมิแพ้และโรคเครียด เป็นต้น ซึ่งหากประชากรของประเทศเป็นเช่นนี้สักครึ่งหนึ่งของจำนวนประชากรทั้งหมด ก็จะทำให้ประเทศชาติสามารถประหยัดงบประมาณในเรื่องการรักษาพยาบาลได้เป็นแสนล้านบาทต่อปี และสิ่งที่คุณได้รับตอบแทนอีกประการหนึ่ง ที่มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน คือ ชีวิตจะได้รับการซึมซับและปลูกฝังในเรื่องระเบียบ วินัย กฎกติกาในการแข่งขัน รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย มีน้ำใจนักกีฬา มีความอดกลั้น และอดทน หากประเทศใด เมืองใด ประกอบไปด้วยประชากรที่มีคุณสมบัติเช่นนี้ ประเทศนั้น เมืองนั้น ย่อมอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข สามารถที่จะแข่งขันกับประเทศใดๆ ในโลกนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพและไม่เป็นที่สองรองใคร ดังนั้นกีฬาจึงเป็นเครื่องมือที่สำคัญยิ่งในการเสริมสร้างให้ชีวิตมีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับเป้าหมายของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 ที่มุ่งพัฒนาคุณภาพคนอย่างครบวงจรและต่อเนื่อง และ

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ 2542 ที่กำหนดให้กระบวนการเรียนรู้ ไม่เพียงเฉพาะเรียนรู้้อยู่ภายในสถาบันการศึกษา หรือในโรงเรียนเท่านั้น แต่เป็นการศึกษาตลอดชีวิต เพื่อสนองตอบต่อแนวคิดกระบวนการ พัฒนาคนอย่างรอบด้าน ที่มุ่งการพัฒนาคนให้เป็นคนที่สมบูรณ์ทั้ง ร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม ซึ่งถือเป็นการเตรียม พัฒนาคุณภาพประชากรของประเทศชาติ ให้มีศักยภาพและคุณภาพใน การแข่งขัน เพื่อให้สอดคล้องกับการเกิดขึ้นของประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน ในปี 2558 ซึ่งการเกิดขึ้นของประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน จะทำให้มี การแข่งขันในด้านต่างๆ ในภูมิภาคอาเซียนอย่างเข้มข้น โดยเฉพาะ ด้านเศรษฐกิจ การค้า และการลงทุน ที่มีผลต่อการพัฒนาศักยภาพ ของประเทศโดยรวมเป็นอย่างมาก

โดยแท้จริงแล้ว การเล่นเกมกีฬา นั้น เปรียบเสมือนกับสถานการณ์ ที่จำลองมาจากชีวิตจริง ที่มีทั้งความสมหวัง ผิดหวัง มีทั้งชัยชนะ และความพ่ายแพ้ ในขณะที่เดียวกัน เกมกีฬาจะมีกระบวนการวางแผน การเล่นอย่างสุขุมรอบคอบ เพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะ ถ้าประสบความ พ่ายแพ้ ก็จะต้องลุกขึ้นมาวางแผนและต่อสู้ใหม่ ชีวิตก็เช่นเดียวกัน มีทั้งความผิดหวัง สมหวัง ทุกข์ สุขและปัญหาอุปสรรค ซึ่งหากชีวิต มีการวางแผนที่ดี เช่น เกมการแข่งขันเล่นกีฬาแล้ว ก็จะทำให้การดำเนิน ชีวิตประสบความสำเร็จมากกว่าผิดหวัง การเล่นเกมกีฬามีกฎกติกาเป็น กรอบในการเล่นให้เกิดความเรียบร้อย ฉันทัด การใช้ชีวิตในสังคม ก็มีกฎกติกาของบ้านเมืองเป็นกรอบในการดำรงชีวิตให้มีความสุข ฉันทัด ดังนั้น การเล่นเกมกีฬาในทางปฏิบัติ จึงถือเป็นการพัฒนา คุณภาพชีวิตอย่างรอบด้านทั้งด้านสุขภาพร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็น การใช้กระบวนการเล่นเกมกีฬาซึ่งเป็นสถานการณ์จริง เพื่อเสริมสร้างและ พัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างกลมกลืน

ที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้น ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น การสัมผัส และคุ้นเคยกับการเล่นกีฬา จะเป็นการปลูกฝังและซึมซับกับคุณธรรม นักกีฬา คือ การเป็นผู้รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักให้อภัย ไปในตัว ซึ่งหากประชาชนในชาติ รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน อย่างนักกีฬาแล้ว ก็จะช่วยเสริมสร้างให้สมาชิกของสังคมอยู่ร่วมกัน อย่างมีความสุข มีปัญหาอุปสรรคเกิดขึ้น ก็จะไม่ใช้ความรุนแรงและความรู้สึกส่วนตัวตัดสิน แต่จะร่วมกันแก้ไขอย่างถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกัน และกันอย่างมีเหตุผล นอกจากนี้ กีฬายังช่วยให้ชีวิตซึมซับกับการไม่เอา รัดเอาเปรียบซึ่งกันและกัน ปฏิบัติตามกฎหมายกติกาของสังคมและบ้านเมือง ยอมรับเสียงข้างมาก ไม่ว่าผลจะออกมาในทางลบหรือทางบวกก็ตาม ดังนั้น กีฬาก็มีความสำคัญยิ่งต่อการสร้างสรรค์สังคมและประเทศชาติ ให้มีความสุขสงบสุขและร่มเย็น สมดังพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เมื่อครั้งที่พระราชทานเพื่อเชิญลงพิมพ์ในหนังสือ เนื่องในวันกีฬาแห่งชาติ เมื่อวันที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๓๑ ความตอนหนึ่งว่า

“...กีฬามีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับชีวิตของแต่ละคนและชีวิตของบ้านเมือง...”

โครงการกีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นผลมาจากการศึกษาวิจัยอย่างเป็นระบบและรอบด้าน เพื่อนำกีฬาเป็นเครื่องมือในการประยุกต์ใช้กับการแก้ไข้ปัญหาของสังคมและประเทศชาติอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งสอดคล้องกับรายงานผลการพิจารณาการศึกษาของคณะกรรมการการกีฬา วุฒิสภา ที่เชื่อว่ากีฬาสามารถแก้ไข้ปัญหาชาติได้ทุกมิติ ดังคำกล่าวของประธานคณะกรรมการการกีฬา วุฒิสภา ที่ได้กล่าวไว้ในหนังสือกีฬาแก้ไข้ปัญหาชาติ ความตอนหนึ่งว่า “... จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้รู้ว่าพลองเล่นกีฬา หรือสัมผัส

กับกีฬาในสนาม สิ่งก็ตามมาหรือสิ่งที่นักกีฬาจะต้องปฏิบัติกันทุกคน ก็คือการเคารพกฎกติกา การรู้จักให้อภัย และรู้จักแพ้ รู้จักชนะ นอกจากนี้ กีฬายังทำให้ผู้เล่นมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพจิตใจที่หนักแน่น อดทน และสร้างสรรค์ หากคนในชาติมีคุณสมบัติ ดังเช่นนักกีฬาดังกล่าวข้างต้น ย่อมสร้างสรรค์ให้สังคมและประเทศชาติ นำอยู่ ทั้งนี้ เพราะสมาชิกของสังคมมีระเบียบวินัย ยอมรับความคิดเห็น ของผู้อื่น รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และให้อภัยผู้อื่น เพียงแค่นี้ก็เพียงพอแล้ว ที่จะนำความสงบสุข และความเข้มแข็งมาสู่สังคมและประเทศชาติ และมีความเหมาะสมที่จะนำมาเป็นเครื่องมือในการแก้ไขปัญหาของ ประเทศในปัจจุบัน

เพื่อให้กีฬาเป็นเครื่องมือในการแก้ไขปัญหาชาติ และพัฒนา คุณภาพชีวิตประชากรของประเทศได้อย่างแท้จริง ทีมงานผู้ศึกษา และวิจัย จึงได้ร่วมกันเสนอแนวคิด **“กีฬาเพื่อ การเรียนรู้และพัฒนา คุณภาพชีวิต”** ผ่านเครื่องมือทางกีฬา 15 ชนิดกีฬา เพื่อร่วมกันผลักดัน แนวคิดกีฬาแก้ไขปัญหาชาติได้ในทุกมิติ ให้ไปสู่ผลในทางปฏิบัติได้ อย่างจริงจังและเป็นรูปธรรม โดยมุ่งหวังให้กีฬาเป็นเครื่องมือในการ พัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนในทุกระดับชั้นอย่างครบวงจรและรอบ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย คือ มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ ปราศจาก โรคภัยไข้เจ็บ และด้านจิตใจ มีสภาพจิตใจที่หนักแน่น อดทนและ อดทน มีเหตุผล สามารถควบคุมอารมณ์ได้ โดยไม่ปล่อยให้ เป็นไปตามอารมณ์ความรู้สึก โกรธ หรือความชอบ ไม่ชอบ หรือตามกระแส ชักจูงจากอารยธรรมต่างประเทศ มีความรับผิดชอบ และไม่เห็นแก่ตัว รวมทั้งมีจิตสาธารณะที่ตระหนักถึงการรักษาผลประโยชน์ส่วนรวมของ สังคมและประเทศชาติร่วมกัน เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็ง และความ มั่นคงให้เกิดขึ้นกับประเทศอย่างยั่งยืนต่อไป

ทีมงานผู้ศึกษาและวิจัย ได้พิจารณาเลือกชนิดกีฬาที่เห็นว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้องกับสังคมและวัฒนธรรมไทย จำนวน 15 ชนิดกีฬา เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยทั้ง 15 ชนิดกีฬา เป็นกีฬาที่อยู่ในแผนพัฒนาและส่งเสริมกีฬาของชาติ 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) ว่ายน้ำ (12) บาสเกตบอล (13) กรีฑา (14) เทควันโด และ (15) กีฬาพื้นบ้าน

กีฬาพื้นบ้านไทย 1 ใน 15 กีฬาเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นชนิดกีฬาที่มีลักษณะการเล่นง่ายๆ ไม่มีกฎกติกา ยุ่งยากสลับซับซ้อน จึงทำให้สามารถทำความเข้าใจได้ง่าย และเข้าร่วมการแข่งขันได้ง่าย โดยไม่จำเป็นต้องฝึกซ้อมทางด้านทักษะเทคนิคกีฬาเฉพาะ อันจะทำให้ผู้สนใจสามารถเข้าร่วมแข่งขันได้จำนวนมาก กีฬาพื้นบ้านไทย จึงถูกจัดเป็นกิจกรรมกีฬามวลชนที่เรียกกันว่า “Sport for all” อย่างแท้จริง เพราะเกิดประโยชน์ต่อสังคมส่วนรวมกว่ากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ หรือ Sport for Championship ที่มุ่งเน้นความเป็นเลิศ ซึ่งประโยชน์ที่เกิดขึ้นจะเกิดขึ้นเฉพาะกลุ่มคนเล็กๆ เท่านั้น แตกต่างกับกีฬาพื้นบ้านไทย ที่กีฬาเพื่อทุกคนหรือกีฬาเพื่อมวลชน ย่อมให้ประโยชน์ต่อผู้เข้าร่วมการแข่งขันอย่างกว้างขวาง เช่น การเล่นแย่งมะพร้าวทาน้ำมัน ขว้างลิง ตะกร้อชนไก่ ของภาคใต้ วิ่งเป็ยวสวมกระสอบ เตย มัดพิน ของภาคกลาง บักลี้ขี่ม้าหลังโปก ดิงครก ของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และดันส้าว ย่าเงา ซี่ม้าชิงหมวก ของภาคเหนือ เป็นต้น

การเล่นกีฬาพื้นบ้านไทย มิได้มุ่งเน้นเพื่อการชนะหรือเพื่อความ เป็นเลิศในการแข่งขันดังเช่นกีฬาทั่วไป แต่เล่นเพื่อเสริมสร้าง ความสนุกสนาน สามัคคี และเข้าใจอันดีต่อกัน แม้จะมีลักษณะเป็น การแข่งขัน แต่รูปลักษณะการแข่งขันจะแฝงด้วยขนบธรรมเนียมประเพณี ค่านิยม วิถีชีวิตความเป็นไทย ประกอบกับการเล่นชิงแข่งขันของกีฬา พื้นบ้านไทย มักจะจัดให้มีกันในงานบุญงานรื่นเริง และงานนักขัตฤกษ์ ซึ่งลักษณะของงานเป็นกรอบกำหนดสิ่งที่ดีงาม เช่น การเล่นช่วงชัย ช่วงซี ของภาคกลาง แม้จะมีลักษณะของการแข่งขันแย่งลูกช่วงกัน แต่ก็มีลักษณะความสนุกสนาน สามัคคี ถ้อยที่ถ้อยอาศัยแฝงใน การเล่นตลอดเวลา หรือการเล่นมอญซ่อนผ้าของภาคกลาง แม้จะมี การซ่อน การวิ่งไล่กัน แต่ในเนื้อหาของการเล่นจะมีเพลงร้องประกอบ มีลักษณะทำท่ายให้สนุกสนานชิงสมัครสมานสามัคคีตลอดเวลา เช่นกัน

ด้วยความปรารถนาดี
จากทีมงานผู้เขียน

local sport

สารบัญ

คำนำ	1
กีฬาสร้างคน คนสร้างชาติ.....	2
1. ประวัติความเป็นมาของกีฬาพื้นบ้านไทย.....	13
2. กีฬาพื้นบ้านไทยในภาคต่างๆ.....	41
3. องค์การบริหารจัดการกีฬาพื้นบ้านไทย	59
4. ชนิดกีฬาพื้นบ้านไทยและรายละเอียดวิธีการเล่น.....	63
5. บทส่งท้าย	113
คุณค่าและความดีงามของกีฬาพื้นบ้านไทย	

local sport

1

ประวัติความเป็นมาของ กีฬาพื้นบ้านไทย



1.1 คุณค่าและความสำคัญของกีฬาพื้นบ้านไทย

กีฬาพื้นบ้านไทย หรือกีฬาไทย เป็นมรดกมรดกของชาติ อันงดงาม ที่บ่งบอกถึงความเป็นเอกลักษณ์ เอกราช และสะท้อนถึง ศิลปวัฒนธรรมไทยอันทรงคุณค่ายิ่ง ที่บรรพชนไทยได้สืบสานสู่ลูก หลานอย่างต่อเนื่อง ถึงแม้กระแสเทคโนโลยีสมัยใหม่จะเข้ามามีบทบาท ต่อวิถีชีวิตประจำวันมากขึ้น การรู้จักนำเทคโนโลยีเข้ามาใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นเรื่องจำเป็น เป็นสิ่งที่ดีมีประโยชน์ แต่คนในชาติ จะต้องมีความ และเลือกใช้เทคโนโลยีอย่างรู้เท่าทัน ภาวะทันสมัยเป็นสิ่งที่จะต้อง ถูกขับเคลื่อนอย่างไม่หยุดยั้ง แต่ความทันสมัยที่มีจิตสำนึกของความ เป็นไทยเป็นสิ่งสำคัญ ที่คนไทยทุกคนจะต้องมีอยู่ในหัวใจตลอดเวลา เด็กๆ รุ่นใหม่รู้จักแต่เกมคอมพิวเตอร์ ในขณะที่เกมการเล่นของไทย ไม่ว่า ลูกหนัง วอลเลย์บอล แบดมินตัน การชกมวย เทควันโด ฟันดาบ ได้ถอยห่างจากวิถีชีวิตของเด็กๆ รุ่นใหม่ และกำลังจะกลายเป็นตำนาน ที่ถูกลืมเลือน

ปัจจุบัน เป็นที่ยอมรับกันว่ากีฬาเป็นกิจกรรมที่สำคัญในการ ดำเนินชีวิต เป็นภูมิคุ้มกันให้ประชาชนตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาพ และพละนาถมาย ซึ่งนานาประเทศทั่วโลกได้เห็นความสำคัญและส่งเสริม ประชาชนให้ได้เล่นกีฬาจนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ประเทศไทย ก็เห็นความสำคัญของการกีฬาเช่นกัน โดยเฉพาะในระดับเยาวชน นอกจากนี้ ยังตระหนักถึงความสำคัญของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สมัยใหม่ที่มีบทบาทสำคัญในการพัฒนากีฬาให้ก้าวหน้า ประการสำคัญ การกีฬายังเป็นส่วนหนึ่งที่แก้ปัญหาทางการเมืองระหว่างประเทศได้ เป็นอย่างยิ่ง ในภาครัฐและภาคเอกชนได้ช่วยกันสนับสนุนส่งเสริม อย่างต่อเนื่อง ทั้งกีฬาสากลและกีฬาประจำชาติ กีฬาไทย หรือกีฬาพื้น บ้าน ได้มีการจัดการแข่งขันมาเป็นระยะเวลาอันยาวนานแล้ว เป็นชนิดกีฬาที่มี กฎกติกา ที่เกิดจากภูมิปัญญาของบรรพบุรุษไทย และนำมาพัฒนาให้เป็น กติกาการแข่งขันสากลได้ เช่น กีฬาวัว ตะกร้อ และกระบี่กระบอง

โดยกีฬาดังกล่าวข้างต้น เป็นกีฬาพื้นบ้านไทยที่เล่นกันมาตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัย กรุงศรีอยุธยา กรุงธนบุรี ต่อเนื่องมาจนถึงสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ และเป็นที่ยอมรับกันตั้งแต่พระมหากษัตริย์ถึงสามัญชน นอกจากนี้ ยังมีกีฬาพื้นบ้านไทยอีกหลายประเภทที่ได้พัฒนาและสืบต่อมาจนถึงปัจจุบัน เช่น ว่าวจุฬา-ปักเป้า ตะกร้อ หมากกรุก สกา หมากฮอส ฟันดาบไทย มวยไทย ว่าวจุฬาสายเร็ว วิ่งเบรียว วิ่งกระสอบ แอ่ลงรู ฯลฯ ซึ่งส่วนราชการและองค์กรกีฬาที่รับผิดชอบ รวมทั้งสมาคมกีฬาไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ได้พยายามฟื้นฟู และส่งเสริมให้มีการแข่งขันกันในโอกาสต่างๆ เพราะเป็นกีฬาที่มีเอกลักษณ์ และศิลปะประจำชาติ ที่สมควรอนุรักษ์และเผยแพร่ให้คนไทยและคนต่างชาติให้พบเห็น สมาคมกีฬาไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ถือเป็นองค์กรกีฬาหนึ่ง ที่มีบทบาทสำคัญในการสนับสนุน และส่งเสริมกีฬาพื้นบ้านไทยที่ผ่านมาอย่างต่อเนื่อง เช่น การจัดทำโครงการ และแผนการดำเนินการ **“มหารมวว่าวไทย กีฬาไทย และดนตรีไทย เถลิงพระเกียรติ 72 พรรษา สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ”** เพื่อเป็นการอนุรักษ์ พัฒนาและส่งเสริม และสืบสานกีฬาไทยให้เผยแพร่อย่างต่อเนื่อง กว้างขวาง และสนองเจตนารมณ์ของบรรพบุรุษไทย ในการอนุรักษ์และสานต่อกีฬาพื้นบ้านไทยให้ยั่งยืน

ดังนั้น กีฬาพื้นบ้านไทย จึงเป็นกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านของคนไทย ที่แสดงออกถึงซึ่งความเป็นชนชาติไทย ที่มีสืบทอดติดต่อกันมาตั้งแต่สมัยโบราณจนถึงปัจจุบัน อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาทางประวัติศาสตร์และความเป็นมาของกีฬาพื้นบ้านไทยพบว่าไม่มีหลักฐานปรากฏแน่นอนว่าเริ่มมีการเล่นกีฬาพื้นเมืองไทยครั้งแรกขึ้นในยุคใดหรือสมัยใด แต่สันนิษฐานว่าคงจะมีการเล่นกีฬาพื้นบ้านไทยขึ้นพร้อมๆ กับการเกิดขึ้นของชนชาติไทย จากการศึกษาประวัติศาสตร์ความเป็นมาพบว่ามีการบินที่เรื่องราวของการเล่นกีฬาพื้นบ้านไทยไว้เป็นหลักฐานอยู่บ้าง ตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัย