

หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 กฏกติกา การเล่นเกมกีฬาไทยที่สนใจและชื่นชอบ

แนวคิดสำคัญ/แนวคิดหลัก

กีฬาไทยจัดเป็นศิลปวัฒนธรรม ที่มีเอกลักษณ์ และทรงคุณค่า ช่วยให้ร่างกายได้เคลื่อนไหวกล้ามเนื้อ สร้างความแข็งแรงและห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บ มีความรักความสามัคคี ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ มีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ และรู้อภัย

เนื้อหาสาระ

ภูมิปัญญากีฬาไทย

กีฬาไทยที่บรรพชนไทยค้นคิด และถ่ายทอดมาสู่ลูกหลาน บางชนิดกลายเป็นตำนานและความทรงจำ และบางชนิดยังคงมีการเล่นกันอยู่ แม้ว่าจะถูกปรับเปลี่ยนไปให้ทันสมัยก็ตาม แต่ด้วยความสำคัญของความเป็นไทย เราควรร่วมกันสนับสนุนและร่วมส่งเสริม ภูมิปัญญากีฬาไทย ให้นุชนรุ่นหลังได้รู้จักและร่วมกันอนุรักษ์ต่อไป

ตัวอย่างกีฬาไทย

สกา หมากกรุก หมากฮอส วัวไทย เรือพาย ตะกร้อลอดห่วง กระบี่กระบอง ฟันดาบ มวยไทย วิ่งกระสอบ ซักเยื่อ วิ่งเปรี๊ยะ เป็นต้น

สกา

กีฬาระดับเทวดา และกษัตริย์ การประลองฝีมือที่ซับซ้อนและลึกซึ้ง คั้งโบราณว่า เล่นสกาไม่ต่างจากฝึกฝนแก้ปัญหาชีวิต ผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่ายนั่งคนละด้านของกระดาน คิวตัวสกา 2 ตัวไว้ที่มุมขวาสุด เรียกว่าเกิดหรือเจ้าเมือง ตัวสกาที่เหลือใส่ไว้ในหูช้าง ผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่ายผลัดกันทอดบาศก์ทั้ง 2 ลูก แล้วนับแต้มลูกบาศก์ 2 ลูกรวมกัน ใครได้แต้มสูงกว่ามีสิทธิ์เริ่มทอดเดินก่อน เรียกว่า"นาง" เริ่มเดินด้วยการทอดลูกบาศก์โดยใช้กระบอกทอดเทลงที่เต็งหรือโค้งโค้งลูกบาศก์จะลงไปตั้งที่กระดานสกา จากนั้นจึงเดินสกาตามแต้มหน้าลูกบาศก์ที่ทอดได้ ถ้าฝ่ายใดลงตัวสกายังไม่หมดทุกตัวแล้วทำการ "เกิด" จะถือว่ายังไม่ได้เกิด และถูกปรับแพ้ เรียกว่า"แพ้ปอด" ในกระดานนั้น

อุปกรณ์สกา กระดาน ตัวสกา ลูกบาศก์ กระบอกทอด โค้งโค้ง



หมากรุก

การประลองชั้นเชิงบนแผ่นกระดานด้วยสติปัญญา และไหวพริบ เพื่อเอาชนะคู่ต่อสู้ นี่คือศาสตร์และศิลป์ของตำนานการต่อสู้นับพันปี การเล่นหมากรุกจะมีผู้เล่น 2 ฝ่าย เวลาเล่นจะต้องหันหน้าเข้าหากัน วางกระดานหมากรุกไว้ตรงกลาง กระดานมีลักษณะเป็นรูปสี่เหลี่ยม ตีตารางเป็นรูปสี่เหลี่ยมจตุรัส 64 ช่อง แต่ละด้านมี 8 ช่อง แต่ละช่องเรียกว่าตา แต่ละฝ่ายตั้งตัวหมากในช่องแรกบนกระดานตรงด้านหน้าของตัวเอง เรียงจากซ้ายไปขวา ตาละ 1 ตัว เริ่มจาก เรือ ม้า โคน เม็ด ขุน โคน ม้า เรือ จากนั้นเว้นขึ้นไป 1 แถว เอาเบี้ยวางลงในแถวที่ 3 โดยเรียงตาละ 1 ตัว จนครบ 8 ตา เมื่อตั้งหมากเรียบร้อยแล้วก็เริ่มเล่นได้ โดยมีการเสี่ยง ผู้ชนะการเสี่ยงจะเป็นผู้เริ่มเดินก่อน แล้วผลัดกันเดินสลับกันไป หมากของแต่ละฝ่ายมี 16 ตัว แบ่งเป็น 6 พวก มีลักษณะและจำนวนดังนี้

เบี้ย รูปกลมแป้นเล็กๆ มี 8 ตัว

เรือ รูปกลมแป้นเหมือนกัน แต่ใหญ่กว่าเบี้ย มี 2 ตัว

ม้า รูปหัวม้า มี 2 ตัว

โคน รูปกลมสูง มี 2 ตัว

เม็ด รูปคล้ายโคน แต่เล็กกว่าและเตี้ยกว่า มี 1 ตัว

ขุน รูปทรงสูง ขนาดใหญ่ที่สุด มี 1 ตัว



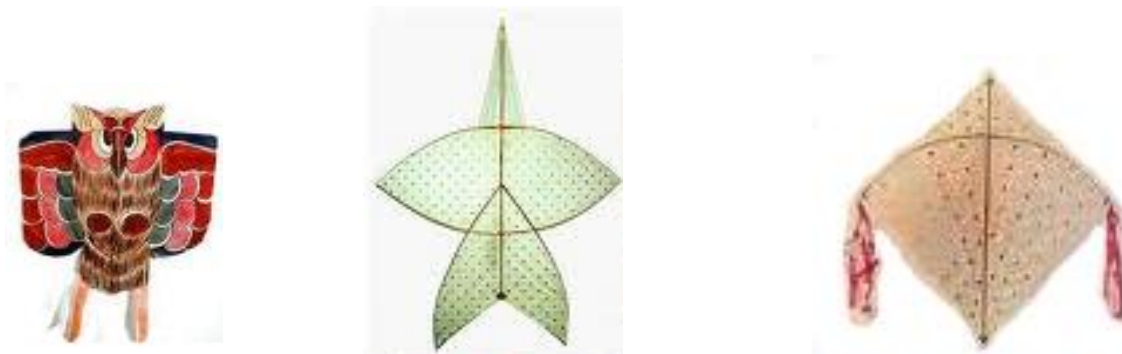
หมากฮอต

การประลองของปัญญาชน ที่ต้องชิงไหวชิงพริบ บนแผ่นกระดานของการทดสอบความสามารถของตนเอง กระดานหมากฮอตเป็นรูปสี่เหลี่ยมจตุรัสเรียบ แบ่งแต่ละด้านออกเป็น 8 ช่องเท่าๆกัน จะได้ตารางย่อย 64 ช่อง กำหนดเป็นช่องสีเข้ม 32 ช่อง และช่องสีอ่อน 32 ช่องสลับกัน ผู้เล่น 2 ฝ่ายจะมีหมากฝ่ายละ 8 ตัว และมีสีต่างกัน เช่น ขาว และดำ เวลาตั้งกระดานให้วางตัวหมากอยู่บน 2 แถวแรกใกล้ตัวผู้เล่นแต่ละฝ่าย แถวละ 4 ตัว โดยวางเฉพาะบนตาสีเดียวกัน

ตัวหมากที่ใช้เดินบนกระดาน เมื่อเริ่มเล่นเรียกว่า"เบี้ย" จะเดินได้ครั้งละ 1 ตัว โดยเฉียงไปข้างหน้าครั้งละ 1 ตัว สลับกันเดินเพื่อบุกไปกินตัวหมากของฝ่ายตรงข้าม แล้วเดินไปจนสุดกระดานของฝ่ายตรงข้ามเพื่อเข้าฮอส ฮอสจะได้รับสิทธิ์พิเศษในการเดินที่ค่าก็ได้ในแนวเฉียง ทั้งด้านหน้าและด้านหลัง ฝ่ายใดที่สามารถกินหมากคู่ต่อสู้จนหมดกระดานหรือไม่สามารถเดินหมากในกระดานได้เป็นฝ่ายชนะ

ว่าวไทย

ศิลปะการเล่นกับสายลมบนฟ้า เพียงโครงไม้ไผ่ กระดาษสาและด้ายป่าน อาศัยจังหวะของสายลมกับความชำนาญ เกิดเป็นศิลปะการแข่งขันบนสนามท้องฟ้า ว่าวที่ใช้แข่งขันคือว่าวจุฬา ที่มีขนาดคอกตั้งแต่ 80 นิ้วขึ้นไป บางตัวยาวถึง 2 เมตร ส่วนว่าวปักเป้าจะมีขนาดเพียง 34.5 นิ้ว ถือว่าว่าวจุฬาได้เปรียบว่าวปักเป้าทั้งขนาดรูปร่างและอายุ จึงมีกติกาว่าต้องต่อให้ว่าวปักเป้า 2 ต่อ 1 เวลาแข่งขันว่าวจุฬาจะอยู่เหนือลม มีเส้นกั้นเขตระหว่าง 2 ฝ่าย และห้ามผู้เล่นของแต่ละฝ่ายล้ำแดนกัน ขณะแข่งขันมีการไขว่คว้าโฉบเฉี่ยวกัน ต่อเมื่อสายป่านตัดกันกับคู่ต่อสู้จนขาดและตกลงพื้นดินกลับขึ้นท้องฟ้าอีกไม่ได้ หรือตกในเขตของคู่ต่อสู้ก็นับว่าแพ้ด้วยเช่นกัน



เรือพาย

กีฬาที่รวมใจให้เป็นหนึ่งเดียวด้วยความปรารถนา และประสานจังหวะการพายของทุกคน พาเรือพายคู่จุดหมายด้วยพลังสามัคคี การแข่งขันเรือพายต้องมีฝีพายตั้งแต่ 2-3 คนขึ้นไป 5 คน 10 คน ไปจนถึง 30 คน แต่ไม่เกิน 50 คน ก่อนจะถึงเวลาแข่งขัน เรือพายทุกลำต้องจับสลากเพื่อประกบคู่แข่งขันมหดทุกลำ โดยให้ผู้แทนจับสลากก่อนตามกติกา ในใบสลากบอกชื่อเรือพาย บอกเที่ยวแข่งขัน บอกสายน้ำตะวันตก ตะวันออก เมื่อจับสลากได้แล้วกรรมการจะประกาศให้เรือพายทราบทันที ตัวอย่างเช่น เรือยาวชื่อนั้นอยู่สายน้ำตะวันตก คู่กับเรือยาวชื่อนั้นอยู่สายน้ำตะวันตก เที่ยวแข่งขันที่เท่านั้น ทำแบบนี้ทุกลำจนหมดเรือยาวที่ขึ้นทะเบียนไว้เป็นรอบ แข่งขันรอบที่ 1 ส่วนเรือพายที่เข้ารอบที่ 2-3 ปฏิบัติตามแบบเดียวกันจนเหลือเรือพายที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่ 1-2-3 ต้องจับสลากสายน้ำตะวันตก ตะวันออกอีกเป็นครั้งสุดท้าย จุดปล่อยเรือพายและจุดเส้นชัยสุดท้าย ให้กรรมการตัดสินแพ้ชนะ ในระหว่างจุดปล่อยเรือพายจนถึงจุดเส้นชัย มีท่อนเครื่องหมายกันคู่แข่งขันเรือพายออกนอกเส้นทางที่กำหนดไว้ ถ้าเรือลำใดวิ่งออกนอกเส้นทางที่กำหนดไว้ ถือว่าผิดกติกา ต้องปรับให้แพ้ฟาวส์ แม้จะชนะก็ตาม



ตะกร้อลอดห่วง

กีฬาแห่งน้ำใจและไมตรี ไม่มีแบ่งเพศแบ่งวัยและฝีมือ เล่นที่ไหน เมื่อไหร่ กับใครก็ได้ ขอให้มือลูกหวายกลมๆ เพียงลูกเดียว ตะกร้อลอดห่วง เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าตะกร้อลอดบ่วงหรือตะกร้อห่วงชัย เป็นกีฬาที่มีห่วงอยู่เบื้องสูง ผู้เล่นจะเตะตะกร้อให้โค้งขึ้นไปเข้าห่วง สนามที่ใช้ในการแข่งขันเป็นพื้นราบกว้าง 18 เมตร เส้นผ่าศูนย์กลาง 16 เมตร อยู่กลางแจ้ง จะแขวนห่วงชัยประกอบด้วยวงกลม 3 ห่วง ขนาดเท่ากัน เส้นผ่าศูนย์กลางปากห่วงกว้าง 45 เซนติเมตร แขนงสูงจากพื้น 5.75 เมตร มีผู้เล่น 1 ชุด มีจำนวนไม่ต่ำกว่า 6 คนและไม่เกิน 7 คน ต้องเตะให้ตะกร้อเข้าห่วงชัยให้มากที่สุด ในเวลา 40 นาที ซึ่งใช้ท่าเตะ 30 ท่า แต่ละท่ามีคะแนนน้อยตามความยากง่ายของท่าเตะ



กระบี่กระบอง

กีฬาที่มาจากศิลปะการต่อสู้ของไทย ไม่มีชาติใดเหมือน ได้รวมอาวุธหลายชนิดเข้าไว้ด้วยกัน ช่วยพัฒนาทักษะรอบด้าน ชื่อกระบี่กระบองจึงจะมีอาวุธเพียง 2 อย่างเท่านั้น แต่กีฬาประเภทนี้ได้รวมอาวุธที่น่าสนใจมากมาย นอกเหนือจากกระบี่กระบอง อาทิ ดาบ ง้าว พลอง ดั้ง เชน โล่ และไม้สั้น การเล่นกีฬานี้จะต้องเป็นคู่กันเพื่อแข่งกันกับคู่อื่น กรรมการจะมีหลักเกณฑ์การตัดสินการแข่งขัน 4 ประเภท ได้แก่ การแต่งกายจะเป็นแบบนักรบโบราณหรือชาวบ้านก็ได้ แต่ต้องสวมมงคลทุกครั้ง ท่ารำต้องรำท่าเดียวไม่ต่ำกว่า 2 ท่า ลีลาท่ารำต้องเข้ากับจังหวะดนตรีและเหมาะสมกับอาวุธที่ใช้ การเดินแปลงคือการเดินเข้าหากันก่อนเริ่มต่อสู้ และสุดท้ายคือการต่อสู้ที่ถูกต้องตามหลักวิชาการต่อสู้ป้องกันตัว มีเหตุผลสมจริงในแต่ละท่าที่ใช้ และไม่เป็นการอนาจาร กำหนดเวลาแสดงคู่ละประมาณ 7 นาที



ฟันดาบ

กีฬาของชายชาญทหารไทย ใช้เหตุผลและหลักวิชาการป้องกันตัว ต่อสู้ แข่งขัน เพื่อชิงชัย ด้วยท่วงท่าอันสง่าและสวยงาม กีฬาฟันดาบ แบ่งเป็นกระบี่ชาย-หญิง ดาบสองมือชาย-หญิง และกระบี่ผสมดาบ 2 มือ(เฉพาะประเภททีม) กระบี่ทำด้วยหวายกลมและมีกระบี่งมมือ ส่วนดาบ 2 มือนั้นเวลาแข่งขันต้องหุ้มนวมด้วย สนามแข่งขันเป็นรูปวงกลม เส้นผ่าศูนย์กลาง 8 เมตร แข่งขันกันเป็นยก ยกละ 4 นาที ยกเว้นกระบี่หญิงใช้เวลา 3 นาที การได้แต้มเสียแต่มานั้นดูจากการฟันถูกคู่ต่อสู้ การออกนอกเขตสนามหรืออาวุธหลุดมือ 2 ครั้ง ในยกเดียวกันจะเสีย 1 แต้ม



มวยไทย

ภูมิปัญญาไทยที่สร้างความตื่นใจไปทั่วโลก บ่งบอกถึงการต่อสู้ที่มีพิษสงรอบตัวของบรรพบุรุษไทย ที่ได้นำศิลปะการใช้ส่วนต่างๆของร่างกาย ให้เป็นอาวุธที่ทั้งรุนแรงและสวยงาม

มวยไทยเป็นการต่อสู้และการป้องกันตัวด้วยมือเปล่า นักมวยต้องสวมนวมที่มือ สวมกางเกงขาสั้นและใส่กระชับ ส่วนผู้ใดจะสวมปลอกรัดข้อเท้า และมีเครื่องกลางของขลุ่ยลูกไม้ที่แขนท่อนบนก็ได้ ในการแข่งขันมีผู้ตัดสินสี่ชาติอยู่บนเวที 1 คน มีผู้ตัดสินให้คะแนนอยู่ข้างเวที 2 คน ผู้จับเวลา 1 คน และแพทย์ประจำเวที 1 คน จำนวนยกในการแข่งขัน 5 ยก ยกละ 3 นาที พักระหว่างยก 2 นาที อวัยวะที่ใช้ในการแข่งขันได้คือ หมัด เข่า ศอก ศรียะ เข้าต่อสู้ทำอันตรายฝ่ายตรงข้าม ขณะเดียวกันก็ปิดป้องตัวเองด้วย

