บทที่ 1
บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย

กีฬายิงธนูในปัจจุบันเริ่มมีการแข่งขันกันอย่างแพร่หลาย โดยมีการแข่งขันในระดับชาติและระดับนานาชาติ ปัจจุบันกีฬายิงธนูจัดได้ว่าเป็นกีฬามาตรฐานในระดับสากลเนื่องจากถูกบรรจุให้มีในการแข่งขันในระดับโอลิมปิกเกมส์ เอเชี่ยนเกมส์ และซีเกมส์ โดยจัดให้มีการแข่งขันในประเภท คันธนูโค้งกลับ (Recurve) และประเภทคันธนูทดกำลัง (Compound) โดยแบ่งเป็นประเภทชายและหญิงในระยะต่างๆ กีฬายิงธนู (Archery) เป็นกีฬาที่ไม่ได้เน้นที่ความแข็งแรงหรือความเร็วเป็นหลัก หากแต่เป็นศิลปะที่ต้องอาศัยการฝึกฝนและทักษะความแม่นยำและสมาธิเป็นอย่างมากในการแข่งขัน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตลำปาง เป็นสถาบันทางการศึกษา สังกัดสถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เป็นหน่วยงานที่ได้รับมอบหมายเกี่ยวกับ การพัฒนากีฬายิงธนูสู่ความเป็นเลิศโดยจัดตั้งศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศกีฬายิงธนู การพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศต้องประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ สมรรถภาพทางกาย (Physical fitness) สมรรถภาพทางจิต (Psychological fitness) และทักษะกีฬา (Sport Skills) (Caruso et al., 1990) และจากการศึกษาของ สุเทพ เมยไธสงและคณะ (2011) พบว่า สมรรถนะของผู้ฝึกสอนกีฬา สมรรถภาพทางจิตใจของนักกีฬา และ สมรรถภาพทางกายของนักกีฬา จะมีผลต่อการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของนักเรียนโรงเรียนกีฬา ซึ่งการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศเป็นตัวบ่งบอกถึงความเจริญก้าวหน้าของประเทศได้ กีฬายิงธนูในปัจจุบันเริ่มมีการแข่งขันกันอย่างแพร่หลาย โดยมีการแข่งขันในระดับชาติและระดับนานาชาติ ปัจจุบันกีฬายิงธนูจัดได้ว่าเป็นกีฬามาตรฐานในระดับสากลเนื่องจากถูกบรรจุให้มีในการแข่งขันในระดับโอลิมปิกเกมส์ เอเชี่ยนเกมส์ และซีเกมส์ โดยจัดให้มีการแข่งขันในประเภทคันธนูโค้งกลับ (Recurve) และประเภทคันธนูทดกำลัง (Compound) โดยแบ่งเป็นประเภทชายและหญิงในระยะต่างๆ ได้แก่ ระยะ 18 เมตร 30 เมตร 50 เมตร 60 เมตร และระยะ 70 เมตร กีฬายิงธนู (Archery) เป็นกีฬาที่ไม่ได้เน้นที่ความแข็งแรงหรือความเร็วเป็นหลัก หากแต่เป็นศิลปะที่ต้องอาศัยการฝึกฝนและทักษะความแม่นยำและสมาธิเป็นอย่างมากในการแข่งขัน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตลำปาง เป็นสถาบันทางการศึกษา สังกัดสถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เป็นหน่วยงานที่ได้รับมอบหมายเกี่ยวกับ การพัฒนากีฬายิงธนูสู่ความเป็นเลิศโดยจัดตั้งศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศกีฬายิงธนู การพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศต้องประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ สมรรถภาพทางกาย (Physical fitness) สมรรถภาพทางจิต (Psychological fitness) และทักษะกีฬา (Sport Skills) (Caruso et al., 1990) และจากการศึกษาของ สุเทพ เมยไธสงและคณะ (2011)

พบว่า สมรรถนะของผู้ฝึกสอนกีฬา สมรรถภาพทางจิตใจของนักกีฬา และ สมรรถภาพทางกายของนักกีฬา จะมีผลต่อการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศของนักเรียนโรงเรียนกีฬา ซึ่งการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศเป็นตัวบ่งบอกถึงความเจริญก้าวหน้าของประเทศได้อีกทางหนึ่ง ซึ่งจากการพัฒนานักกีฬายิงธนูที่ผ่านมาพบว่า ปัญหาที่มักเกิดขึ้นกับนักกีฬาส่วนใหญ่มักจะเกิดปัญหาใหญ่ 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านเตรียมด้านร่างกาย ด้านทักษะกีฬายิงธนู และด้านสมรรถภาพทางจิต นอกจากนี้การพัฒนานักกีฬายิงธนูไปสู่จุดสูงสุดในระดับการแข่งขันได้นั้น จะต้องอาศัยการฝึกซ้อมที่เป็นระบบการฝึกฝนทักษะที่ถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ คิสิค ลี และ เทเลอร์ (Kisik Lee & Tyler, 2019) ที่ได้กล่าวถึงความสำคัญ ของร่างกายในการยิงธนูเชิงเปรียบเปรยว่า ล้อทั้งสี่ของรถล้วนมีความสำคัญต่อกันมากจะขาดไม่ได้ การยิงธนูก็เช่นกันองค์ประกอบสำคัญสี่ประการ ได้แก่ เทคนิคการยิงธนู ทักษะทางกาย ทักษะด้านจิตใจ และด้านอุปกรณ์ อย่างไรก็ตามในการพัฒนานักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศจะต้องมีการบูรณาการองค์ความรู้ในทุก ๆ ด้าน ที่เป็นต้นเหตุของความสำเร็จ เช่นการฝึกทักษะ สมรรถภาพทางกาย สมรรถภาพทางจิต รวมทั้งการบริหารการจัดการนักกีฬาเพื่อให้การพัฒนานักกีฬาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

จากการฝึกซ้อมของนักกีฬายิงธนูที่ผ่านมาพบว่านักกีฬายิงธนูจะมีขนาดของร่างกายที่แตกต่างกันและมีมุมของการยิงที่ต่างกันตามความสูงของนักกีฬา จากสภาพความแตกต่างของนักกีฬายิงธนู และพื้นฐานต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการยิงธนู ได้แก่ การยืน (The Stance) การเสียบลูกธนู (Nocking the Arrow) การเกี่ยวสายและการจับคันธนู (Hooking and Gripping) การเซ็ตอัพ (Set-Up) การน้าวสาย (Drawing) การเข้าใต้คาง (Anchoring) การเล็ง (Aiming) การปล่อยลูกธนู (Release) การคงสภาพท่ายิง (Follow through) คณะผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับท่ายิงธนูดังกล่าว โดยจะศึกษาในท่าการยิงที่สามารถยิงได้ 10 คะแนน เพื่อนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาใช้ในการพัฒนากีฬายิงธนูเพื่อความเป็นเลิศต่อไป

วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์ทักษะท่ายิงธนูที่มีประสิทธิภาพของนักกีฬายิงธนูเพื่อความเป็นเลิศ
2. เพื่อเปรียบเทียบท่าทางของร่างกายระหว่างลูกธนูที่ได้ 10 คะแนนกับลูกธนูที่ได้ต่ำกว่า 10 คะแนน
3. เพื่อขยายผลท่ายิงธนูที่มีประสิทธิภาพ

ขอบเขตของโครงการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้เป็นศึกษาโดยวิเคราะห์เกี่ยวกับการยืน (The Stance) การเกี่ยวสายธนู (Hooking) การน้าวสาย (Drawing) การเข้าใต้คาง (Anchoring) การถ่ายน้ำหนักแรงขณะจรดนิ่ง (Loading/Transfer to Holding) การเล็ง (Aiming) การปล่อยลูกธนู (Release) การคงสภาพท่ายิง (Follow through)

ขอบเขตด้านกลุ่มตัวอย่าง

นักกีฬายิงธนูประเภทคันธนูโค้งกลับ (Recurve) ระยะแข่งขัน 70 เมตร ที่มีประสบการณ์เข้าร่วมการแข่งขันกีฬายิงธนูระดับชาติ นานาชาติ จำนวน 31 คน

ขอบเขตด้านเวลา

ตุลาคม 2562 – 30 กันยายน 2563

สมมุติฐานการวิจัย

ระยะเวลาในการยิงธนูแต่ละช่วงของลูกธนูที่ยิงได้ 10 คะแนน แตกต่างกับระยะเวลาการยิงธนูแต่ละช่วงของลูกธนูที่ยิงได้ต่ำกว่า 10 คะแนน

นิยามคำศัพท์เฉพาะ

การวิเคราะห์ หมายถึง การถ่ายวิดีโอนักกีฬายิงธนูขณะยิงธนูแล้วนำวิดีโอมาศึกษาโดยผ่านซอฟต์แวร์ (Dartfish) เพื่อพิจารณาทักษะต่างๆของนักกีฬายิงธนู

ท่ายิงธนูที่มีประสิทธิภาพ หมายถึง ท่าที่ใช้ยิงธนูแล้วได้ 10 คะแนน

นักกีฬายิงธนูเพื่อความเป็นเลิศ หมายถึง นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬายิงธนูระดับระดับชาติหรือนานาชาติ ประเภทคันธนูโค้งกลับ (Recurve) ระยะ 70 เมตร

ช่วงที่ 1 (เริ่ม: Start) หมายถึง เริ่มตั้งแต่สัญญาณออดดังจนถึงการน้าวสายธนูถึงคาง

ช่วงที่ 2 (เล็ง: Aiming) หมายถึง เริ่มตั้งแต่การนิ่งที่คางจากการน้าวสายธนูจนถึงการปล่อย

ช่วงที่ 3 (ปล่อย: Release) หมายถึง เริ่มตั้งแต่การปล่อยสายธนูจนถึงสิ้นสุดการยิง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. นักกีฬายิงธนู ผู้ฝึกสอนกีฬายิงธนู จะมีความรู้และแนวปฏิบัติที่ถูกต้องเกี่ยวกับการจัดร่างกายส่วนต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการท่ายิงธนู ซึ่งจะทำให้การยิงธนูเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ
2. ตามที่มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติและสมาคมกีฬายิงธนูแห่งประเทศไทยได้ทำข้อตกลงร่วมกันเพื่อพัฒนากีฬายิงธนู จากข้อตกลงดังกล่าว หลังสิ้นสุดโครงการวิจัยจะจัดให้มีการฝึกอบรมให้กับผู้ฝึกสอนกีฬายิงธนูเกี่ยวกับท่ายิงธนูที่มีประสิทธิภาพ
3. เผยแพร่ผลงานวิจัยในวารสารวิชาการ หรือเวทีวิชาการ เพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และส่งเสริมให้ผู้ฝึกสอนและนักกีฬายิงธนู นำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนากีฬายิงธนู