บทที่ 1
ความหมาย ลักษณะ บทบาทหน้าที่ของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

อาจารย์ ดร.รวิวรรณ สื่อสุวรรณ
สาขาวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

ความหมายของผู้ฝึกกีฬา

- **ผู้ฝึกสอน หรือ Coach**

1. ผู้ที่ให้การส่งเสริม สนับสนุนให้บุคคลใช้ความรู้และทักษะที่เขามีอยู่แล้วได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ผู้ฝึกสอนจะไม่ได้ทำหน้าที่สอนหรือฝึกอบรมเพื่อให้ความรู้ใหม่ ผู้ฝึกสอนจะมองหาสิ่งจุดเด่นข้อดีของนักกีฬาซึ่งเขามีอยู่แล้ว และให้ข้อเสนอแนะในการพัฒนาปรับปรุงทักษะของตัวเอง

2. เป็นบุคคลที่มีความสำคัญในการพัฒนาความสามารถของนักกีฬา ทั้งทางด้านทักษะ สมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางด้านจิตใจและการเป็นผู้ฝึกสอนที่ดีได้นั้นต้องมีความเสียสละ และมีความอดทนต่อสถานการณ์ต่าง ๆ เป็นอย่างมาก และสิ่งที่สำคัญที่ผู้ฝึกสอนควรคำนึง คือ การฝึกสอนทุกครั้งควรมุ่งเน้นพัฒนาการทางความสามารถของนักกีฬา มากกว่าการมุ่งเน้นเพียงชัยชนะเท่านั้น

ความหมายของผู้ฝึกกีฬา

- **ผู้ฝึกสอน หรือ Coach**

3. ผู้ฝึกสอนเป็นผู้ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา การสร้างวินัย และควบคุมความประพฤติการให้กำลังใจ และสร้างสมรรถภาพสูงสุดให้แก่นักกีฬา ตลอดจนมี การชี้ทางในการฝึกซ้อมและแข่งขัน และผู้ฝึกสอนต้องเป็นผู้ที่เข้าใจทฤษฎีและปฏิบัติที่ดีเพื่อนำ เทคนิคต่าง ๆ มาใช้เพื่อพัฒนานักกีฬาทั้งทางด้านสมรรถภาพทางกาย สมรรถภาพทางด้านจิตใจ ให้ก้าวไปสู่ผลสำเร็จของการแข่งขันหรือเล่นกีฬา

ความหมายของผู้ฝึกกีฬา

- **การฝึกสอนหรือการโค้ช (Coaching)**

เป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ในการที่จะนำทีมบรรลุจุดมุ่งหมายเดียวกัน ทั้งโค้ชและนักกีฬาจะต้องเรียนรู้ที่จะสัมพันธ์กัน *เป็นทั้งผู้ให้-ผู้รับ* *รู้บทบาทและหน้าที่ที่จะประสานสัมพันธ์กัน* ในปัจจุบันโค้ช มีบทบาทหน้าที่หลายอย่าง ตั้งแต่การเป็นผู้ฝึกสอน (Instructor) ผู้ประเมิน (Assessor) ผู้ให้คำปรึกษา (Mentor) ผู้ให้ความสะดวกสบาย (Facilitation) ผู้สาธิต (Demonstrator) ผู้สนับสนุน (Supporter) ผู้สร้างแรงจูงใจ (Motivator) ผู้จัดการ (Organizer) ผู้วางแผน (Planner) ซึ่งขึ้นอยู่กับความถนัด โอกาส และสถานการณ์ต่างๆ และในทุกวงการกีฬา เราจะเห็นว่าโค้ช แม้จะไม่ได้เป็นบุคคลที่เล่นกีฬาเก่งกว่านักกีฬา แต่เป็นอาชีพที่นักกีฬาทุกระดับต้องการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักกีฬามืออาชีพในระดับโลก โค้ชจะมีบทบาทและหน้าที่เป็นทั้งแหล่งความรู้ในการจัดกิจกรรม ผู้ช่วยเตรียมทีมและช่วยเหลือนักกีฬา เป็นแม่แบบให้กับนักกีฬา และที่สำคัญคือ เป็นแรงจูงใจเพื่อสร้างและคงไว้ซึ่งแรงจูงใจของนักกีฬาให้สามารถเล่นกีฬาได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จตามเป้าหมายได้นาน

ความหมายของผู้ฝึกกีฬา

- การฝึกสอนบาสเกตบอล คือ ปฏิบัติการด้านการกำกับและการวางกลยุทธของทีมบาสเกตบอล หรือนักบาสเกตบอลเป็นรายบุคคล การฝึกสอนบาสเกตบอลโดยทั่วไปจะครอบคลุมการปรับปรุงทั้งแบบรายบุคคลและแบบทีม ในทักษะการรุกและการป้องกัน ตลอดจนการวางเงื่อนไขทางกายภาพโดยรวม
- การฝึกสอนมักจะดำเนินการโดยคนเพียงคนเดียว และมักจะมีความช่วยเหลือจากผู้ช่วยที่จำนวนหนึ่งคนหรือมากกว่า

ลักษณะของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

1. มีความเคารพ เคารพสิทธิ ศักดิ์ศรี และคุณค่าของนักกีฬาทุกคนในฐานะมนุษย์คนหนึ่ง ปฏิบัติต่อทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน

2. รักษามาตรฐานแห่งศีลธรรม ปฏิบัติตนอยู่ภายใต้กฎกติกาของการกีฬาและการแข่งขันอย่างยุติธรรมและส่งเสริมให้นักกีฬาปฏิบัติเช่นเดียวกัน

3. มีความมุ่งมั่นในการฝึกสอน พัฒนาตนเองอยู่เสมอ จัดแผนการฝึกที่ดีและหาทางช่วยเหลือที่เหมาะสมตามความจำเป็นและเป้าหมายของนักกีฬา

4. จัดสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัย รู้จักวิธีในการจัดการต่อความเสี่ยงต่างๆ เพื่อให้การฝึกซ้อมหรือแข่งขันมีความปลอดภัย

5. ปกป้องนักกีฬาจากการทารุณกรรมส่วนตัวทุกรูปแบบ ปกป้องและระวังการทารุณกรรมทุกรูปแบบต่อนักกีฬาจากสิ่งแวดล้อม ในระหว่างที่อยู่ในความดูแลของตน

6. ความรับผิดชอบทางวิชาชีพ เช่น ใช้ภาษาที่สุภาพ มีมารยาท มีการเตรียมความพร้อมในการสอน มีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นที่ซื่อสัตย์ และเคารพต่อในเพื่อนร่วมอาชีพ

7. เป็นแบบอย่างที่ดี มีลักษณะที่แสดงให้เห็นถึงภาพลักษณ์ของการเป็นผู้ฝึกสอนที่ดีคุณธรรม และเคารพต่อวิชาชีพตนเองตระหนักว่าตนมีบทบาทในการช่วยเหลือชุมชนและสังคม

ลักษณะของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

1. รู้พัฒนาการของนักกีฬา
2. เสียสละ-กระตือรือร้น
3. มีวุฒิภาวะ
4. มีคุณธรรม
5. ยุติธรรรม

คุณสมบัติของผู้ฝึกสอน

- การเป็นผู้ฝึกสอนนั้นจะต้องมีหน้าที่และบทบาทที่ดีอยู่หลายประการ จะต้องเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับนักกีฬา มีเป้าหมายในการฝึกซ้อม มีความอดทนและเสียสละมาก มีการวางแผนการฝึกซ้อม สร้างความสัมพันธ์กันในทีม และผู้ฝึกสอนต้องมีทักษะทางด้านทฤษฎี ทักษะและ เทคนิคต่าง ๆ และผู้ฝึ กสอนเองมีส่วนที่สำคัญมากในการพัฒนาความสามารถของนักกีฬาทั้ง ทางด้านสมรรถภาพทางกาย สมรรถภาพทางจิตใจ และสิ่งที่สำ คัญคือ การฝึกสอนทุกครั้งควรมุ่งเน้นและพัฒนาการทางความสามารถให้กับนักกีฬามากกว่ามุ่งเน้นเพียงชัยชนะเท่านั้น จึงจะสามารถทำให้ทีมไปสู่ความสำเร็จได้

NAKHON PATHOM
RAJABHAT UNIVERSITY

บทบาทของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

- บทบาทหน้าที่ของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล
- บทบาทการแข่งขันของผู้ฝึกสอนบาสเกตบอล
- บทบาทความรับผิดชอบของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

บทบาทหน้าที่ของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

1. โค้ชไม่ต้องเก่งเท่านักกีฬา

- หัวหน้าสามารถเป็นโค้ชให้ลูกน้องได้ แม้ความเชี่ยวชาญบางเรื่องอาจสู้ลูกน้องไม่ได้ เพราะต่างเล่นคนละบทบาท ลูกน้องต้องรู้ลึก หัวหน้าต้องรู้กว้าง

2. โค้ชรู้จักนักกีฬาทุกคนทั้งในและนอกสนาม

- หัวหน้าต้องรู้จักลูกน้องทุกคน ไม่ใช่รู้จักแค่ชื่อเสียงเรียงนามและตำแหน่งหน้าที่การงานเท่านั้น แต่ต้องรู้จักพื้นเพความหลังของพนักงานที่ตนเองดูแลอยู่ด้วย

3. โค้ชซ่อมจุดอ่อนและใช้จุดแข็งเพื่อสร้างความสำเร็จ

- ความสำเร็จไม่ได้เกิดจากการปิดจุดอ่อนให้หมด เพราะทุกคนมีจุดอ่อน แต่คนที่ประสบความสำเร็จคือคนที่หยิบจุดแข็งมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่างหาก ดังนั้นหน้าที่ของหัวหน้าคือต้องรู้ว่าพนักงานแต่ละคนมีจุดอ่อนจุดแข็งตรงไหน จากนั้นซ่อมแซมจุดอ่อนและใช้จุดแข็งเพื่อสร้างความสำเร็จ

บทบาทหน้าที่ของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

4. โค้ชฉลองความสำเร็จระหว่างทางเป็นระยะๆ

- การฉลองความสำเร็จไม่จำเป็นต้องรอให้จบเกม ถ้าสังเกตดีๆ จะเห็นได้ว่าโค้ชและนักกีฬาต่างดีใจและชื่นชมกันและกันทุกๆ ครั้งที่ทำคะแนนได้ หัวหน้าก็ควรหาโอกาสชื่นชมและฉลองความสำเร็จเล็กๆ เป็นระยะๆ อย่างนี้ด้วย

5. โค้ชไม่ใช่ผู้เล่น

- หน้าที่ของผู้เล่นกับหน้าที่ของโค้ชต่างกัน โค้ชที่ลงสนามไปเป็นผู้เล่นด้วย ไม่เคยมีใครประสบความสำเร็จสักคน หลักการนี้ก็ไม่ต่างกับการบริหารงานของหัวหน้า ผู้นำต้องเข้าใจบทบาทของตัวเองให้ดี การบริหารแบบ “ผู้จัดการสันดานเสมียน” มีเยอะมาก แต่ไม่ค่อยประสบความสำเร็จ

บทบาทการแข่งขันของผู้ฝึกสอนบาสเกตบอล

1. อย่าตื่นเต้นจนเสียสติ
2. อย่าแนะนำหลายอย่าง
3. อย่าโยนโทษให้กับผู้เล่น
4. อย่าใช้วาจาไม่สุภาพกับนักกีฬา
5. อย่าสนับสนุนการเล่นสกปรก
6. อย่าวิจารณ์ผู้ตัดสินหรือกรรมการ
7. อย่าใช้อารมณ์
8. อย่าสนับสนุนให้เดินออกจากสนาน

บทบาทการแข่งขันของผู้ฝึกสอนบาสเกตบอล

1. อย่าตื่นเต้นจนเสียสติ
2. อย่าแนะนำหลายอย่าง
3. อย่าโยนโทษให้กับผู้เล่น
4. อย่าใช้วาจาไม่สุภาพกับนักกีฬา
5. อย่าสนับสนุนการเล่นสกปรก
6. อย่าวิจารณ์ผู้ตัดสินหรือกรรมการ
7. อย่าใช้อารมณ์
8. อย่าสนับสนุนให้เดินออกจากสนาน

บทบาทความรับผิดชอบของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

1. วางแผนการฝึกซ้อมและแข่งขัน

2. รับผิดชอบต่อนักกีฬา ผลักดันสร้างนักกีฬา

3. รับผิดชอบต่อวิชาการ ความรู้ด้านกีฬา

บทบาทความรับผิดชอบของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล

1. วางแผนการฝึกซ้อมและแข่งขัน

1.1 แผนการฝึกซ้อมตลอดปี เช่น การเตรียมทีม เตรียมการฝึกซ้อมการแข่งขัน การเก็บตัว

1.2 การวางแผนเรื่องงบประมาณ จัดหา จัดสรรงบ เพื่อใช้กับการเตรียมทีมการแข่งขัน

1.3 จัดสร้างแผนการฝึก โดย

- ทำแผนรายวัน รายสัปดาห์ รายเดือน
- แผนการฝึกซ้อมการเล่นทีมและบุคคล เฉพาะตำแหน่ง เกมการรุก เกมรับ รูปแบบการเล่นต่าง ๆ
- การวางตัว กำหนดตัวผู้เล่น ทดสอบการเล่นแข่งขันจริง
- สร้างรูปแบบความยากง่าย ความหนักเบาแต่ละครั้ง

บทบาทความรับผิดชอบของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล (ต่อ)

2. รับผิดชอบต่อนักกีฬา ผลักดันสร้างนักกีฬาให้มีคุณสมบัติดังนี้

2.1 รับผิดชอบ คือ รับผิดชอบต่อตนเอง ต่อผู้อื่น ต่อทีม และหน้าที่

2.2 รู้จักการประสานงานกัน การทำงานร่วมกัน ทั้งการฝึก การเล่น การแข่งขัน

2.3 สมรรถภาพทางกาย รักษาสุขภาพ ดุแลสุขภาพส่วนบุคคลให้พร้อมอยู่เสมอ

2.4 หมั่นศึกษาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในกิจกรรมนั้น ๆ อย่างแท้จริง

2.5 รู้จักพัฒนาบุคลิดภาพของตนเองให้เหมาะสม สร้างลักษณะของผู้นำที่ดี

บทบาทความรับผิดชอบของผู้ฝึกกีฬาบาสเกตบอล (ต่อ)

3. รับผิดชอบต่อวิชาการ ความรู้ด้านกีฬา

   3.1 ศึกษา กฎ กติกา ระเบียบ มารยาทของกีฬาที่ตนรับผิดชอบ

   3.2 ศึกษาค้นคว้าวิธีการสอนและการฝึกแบบใหม่ ๆ

   3.3 ศึกษาความปลอดภัย การรักษาการบาดเจ็บ และการปฐมพยาบาลในกีฬานั้น ๆ

   3.4 ศึกษาการวัดประเมินผล วิธีการทดสอบกีฬานั้น