

กติกาและการทำผิดกติกาในกีฬาวอลเลย์บอล

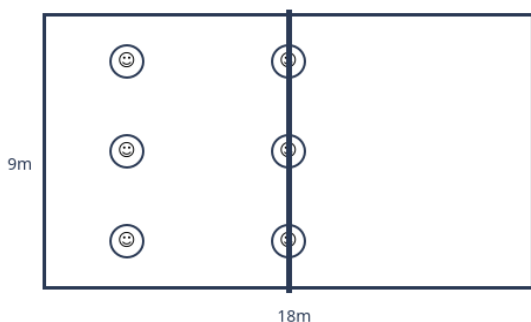
2026/6/22

เขียนโดยคุณกะวะฮะระ แผนกงานชุบพลาสติก

สวัสดิ์ทุกท่านครับ ผมควาฮาระ จากแผนกซัพพลายด์ รับผิดชอบงานดูแลและบริหารจัดการเครื่องจักร
ในสายการซัพพลายด์ครับ

ผมเล่นวอลเลย์บอลมาโดยตลอดตั้งแต่สมัยประถม มัธยมต้น และมัธยมปลาย เรียกได้ว่าใช้ช่วงวัยรุ่นทั้งหมดไปกับกีฬานี้ดี ดังนั้นวันนี้จึงขอมาแนะนำกติกาและข้อห้ามต่าง ๆ ของกีฬาวอลเลย์บอลให้ทุกท่านทราบครับ

●ขนาดสนามและจำนวนผู้เล่นเบื้องต้น



- ทีมละ 6 คน (รวมตัวสำรอง ลงทะเบียนได้สูงสุด 12 คน)
- ความสูงของเน็ตเปลี่ยนแปลงตามเพศและรุ่นอายุ

※สนามวอลเลย์บอลเป็นสนามรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้าขนาด 18 × 9 เมตร โดยมีตาข่ายกั้นแบ่งพื้นที่การแข่งขันออกเป็นสองฝั่ง

✖แต่ละทีมมีผู้เล่น 6 คน ซึ่งแต่ละตำแหน่งจะมีบทบาทและหน้าที่แตกต่างกันในการเล่น

✱ ความสงของตาข่าย (เน็ต)

ประเภทชายทั่วไป: 2.43 เมตร

ประเภทหญิงทั่วไป: 2.24 เมตร

●วิธีการทำคะแนน

(1)ระบบการนับคะแนนแบบเรลลีฟอยด์



- เวลาได้คะแนน: เมื่อทีมตนเองรุกสำเร็จ หรือผู้ต่อสู้ทำผิดพลาด/ พาวส์ จะได้ "1 คะแนน" แต่ไม่มีสิทธิ์เสิร์ฟก็ได้คะแนนได้
- เงื่อนไขชนะ: 1 เซตต้องได้ 25 คะแนนก่อน (เซตที่ 5 ใช้ 15 คะแนน) ครบเซตแบบ 5 เซต ทีมที่ชนะ 3 เซตก่อนเป็นผู้ชนะ
- ตัวชี้: หากเสมอกันที่ 24-24 ต้องเล่นต่อจนกว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะนำ "2 คะแนน"!

สามารถขอเวลานอกได้ทีละไม่เกิน 2 ครั้งต่อเซต

※ปัจจุบันการแข่งขันระดับนานาชาติใช้ระบบการนับคะแนนแบบนี้

(2)ระบบการนับคะแนนแบบไฮด์เอาต์



※ สมัยที่ผม/ดิฉันเล่นวอลเลย์บอล ยังใช้ระบบไซด์เออร์ต ต่อมาในปี 1999 ระบบนี้ถูกยกเลิกเพื่อลดระยะเวลาการแข่งขัน และเปลี่ยนมาใช้ระบบแรลลีพอยต์ที่ใช้ในปัจจุบันแทน

●3 กฎพื้นฐานของวอลเลย์บอล

การฟาวล์ตามกฎหมาย	เนื้อหา	ข้อควรระวัง
การตัดสินอินหรือเอาร์ท	เส้นเป็นเกณฑ์ในการตัดสิน	ถ้าสัมผัสเส้นแม้เพียงเล็กน้อยถือว่าอิน
การส่งบอลกลับภายใน 3 ครั้ง	ถ้าสัมผัสครบ 4 ครั้งถือเป็นการฟาวล์ (โฟร์ฮิต)	การสัมผัสบอลของบล็อกไม่นับรวมในจำนวนครั้ง
การผ่านเสาดอากาศ	ต้องส่งบอลผ่านด้านในของเสาดอากาศที่อยู่ปลายเน็ตทั้งสองข้าง	การสัมผัสเสาดอากาศหรือผ่านด้านนอกถือเป็นเอาร์ท



การตัดสินอินหรือเอาร์ท

- ถ้าลูกบอลสัมผัสเส้นแม้เพียงเล็กน้อยถือว่า "อิน"
- ถ้าลูกบอลชนเสาแล้วตกลงฝั่งตรงข้ามถือว่า "เอาร์ท"



การส่งบอลกลับภายใน 3 ครั้ง

- ต้องส่งบอลกลับให้คู่ต่อสู้ภายใน 3 ครั้ง (4 ครั้งขึ้นไปคือ "โฟร์ฮิต")
- การสัมผัสของบล็อกไม่นับรวมในจำนวนครั้ง
- ห้ามคนเดิมสัมผัสบอลติดต่อกัน



การผ่านด้านในเสาดอากาศ

- การส่งบอลกลับต้องผ่านด้านในของ "เสาดอากาศ" ทั้งสองข้างของเน็ตเสมอ
- ถ้าสัมผัสเสาดอากาศหรือผ่านด้านนอกถือว่าเสียแต้ม

●5 กฎการฟาวล์หลักของวอลเลย์บอล

ชื่อการฟาวล์	เนื้อหา	ข้อควรระวัง
การสัมผัสบอลผิดกติกา (Obvious Contact)	การสัมผัสบอลผิดกติกา 2 ครั้งติดต่อกัน	หลีกเลี่ยงการสัมผัสบอลต่อเนื่อง
โฮลด์ดิ้ง (Holding)	จับหรือพาดบอลไป	ให้บอลออกในชั่วพริบตา
ทัชเน็ต (Touch Net)	ร่างกายสัมผัสกับเน็ต	รักษาระยะห่างตอนลงพื้น
พาสซิง (Passing) การส่งบอล	ข้ามเส้นกึ่งกลางสนาม	ต้องระวังบริเวณเท้า
โอเวอร์เน็ต (Over Net)	สัมผัสบอลในฝั่งของคู่ต่อสู้	ให้สัมผัสบอลในฝั่งของตนเอง



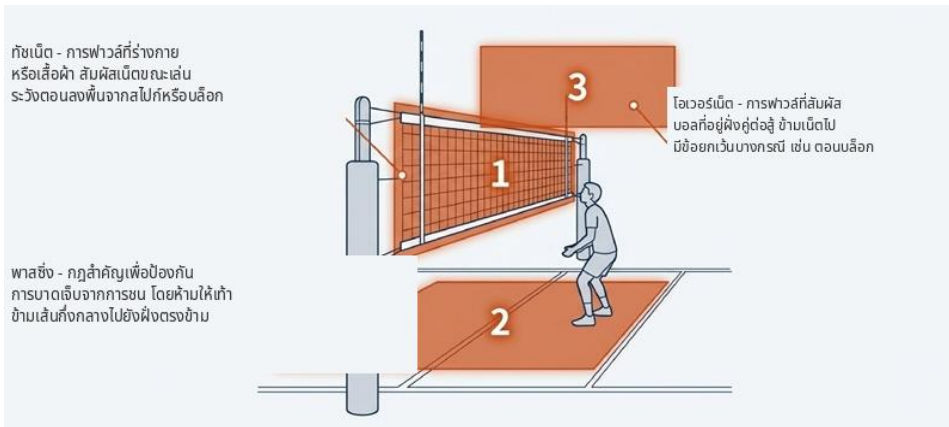
ด๊อบเบิลคอนแทค (ดริบเบิล)

- การฟาวล์ที่คนเดียวกันสัมผัสบอล 2 ครั้งติดต่อกัน
- ระวังกรณีรับไปตามทิศทางที่กระเด็นออกแล้วไปสัมผัสซ้ำ!



โฮลด์ดิ้ง (จับลูกบอล)

- การกระทำที่จับหรือพาดบอลไป
- ระวังระวังการจับบอลด้วยฝ่ามือแบนเกินไป สิ่งสำคัญคือต้องปล่อยบอลออกในชั่วพริบตา

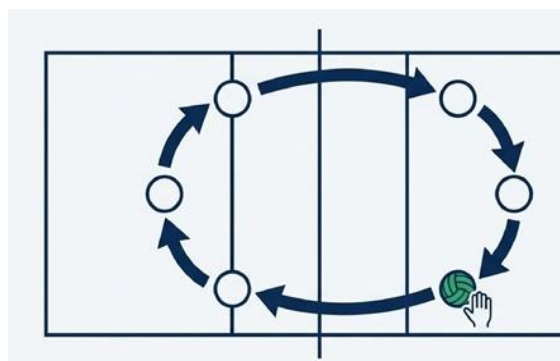


● ตำแหน่งผู้เล่นวอลเลย์บอล



- ※ ผู้เล่นแดนหน้า (3 คน) มีหน้าที่หลักในการรุกและทำคะแนน แดนหลัง (3 คน) มีหน้าที่หลักในการรับและป้องกันลูก
- ※ ลิเบโรเป็นตำแหน่งผู้เล่นที่ถูกกำหนดขึ้นมาเพื่อการเล่นเกมรับโดยเฉพาะ โดยมีบทบาทสำคัญในการรับลูกเสิร์ฟและป้องกันการโจมตีของฝ่ายตรงข้าม
- ※ ลิเบโรไม่สามารถทำการรุกได้ แต่สามารถเปลี่ยนตัวเข้า-ออกสนามได้อย่างอิสระตามกติกา
- ※ จุดสังเกตของลิเบโรคือสวมชุดแข่งขันสีแตกต่างจากเพื่อนร่วมทีม
- ※ ในยุคที่ผู้เล่นวอลเลย์บอล ตำแหน่งลิเบโรยังไม่ค่อยมีเหมือนในปัจจุบัน
- ※ ตำแหน่งลิเบโรถูกกำหนดขึ้นในปี 1998 เพื่อให้ผู้เล่นที่ไม่ได้มีความได้เปรียบด้านความสูง สามารถใช้ทักษะการรับและการป้องกันเกมเข้ามามีบทบาทสำคัญในทีมได้เช่นกัน

● กติกาพื้นฐานของการหมุนตำแหน่งผู้เล่นในกีฬาวอลเลย์บอล



โรเตชันคืออะไร?

- กฎที่กำหนดให้ผู้เล่นทุกคนหมุนตำแหน่งไปตามเข็มนาฬิกาที่ละ 1 ตำแหน่ง เมื่อทีมตนเอง "ได้สิทธิ์เสิร์ฟ"

ทำไมต้องหมุน?

- เป็นระบบที่ทำให้ผู้เล่นทุกคนได้เสิร์ฟอย่างเท่าเทียมกัน ไม่ใช่แค่ผู้เล่นเอซเท่านั้น และได้ประสบการณ์ในตำแหน่งต่าง ๆ

※เป็นกติกาที่ผู้เล่นทุกคนต้องหมั่นตำแหน่งตามเข็มนาฬิกาเมื่อทีมได้รับสิทธิ์เสิร์ฟ ผู้เล่นทุกคนจะได้ทำหน้าที่เสิร์ฟตามลำดับ ดังนั้น การจดจำทิศทางการหมุนตำแหน่งจึงเป็นพื้นฐานสำคัญของกีฬาวอลเลย์บอล

ชื่อตำแหน่ง	ตำแหน่งที่อยู่	บทบาทหลัก
ฟรอนต์ (Front)	แถวหน้า	สไปก์·บล็อก
แบ็ก (Back)	แถวหลัง (ซ้าย·กลาง·ขวา)	รีซีฟ·เสิร์ฟ
เซตเตอร์ (Setter)	อยู่ตรงไหนก็ได้	ผู้บังคับเกมที่ทำให้การทอสบอล
ลิเบโร่ (Libero)	เฉพาะแถวหลังเท่านั้น	ผู้เชี่ยวชาญด้านการรับโดยเฉพาะ

●ลำดับการแข่งขันวอลเลย์บอล



※การแข่งขันเริ่มต้นด้วยการเสิร์ฟ จากนั้นจะเป็นการรับลูก, การเซตลูก, และการตบ ซึ่งเป็นลำดับการเล่นต่อเนื่องที่นำไปสู่การทำคะแนน

ประเภทของการเล่น	เนื้อหา	ข้อควรระวัง
เสิร์ฟ	ต้องตีบอลภายใน 8 วินาทีหลังเสียงนกหวีด	ถ้าเหยียบเส้นถือเป็นการฟาวล์
การรุก (3 ครั้ง)	รีซีฟ·ทอส·สไปก์	ความร่วมมือของทีมเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้
บล็อก	สกัดการรุกของคู่ต่อสู้ที่บริเวณเน็ต	ไม่นับรวมอยู่ในจำนวนครั้งของการสัมผัสบอล

เป็นอย่างไรกันบ้างครับ

แม้ขณะนี้กระแสนฟุตบอลโลกจะได้รับความสนใจอย่างมากในญี่ปุ่น แต่สำหรับแฟนกีฬาวอลเลย์บอล ยังสามารถติดตามการแข่งขัน Volleyball Nations League (VNL) ของทีมชาติญี่ปุ่น ซึ่งจัดขึ้นระหว่างวันที่ 4 มิ.ย. – 26 ก.ค.

ถ่ายทอดสดทางช่องในเครือ TBS

มาร่วมเชียร์ทีมชาติญี่ปุ่นไปด้วยกันครับ