

# ชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ชุดที่ 1

การเลี้ยงลูกฟุตบอล



นายอภินันท์ บุญศรี

ครูชำนาญการ โรงเรียนบ้านหนองนกคู่

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต 7





ชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา  
และพลศึกษา วิชาพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ข้าพเจ้าได้จัดทำขึ้น  
เพื่อให้นักเรียนใช้เป็นแนวทางประกอบการฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล โดยมี  
เนื้อหาสาระเกี่ยวกับขั้นตอนวิธีการเลี้ยงลูกฟุตบอล รวมทั้งแบบฝึกการเลี้ยง  
ลูกฟุตบอลในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนมีทักษะด้านการเลี้ยง  
ลูกฟุตบอลพัฒนาดียิ่งขึ้น และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา  
ฟุตบอล ข้าพเจ้าหวังเป็นอย่างยิ่งว่าชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอลเล่มนี้  
จะเป็นประโยชน์แก่นักเรียน ครูผู้สอน ผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอล และผู้ที่  
สนใจศึกษาค้นคว้า



อภินันท์ บุญศรี





## คำแนะนำการใช้ชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอลสำหรับครูผู้สอน

1. ใช้ชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล ชุดที่ 1 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8-9
2. ครูชี้แจงวิธีการศึกษาชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล ซึ่งเป็นชุดแบบฝึกที่ศึกษาด้วยตนเองเป็นกลุ่มให้นักเรียนเข้าใจ โดยมุ่งความร่วมมือ ความตั้งใจ ความซื่อสัตย์ต่อตนเอง ต่อเพื่อนร่วมกลุ่ม ต่อครูผู้สอน และนักเรียนต้องปฏิบัติตามกิจกรรมการฝึกไปตามคำแนะนำการใช้ชุดแบบฝึกตามลำดับ
3. เตรียมสถานที่ สนามอุปกรณ์ในการทดสอบทักษะ การฝึกทักษะ แบบบันทึกการทดสอบทักษะ กระดาษคำตอบแบบทดสอบย่อย และอื่นๆ ตามกิจกรรมการฝึกที่กำหนดไว้ในชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอลในแต่ละแบบฝึก
4. ครูคอยสังเกต ให้คำแนะนำและแก้ปัญหาพร้อมกับนักเรียนในระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมตามชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล
5. เมื่อนักเรียนปฏิบัติกิจกรรมในชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล เสร็จสิ้นในแต่ละชุดแบบฝึก ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอล และทำแบบทดสอบย่อยที่ 2



คำชี้แจงการใช้ชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอลสำหรับนักเรียน  
เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา  
วิชาพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

นักเรียนปฏิบัติตามขั้นตอนดังนี้

ชั่วโมงที่ 1

1. ปฏิบัติการทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอล ก่อนเรียน
2. ศึกษาใบความรู้ที่ 1 พร้อมภาพประกอบ
3. ปฏิบัติตามชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล ชุดที่ 1 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล  
ในแบบฝึกทักษะ ดังนี้

แบบฝึกทักษะที่ 1 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านใน

แบบฝึกทักษะที่ 2 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านนอก

ชั่วโมงที่ 2

1. ศึกษาใบความรู้ที่ 2 พร้อมภาพประกอบ
2. ปฏิบัติตามชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล ชุดที่ 1 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล  
ในแบบฝึกทักษะ ดังนี้

แบบฝึกทักษะที่ 3 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า

3. ปฏิบัติการทดสอบทักษะ การเลี้ยงลูกฟุตบอล หลังเรียน จากนั้นบันทึกคะแนนการ  
ทดสอบทักษะหลังเรียน เพื่อดูผลการพัฒนาทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอล

4. ทำแบบทดสอบย่อยชุดที่ 1 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล จำนวน 10 ข้อ  
แล้วตรวจให้คะแนนด้วยตนเอง

## สาระสำคัญ

การเลี้ยงลูกบอล เป็นการพาลูกบอลไปด้วยการใช้เท้าทั้งสองข้างสลับกัน จะเป็นการเดินหรือวิ่งก็ตาม เราสามารถที่จะไปได้ตามทิศทางที่ต้องการ ช้า เร็ว หรือหลบหลีกด้วยการใช้เท้าทั้งสองข้างบังคับลูก รวมทั้งการหลอกล่อ ป้องกันหรือเพื่อการพาไปยังประตู

## จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อนักเรียนได้ศึกษาและปฏิบัติการฝึกทักษะฟุตบอล เรื่องการเลี้ยงลูกฟุตบอลแล้วนักเรียนสามารถแสดงพฤติกรรมต่อไปนี้ได้

1. เข้าใจหลักการเลี้ยงลูกฟุตบอลได้อย่างถูกต้อง
2. ปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอล ได้อย่างถูกต้อง
3. มีความสนุกสนานและมีทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา






มาครับน้องมา พวกเรามา  
ฝึกทักษะฟุตบอลกันเถอะ



## สารบัญ

### เรื่อง

### หน้า

คำแนะนำการใช้ชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอลสำหรับครู	1
คำชี้แจงการใช้ชุดแบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอลสำหรับนักเรียน	2
สาระสำคัญ	3
จุดประสงค์การเรียนรู้	3
แบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอล (ก่อน-หลังใช้ชุดแบบฝึกทักษะ)	4
เกณฑ์การประเมินให้คะแนน เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล	6
แบบบันทึกผลการทดสอบทักษะ เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล	5
ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล	6
 แบบฝึกทักษะที่ 1	
 แบบฝึกทักษะที่ 2	
ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล (ต่อ)	
 แบบฝึกทักษะที่ 3	
แบบทดสอบย่อยที่ 1 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล	
แบบบันทึกสรุปลักษณะ เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล	
บรรณานุกรม	

แบบทดสอบทักษะโดยการปฏิบัติ เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล  
(ก่อน-หลังการใช้ชุดแบบฝึกทักษะ)

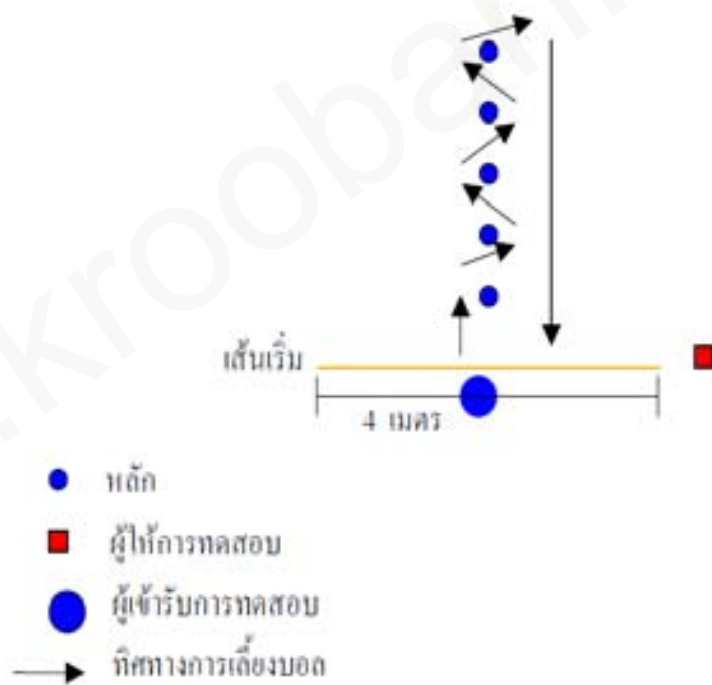
จุดประสงค์ เพื่อวัดความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอล

ระดับชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6

อุปกรณ์และสถานที่

1. ลูกฟุตบอล เบอร์ 5
2. ใบบันทึกคะแนน
3. นาฬิกาจับเวลา
4. เทปวัดระยะ
5. ปูนขาว
6. หลักสูง 130 เซนติเมตร จำนวน 5 หลัก
7. สนามฟุตบอล

การเตรียมสถานที่



เขียนเส้นตรงยาว 4 เมตร เรียกว่า “เส้นเริ่ม” จากจุดกึ่งกลางของเส้นวัดออกไปในแนวตั้งฉากทำเครื่องหมายด้วยปูนขาวที่ระยะ 1.5 , 3 , 4.5 , 6 และ 7.5 เมตรตามลำดับ จากนั้นนำหลักไปตั้งตามจุดที่ทำเครื่องหมายไว้

## วิธีดำเนินการ

⚽ ให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทำการทดสอบทีละคน โดยยืนเตรียม พร้อมลูกบอล 1 ลูกอยู่บนพื้นหลังเส้นเริ่ม

⚽ ให้ผู้ให้การทดสอบยืนข้างเส้นเริ่ม หันหน้าไปทางผู้เข้ารับการทดสอบ ผู้ให้การทดสอบจะให้สัญญาณโดยใช้คำว่า “ เริ่ม “ พร้อมกับจับเวลา

⚽ เมื่อผู้เข้ารับการทดสอบได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” ให้เลี้ยงลูกฟุตบอลซิกแซ็ก จะเริ่มต้นเลี้ยงลูกบอลไปทางด้านซ้ายหรือขวาของหลักก็ได้ (ไม่อนุญาตให้เลี้ยงข้ามหลัก) เมื่อเลี้ยงลูกบอลครบทุกหลักแล้ว ให้เลี้ยงลูกบอลกลับมายังเส้นเริ่ม (โดยไม่ต้องเลี้ยงบอลซิกแซ็กอีก) ผู้เข้ารับการทดสอบต้องเลี้ยงลูกบอลผ่านเส้นเริ่ม โดยต้องผ่านทั้งลูกฟุตบอลและคนเลี้ยง ผู้ให้การทดสอบจึงหยุดเวลา (ในขณะเลี้ยงลูกฟุตบอลต้องใกล้เคียงกับจะเลี้ยงบอลผ่านเส้นเริ่มถ้าไม่ปฏิบัติตามให้ผู้ทดสอบชี้แจงและทดสอบใหม่อีกครั้ง)

## ระเบียบของการทดสอบ

⚽ ให้ทำการทดสอบคนละ 2 ครั้ง โดยให้ทำการทดสอบครั้งที่ 1 ครบทุกคนก่อนจึงทำการทดสอบครั้งที่ 2 ตามลำดับเดิม ใช้ผลของครั้งที่เวลาที่เร็วที่สุด

⚽ ถ้าผู้รับการทดสอบเลี้ยงลูกบอลออกนอกทิศทาง ผู้รับการทดสอบจะต้องใช้เท้าเลี้ยงลูกบอลกลับมาเข้าตามทิศทางเดิม ไม่อนุญาตให้ใช้มือหรือแขนหยุด จับ หรือเลี้ยงลูกบอล

⚽ ถ้าไม่ปฏิบัติตามระเบียบที่กำหนดในข้อ 2 ให้ผู้ให้การทดสอบขาน “ เสีย “ ผู้รับการทดสอบต้องนำลูกบอลไปเริ่มต้นเลี้ยงใหม่ โดยอนุญาตให้ผู้รับการทดสอบใช้มือจับลูกบอลไปวางได้ หลังจากปฏิบัติเสียครั้งแรกแล้ว อนุญาตให้ปฏิบัติใหม่ได้อีกหนึ่งครั้ง

## การให้คะแนน

บันทึกเวลาเป็นวินาที ( ทศนิยม 2 ตำแหน่ง ) ลงในใบบันทึกคะแนน

ณัชชา เพทไสย. (2548). การสร้างแบบทดสอบทักษะฟุตบอลสำหรับนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดปทุมธานี. ปริญญาโท ศศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.



เกณฑ์การประเมินให้คะแนน  
การทดสอบทักษะก่อน-หลังการใช้แบบฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล  
เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล

ระดับทักษะ	นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	เวลา (วินาที)	คะแนน T	เวลา (วินาที)	คะแนน T
ดีมาก	8.79 ลงไป	65.93 ขึ้นไป	11.77 ลงไป	64.23 ขึ้นไป
ดี	8.80-9.59	55.31 - 65.92	11.78-13.47	54.74 - 64.22
ปานกลาง	9.60-12.41	44.69 - 55.30	13.48-16.67	45.25 - 54.73
ต่ำ	12.42-25.21	34.07 - 44.68	16.68-23.80	35.70 - 45.24
ต่ำมาก	25.22 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 34.06 ลงไป	23.81 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 35.69 ลงไป

ณัชชา เพทไสย. (2548). การสร้างแบบทดสอบทักษะฟุตบอลสำหรับนักเรียน ชั้นประถมศึกษา  
ปีที่ 6 ในจังหวัดปทุมธานี. ปริญญาานิพนธ์ ศศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.



แบบบันทึกผลการทดสอบทักษะกีฬาฟุตบอล ( ) ชาย ( ) หญิง  
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านหนองนาคู่  
 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต 7  
 เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล

ที่	ชื่อ - สกุล	การเลี้ยงฟุตบอล (วินาที)		หมายเหตุ
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน  
 (.....)



## ใบความรู้ที่ 1

### การเลี้ยงลูกฟุตบอล

#### คำชี้แจง การเลี้ยงลูกฟุตบอล

1. ยืนในท่าที่เตรียมพร้อม
2. วางลูกฟุตบอลในตำแหน่งที่กำหนด
3. เลี้ยงลูกฟุตบอลเคลื่อนที่ไปข้างหน้า หรือถอยหลัง
4. เมื่อลูกฟุตบอลออกนอกเส้นทางต้องรีบบังคับลูกฟุตบอลให้เข้าสู่เส้นทางที่กำหนด และต้องบังคับ

การเลี้ยงลูกบอล หมายถึง การพาลูกบอลไปด้วยการใช้เท้าทั้งสองเข้าสลับกัน จะเป็นการเดินหรือวิ่งก็ตาม เราสามารถที่จะไปได้ตามทิศทางที่ต้องการ ช้า เร็ว หรือหลบหลีกด้วยการใช้เท้าทั้งสองข้างบังคับลูก รวมทั้งการหลอกหลอ ป้องกันหรือเพื่อการพาไปยังประตู

การเลี้ยงลูกบอลหรือบังคับลูกบอลให้อยู่ในครอบครองนับว่ามีประโยชน์มากในการเล่นฟุตบอล เพราะผู้ที่เล่นฟุตบอลให้ได้ดีนั้น จะต้องมีความคุ้นเคยต่อลูกบอลก่อน ทั้งต้องรู้จักวิธีบังคับ ลูกบอลด้วยการเลี้ยง การเคาะ การโหม่ง เพื่อหลบหลีกฝ่ายตรงข้ามและเคลื่อนไหวไปตามทิศทางที่ต้องการ ทักษะดังกล่าวจำเป็นต้องฝึกหัดจนรู้จังหวะของลูก การเตะลูกความแรงและวิถีของลูกรวมทั้งความอ่อนตัว ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ตลอดจนสายตาของผู้เลี้ยงลูกบอลก็มีส่วนสำคัญมาก



## การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านใน

มีขั้นตอนดังนี้

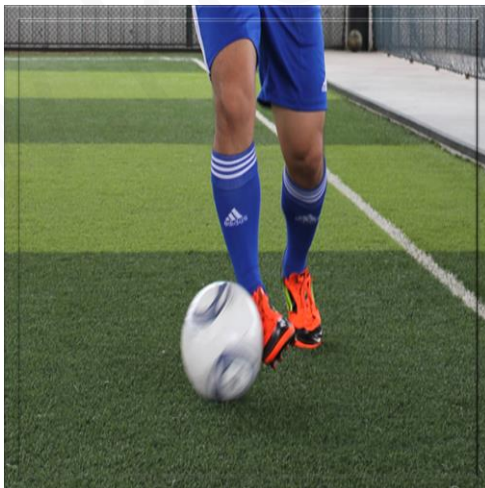
1. ให้ใช้สายตาชำเลืองดูที่ลูกบอล
2. ใช้ข้างเท้าด้านใน (ลูกแป) สัมผัสลูกบอลเบาๆ
3. การพาลูกบอลให้เคลื่อนที่ไปนั้นต้องสัมผัสเบาๆ ไม่ใช้การเตะและลูกบอลต้องห่างตัวไม่เกิน 1 ก้าว



## การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านนอก

### มีขั้นตอนดังนี้

1. ตามองไปยังทิศทางที่พาลูกไป หรือชำเลื่องดูลูกบอลเป็นครั้งคราว
2. ใช้เท้าด้านนอกทั้งเท้าซ้ายและเท้าขวาหรืออาจจะใช้ข้างเท้า ด้านในและด้านนอกช่วยในบ้างโอกาส
3. เชี่ยลูกบอลไปข้างหน้าเบา ๆ แล้วจึงตามลูกไป ให้น้ำหนักตัวโน้มไปข้างหน้า เฝ้าอยู่เหนือลูก ปลายเท้าบิดเข้าข้างในเล็กน้อย ในขณะที่เชี่ยลูกควรวิ่งด้วย ปลายเท้าเพื่อสะดวกต่อการเชี่ยลูก



## แบบฝึกทักษะที่ 1

การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านใน-ด้านนอก



### วิธีการฝึก (รูปแบบที่ 1)

คำชี้แจง นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดานวางลูกฟุตบอลด้านหน้า ใช้เท้าเหยียบลูกฟุตบอลไว้ เมื่อครูให้สัญญาณเริ่ม นักเรียนเริ่ม เลี้ยงบอลด้วยข้างเท้าด้านใน-สลับกับด้านนอกควบคู่กันไป ให้เลี้ยงในแนวหน้ากระดาน ช้า ๆ ไปเรื่อย ๆ เมื่อถึงขอบสนามหยุดลูกฟุตบอลกลับหลังหัน เลี้ยงมายังจุดเริ่มต้น ปฏิบัติให้ครบ 3 รอบ





### วิธีการฝึก (รูปแบบที่ 2)

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนรวมกลุ่มยืนปะปนกันระยะห่างประมาณ 1-2 ก้าว วางบอลด้านหน้าตัวเอง เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มฝึกให้นักเรียนเลี้ยงลูกฟุตบอล วนไปวนมาในกลุ่ม ด้วยทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอล ด้วยข้างเท้าด้านใน-ด้านนอก สลับกันไปเรื่อย ๆ พยายามอย่างให้ชนเพื่อน ฝึกไปจนเกิดความคล่องแคล่ว



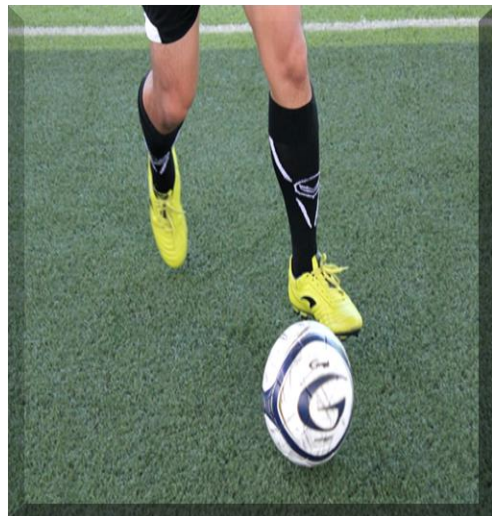
## ใบความรู้ที่ 2

### การเลี้ยงลูกฟุตบอล (ต่อ)

#### การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า

##### มีขั้นตอนดังนี้

1. การเลี้ยงลูกด้วยหลังเท้ามีลักษณะเช่นเดียวกับการเลี้ยงลูกด้วยข้างเท้าด้านใน และการเลี้ยงลูกบอลให้ลูกบอลสัมผัสกับบริเวณที่เราผูกเชือกปลายเท้าเหยียดชี้ลงพื้น
2. ให้น้ำหนักตัวไปข้างหน้าเล็กน้อย
3. อย่าใช้วิธีการเตะให้ทำเหมือนการสะกิดควรใช้ข้อเท้าช่วยคล้อยสไลด์เท้า





### แบบฝึกทักษะที่ 3

#### การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า



#### วิธีการฝึก (รูปแบบที่ 1)

**คำชี้แจง** นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดานระยะห่างกัน 2 เมตร วางลูกฟุตบอลข้างหน้าประมาณ 1 ก้าว เมื่อครูให้สัญญาณ นักเรียนเริ่มฝึกทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า โดยการเตะบอลไปข้างหน้าอย่างช้า ๆ ให้วิ่งสามก้าวแล้วเตะบอล 1 ครั้ง ไปจนสุดขอบสนามจากนั้นหยุดบอลกลับตัว เลี้ยงบอลกลับมายังจุดเริ่มต้น





### วิธีการฝึก (รูปแบบที่ 2)

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลี้ยงลูกฟุตบอลในลักษณะเดิม แต่ให้เปลี่ยนจังหวะเป็นวิ่งสองก้าวแล้วเตะบอลหนึ่งครั้งไปเรื่อย ๆ เมื่อครบ 3 รอบแล้วให้เปลี่ยนจังหวะเป็นวิ่งหนึ่งก้าวแล้วเตะบอลหนึ่งครั้ง เมื่อนักเรียนเกิดความชำนาญและความคล่องแคล่ว ให้เพิ่มความเร็วในการเลี้ยงลูกขึ้นเรื่อย ๆ



เรื่อง การเตะลูกฟุตบอล

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย X ทับ ให้ตรง ตัวอักษร ก ข ค ง ที่เห็นว่าเป็นคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวลงในกระดาษคำตอบ

**1.การเลี้ยงลูกฟุตบอลควรให้น้ำหนักตัวอยู่  
ส่วนใดของลูกฟุตบอล**

- ก.ข้างลูกฟุตบอล
- ข.ใกล้ลูกฟุตบอล
- ค.เหนือลูกฟุตบอล
- ง.ต่ำกว่าลูกฟุตบอล

**2. ข้อใดเป็นการเลี้ยงที่ครอบครองลูก  
ฟุตบอลได้ดี**

- ก.การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยเท้า
- ข.การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า
- ค.การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยเท้าด้านใน
- ง.การเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้าด้านนอก

**3.จุดประสงค์ในการเลี้ยงบอลด้วย  
ความเร็วคือข้อใด**

- ก.พัฒนาความเร็วของการเคลื่อนที่
- ข.พัฒนาความเร็วของเท้า
- ค.พัฒนาท่าทางการเคลื่อนที่รวดเร็ว
- ง.พัฒนาความเร็วในการหยุดและเคลื่อนที่

**4.การเลี้ยงเพื่อครอบครองลูกมุ่งพัฒนา  
ทักษะด้านใด**

- ก.การใช้เท้าล็อกลูกกลับ
- ข.การใช้ลำตัวบังคู่ต่อสู้
- ค.การหลบหลีกคู่ต่อสู้
- ง.การพัฒนาจังหวะการหลบหลีก

**5.การหลบหลีกคู่ต่อสู้ต้องใช้รูปแบบการ  
ฝึกแบบใด**

- ก.การเลี้ยงด้วยความเร็ว
- ข.การพัฒนาทักษะความเร็ว
- ค.การเลี้ยงหลอกล่อ
- ง.การเลี้ยงเพื่อครอบครอง

**6.การฝึกการเลี้ยงรูปแบบใด**

- ก.การเลี้ยงด้วยความเร็ว
- ข.การเลี้ยงด้วยวิธีหลากหลาย
- ค.การเลี้ยงหลอกล่อหลบหลีก
- ง.การเลี้ยงเพื่อครอบครอง

**7.น้ำหนักตัวในการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้า  
ด้านใน ควรเป็นอย่างไร**

- ก.โน้มไปข้าง ๆ
- ข.โน้มไปข้างหน้า
- ค.โน้มต่ำลงมาก ๆ
- ง.โน้มไปข้างหลัง

**8.ข้อใดเป็นหลักสำคัญในการเลี้ยงแบบ “ซีส  
เซอร์”**

- ก.การใช้ขาหลอก เท้าข้ามบอลจากด้านใน  
ลำตัวออกมา
- ข.การใช้เท้าล็อกลูกกลับด้วยความเร็ว
- ค.การเลี้ยงหลอกล่อหลบหลีก
- ง.การเลี้ยงเพื่อครอบครอง

**9.ข้อใดเป็นความหมายของการเลี้ยงฟุตบอล**

- ก.การเตะลูกฟุตบอล
- ข.การเตะลูกฟุตบอล
- ค.การหยุดลูกฟุตบอล
- ง.การครอบครองลูกฟุตบอล

**10.การเลี้ยงลูกฟุตบอลควรให้ลูกฟุตบอลห่างตัวไม่  
เกิน กี่ ก้าว**

- ก.0.5 ก้าว
- ข.1.0 ก้าว
- ค.1.5 ก้าว
- ง.2.0 ก้าว

เฉลยแบบทดสอบย่อยที่ 1  
เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล





## แบบบันทึกสรุปคะแนน เรื่อง การเลี้ยงลูกฟุตบอล

ชื่อ.....นามสกุล.....เลขที่.....

พฤติกรรม คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	สมรรถนะ สำคัญของ ผู้เรียน	คะแนน แบบทดสอบ ย่อย	รวม	คะแนน แบบทดสอบ ทักษะก่อนเรียน	คะแนน แบบทดสอบ ทักษะหลังเรียน

ความพยายามอยู่ที่ไหน  
ความสำเร็จย่อมอยู่ที่นั่น  
ครับน้อง ๆ



## บรรณานุกรม

ณัชชา เพทไสย. (2548). การสร้างแบบทดสอบทักษะฟุตบอลสำหรับนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัด

ปทุมธานี. ปริญญาโท ศึกษาศาสตร์ (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ทักษะการเล่นฟุตบอลเบื้องต้น. [ออนไลน์]. สืบค้นจาก [school.obec.go.th](http://school.obec.go.th) [3 เมษายน 2555]

ทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยเท้า. [ออนไลน์]. สืบค้นจาก [www.google.com/search?hl=th-TH&tbm=isch&q=](http://www.google.com/search?hl=th-TH&tbm=isch&q=)

ทักษะการเลี้ยงลูกฟุตบอลด้วยเท้า #hl=th-TH&q [3 เมษายน 2555]

ประโยค สุทธิสง่า. (2538 : 22-23) การฝึกทักษะกีฬาฟุตบอล. [ออนไลน์]. สืบค้นจาก

<https://sites.google.com/site/thefootball54/thaksa-beuxng-tn-khxng-kar-len-kila-futbtl>

/3- 1kar-deaa-bxl [3 เมษายน 2555]

วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดมหาสารคาม. (2534). ทักษะกีฬาฟุตบอลเบื้องต้น. [ออนไลน์]. สืบค้นจาก

[http://www.kroobannok.com/board\\_view.php?b\\_id=96513&bcat\\_id=16](http://www.kroobannok.com/board_view.php?b_id=96513&bcat_id=16)

สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์. ซีดีเรียนรู้ทักษะพื้นฐานกีฬาฟุตบอล กับปิยะพงษ์ ผิวอ่อน.

