

เอกสารและวรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

ความหมายของการเล่น เกม และกีฬา

คำว่า การ เล่น เกม และกีฬานั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด และมีการใช้  
เกี่ยวพันกันอยู่เสมอ แต่หากพิจารณาโดยละเอียดจะเห็นว่าคำทั้งสามคำนี้มีความแตกต่างกัน  
ตั้งแต่นักการศึกษา นักปรัชญา และผู้เชี่ยวชาญด้านการกีฬาได้ให้ความหมายดังต่อไปนี้

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 ให้ความหมายไว้ว่า

คำว่า "เล่น" เป็นคำกริยา แปลว่า ทำเพื่อสนุกหรือผ่อนคลาย, ลาละวง หรือ  
หมกมุ่นอยู่กับสิ่งใด ๆ ด้วยความเพลิดเพลินเป็นพิเศษ

คำว่า "การเล่น" จึงหมายความว่า การกระทำที่ทำไปเพื่อความสนุกสนานหรือ  
ผ่อนคลายอารมณ์ให้เพลิดเพลิน คำว่าการเล่นนี้มักใช้ร่วมกับคำว่า "การละเล่น" ซึ่งแปลว่า  
มหรลนต่าง ๆ การแสดงต่าง ๆ เพื่อความสนุกสนานรื่นเริง

"เกม" แปลว่า การแข่งขัน การเล่นเพื่อความสนุก

"กีฬา" แปลว่า กิจกรรมหรือการเล่นเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน เพื่อเป็น  
การบำรุงแรง หรือผ่อนคลายความเคร่งเครียดทางจิต

คำว่า "การเล่น" ในภาษาไทยนี้ตรงกับคำที่ใช้ในภาษาอังกฤษคือ คำว่า "PLAY"  
ซึ่งมีความหมายดังนี้

Encyclopedia Britannica Vol.4 ให้ความหมายว่า

PLAY หมายถึงการเล่นอย่างบริสุทธิ์ และมักเป็นการเล่นอย่างง่าย ๆ เล่นเพียง  
คนเดียว หรือหลายคนก็ได้ การเล่นจะเป็นไปโดยความสมัครใจ โดยไม่มีกฎเกณฑ์บังคับ

โรเจอร์ เคลอยล์ (อ้างถึงใน วิจารณ์ ปนาทกุล, 2531) ได้ให้ความหมาย  
และแบ่งประเภทของการเล่นและกีฬา ไว้ดังนี้

PLAY เป็นพฤติกรรมการเล่นเช่นเดียวกับ GAME แต่ไม่มีการแข่งขันไม่มีกฎกติกาตายตัว ไม่มีการแพ้ชนะ เช่น การเล่นขายของ เป็นต้น

GAME เป็นพฤติกรรมการเล่นที่เป็นอิสระ ผู้เล่น เล่นด้วยความสมัครใจไม่มีใครบังคับ มีกฎเกณฑ์กติกา กำหนดเวลาและสถานที่ ผู้เล่นไม่ทราบล่วงหน้าว่าจะแพ้หรือชนะ บางทีก็สวมบทบาทสมมติ เช่น เป็นตำรวจ เป็นผู้ร้าย เป็นต้น

SPORT เป็นพฤติกรรมการเล่นที่ไม่เป็นอิสระ เมื่อถึงเวลาแข่งขันกันแล้ว ผู้เล่นจะต้องลงแข่งขันโดยไม่มีข้อแม้ใด ๆ เช่น ฟุตบอล เป็นต้น

ชัชชัย โกมารทัต (2532) ได้ให้ความหมายของการเล่น เกม และกีฬาในแง่สังคมวิทยาไว้ว่า

การเล่น คือ กิจกรรมใด ๆ ที่ทำโดยความสมัครใจ มีความเป็นอิสระ มีลักษณะเฉพาะตัว เป็นไปตามธรรมชาติ มีลักษณะแยกออกจากบทบาทประจำวันไม่เคร่งครัดจริงจัง และไม่มีผลตอบแทน

เกม คือ รูปแบบการแข่งขันที่มีลักษณะของการเล่นอยู่มาก แต่มีโครงสร้างตั้งอยู่บนพื้นฐานของกฎ ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ ซึ่งจะถูกกำหนดโดยทักษะทางกาย กลยุทธ์ หรือโอกาส อาจใช้หลักเกณฑ์ทั้งสามนี้ร่วมกัน หรือใช้เพียงชนิดเดียวก็ได้

กีฬา คือ เกมที่เป็นระบบระเบียบที่ต้องการการแสดงออกถึงความสามารถทางกาย หรือเป็นเกมที่มีลักษณะพิเศษซึ่งมีการแสดงออกถึงความสามารถทางกาย (Physical Prowess) มีการแข่งขัน (Competition) มีแบบอย่างของตัวเอง (Pattern) มีกฎกติกา (Rules) มีลักษณะกระบวนการของความเป็นสถาบัน (Institutionalization) มีการก่อรูป (Formalization) และมีมาตรฐานของกิจกรรม (Standardizing)

Encyclopedia Americana (อ้างถึงใน จรินทร์ ชานีรัตน์, 2527) ได้อธิบายความหมายของกีฬาไว้ 3 ลักษณะ คือ

1. กีฬา หมายถึง กิจกรรมที่ทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินในยามว่าง ซึ่งได้แก่กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา ที่ทำให้ผู้เล่นได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินบันเทิงในเวลาว่าง

2. กีฬา หมายถึง กิจกรรมประเภทการเล่นและเกมต่าง ๆ โดยเฉพาะ ได้แก่ กิจกรรมการเล่นประเภทง่าย ๆ ไม่มีกฎกติกามากนัก และส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมประเภทที่เล่นในที่โล่งแจ้ง เช่น การวิ่งแข่งขัน การตกปลา และการล่าสัตว์ เป็นต้น

3. กีฬา หมายถึง เกม หรือการทดสอบ หรือการแข่งขันใด ๆ ก็ได้ที่มุ่งส่งเสริมให้เกิดความสง่างามและความแข็งแกร่งของร่างกาย รวมถึงการส่งเสริมให้เกิดผลโดยตรงต่อทักษะของบุคคลด้วย

จากการให้ความหมายดังกล่าวข้างต้นทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่าการเล่นกระต่ายขาเดียว เป็นการเล่นที่อยู่ในระดับ "GAME" เนื่องจากเป็นการเล่นที่มีการแข่งขันกัน โดยมีกฎเกณฑ์ที่กำหนดขึ้นในขณะที่จุดประสงค์ของการเล่นยังคงเป็นเพียงเพื่อความสนุกสนาน รื่นเริง และไม่หวังสิ่งใดตอบแทน

### ทฤษฎีการเล่น

นักสังคมวิทยาได้พยายามรวบรวมความคิดความเข้าใจต่าง ๆ มาเป็นหลักเพื่อที่จะยึดถืออธิบายว่า การเล่นมีความสำคัญและจำเป็นอย่างไร ทำไมคนจึงเล่น ซึ่งทฤษฎีการเล่นที่สำคัญ และมักกล่าวถึงกันบ่อย ๆ มี 7 ทฤษฎี คือ (ประพัฒน์ ลักษณะนิลสุทธิ, 2532)

1. ทฤษฎีกำลังเหลือ หรือทฤษฎีพลังงานเกินความต้องการ (Surplus Energy Theory) หรือบางครั้งเรียกทฤษฎีนี้ตามชื่อของผู้คิดทฤษฎี คือ ทฤษฎีสเปนเซอร์ ซิลเลอร์ (Spencer Schiller Theory) ทฤษฎีนี้กล่าวว่า คนเรามีทั้งการสะสมและการใช้หรือระบายพลังงาน โดยเฉพาะในเด็กวัยรุ่น พลังงานส่วนใหญ่ออกเหนือไปจากการเรียนการพักผ่อนแล้วก็จะใช้หนักไปทางด้านการเล่น อาจจะเล่นเป็นส่วนบุคคลหรือทีม โดยเฉพาะการเล่นประเภทต่อสู้ผจญภัย ซึ่งในการเล่นนี้ถ้าเด็กไม่ได้รับการควบคุม อบรมสั่งสอน เด็กอาจจะนำพลังงานที่เกินมานี้ไปใช้ในทางที่ผิด อาจจะเป็นการยกพวกตีรันฟันแทงกัน ซึ่งถือเป็นปัญหาทางสังคมที่สำคัญอย่างหนึ่งที่เกิดจากวัยรุ่น อย่างไรก็ตาม ทฤษฎีนี้ก็มิได้หมายถึงการระบายพลังงานออกโดยใช้การเล่นเป็นสื่อเท่านั้น แต่ยังเน้นถึงการเล่นในส่วนที่จะช่วยเสริมสร้างให้เกิดพลังงานขึ้นมา และเป็นลักษณะที่ต่อเนื่องกันด้วย การสร้างและการใช้จะต้องค่อยเป็นค่อยไป โครงสร้างและหน้าที่ของอวัยวะและระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายจึงจะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ทฤษฎีนันทนาการ (Recreation Theory) ซึ่งมีเนื้อหาใจความว่า คนเราจำเป็นจะต้องมีการพักผ่อนและกระทำกิจกรรมอันเป็นการเสาะแสวงหาความรื่นเริงบันเทิงใจ

ซึ่งเป็นทางออกอันหนึ่งในการสนองความต้องการตามธรรมชาติอันเป็นความต้องการที่จะขาดเสียมิได้ ถ้าหากขาดกิจกรรมนี้ไป พลังงานที่เสียไปจะไม่ได้กลับคืนมา จะทำให้การประกอบกิจกรรมอื่น ๆ เกือบทุกด้านเสื่อมประสิทธิภาพลง ธรรมชาติของคนจะมีการกระทำดังกล่าวนี้ตลอดมา เพียงแต่ไม่รู้เท่านั้นว่าได้ประกอบกิจกรรมทางนั้นมานานแล้ว และการกระทำดังกล่าวมักจะมีเกิดจากความสมัครใจของผู้กระทำเอง ช่วยให้ผู้กระทำเกิดความสดชื่น สนุกสนาน กระปรี้กระเปร่า และช่วยให้รู้จักปรับตัวให้เข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อม

3. ทฤษฎีการผ่อนคลายความเครียด (Relaxation Theory) ทฤษฎีนี้มีส่วนคล้ายคลึงกับทฤษฎีนั้นมานานมาก แต่จะเน้นการผ่อนคลายความเครียดไปที่ร่างกายเป็นส่วนใหญ่ กล่าวคือ ความเครียดที่เกิดจากการที่ต้องใช้ร่างกายอย่างระมัดระวังในงานที่ประณีต เช่น ช่างซ่อมยานาฬิกาข้อมือ ช่างเจียรไนเพชรพลอย ที่ต้องใช้สายตา มือและนิ้ว คร่ำเคร่งอยู่กับสิ่งของเล็ก ๆ น้อย ๆ ซึ่งถ้าได้ผ่อนคลายความเครียดโดยการละจากงานนั้น ลักครู่ ลุกขึ้นยืน เดินไปมา ออกไปสูดอากาศข้างนอก เปลี่ยนบรรยากาศไปชมนกชมไม้ รับสายลม แสงแดด แล้วกลับมาทำงานชิ้นนั้นต่อ ทฤษฎีนี้เชื่อว่าการที่คนเรามีโอกาสผ่อนคลายความเครียดเพียงชั่วระยะเวลาเล็กน้อยก็จะช่วยให้ร่างกายมีความสดชื่น พร้อมทั้งจะประกอบกิจกรรมนั้น ๆ ต่อไปได้อีกนานและมีประสิทธิภาพ

4. ทฤษฎีสัญชาตญาณ (The Instinct or Groose Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าการกระทำของคน เช่น เดิน วิ่ง กระโดด หัวเราะ หรืออื่น ๆ เป็นการแสดงออกโดยสัญชาตญาณ เมื่อคนได้มาเล่น การเล่นจะช่วยให้การเคลื่อนไหว หรือการกระทำที่เกิดจากสัญชาตญาณพัฒนาอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เป็นการพัฒนาความเจริญงอกงาม ตามธรรมชาติของมนุษย์

5. ทฤษฎีสังคมสัมพันธ์ หรือสังคมประสาน (The Social Contact Theory) ทฤษฎีนี้ต้องการชี้ให้เห็นว่าคนเป็นสัตว์สังคมประเภทหนึ่ง เด็กเกิดมาจากพ่อแม่ เด็กต้องมีพ่อแม่ ซึ่งเป็นสมาชิกของสังคม แวดล้อมด้วยสิ่งต่าง ๆ นานัปการ การติดต่อประสานสัมพันธ์ทางสังคมเป็นสิ่งที่ขาดเสียมิได้ การเล่นจะเป็นสื่ออันหนึ่งที่จะเสริมสร้างความประสานสัมพันธ์ในสังคมให้ดีขึ้น การเล่นจะช่วยให้เด็กมีชีวิตอยู่ในสังคมได้ดี อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

6. ทฤษฎีการแสดงออกของตนเอง (The Self Expression Theory) ทฤษฎีนี้กล่าวว่าการเล่นเป็นกิจกรรมการแสดงออกทางหนึ่งของคน คนคิดจะทำอะไร คิดอย่างไร

จะแสดงให้เห็นได้โดยการเล่น บางครั้งการแสดงออกนี้ยังช่วยเปิดโอกาสให้บุคคลได้ชดเชยความรู้สึกต่ำต้อย หรือความล้มเหลวในด้านอื่น ๆ ของชีวิต อย่างไรก็ตามการแสดงออกของ คนก็ควรจะมีขอบเขตจำกัดไม่มากเกินไป มิฉะนั้นจะทำให้ผลของการชดเชยนั้นๆ เสียไปด้วย

7. ทฤษฎีรับช่วงมรดก หรือกล่าวย่อ (Inheritance or Recapitulation Theory) ทฤษฎีนี้ กล่าวถึง การเล่นว่าเป็นมรดกของบรรพบุรุษที่บุคคลรุ่นปัจจุบันรับช่วงมา และได้นำมาปฏิบัติสืบทอดกันมาอีก (เป็นการกล่าวย่อ) อย่างไรก็ตาม การเล่นดังกล่าวก็ได้ รับการพัฒนา ปรับปรุง แก้ไขให้ดียิ่งขึ้น และแน่นอน การเล่นของคนในแต่ละชาติภาษา ย่อม จะแตกต่างกันออกไปตามสังคมที่อยู่อาศัยที่ตนเกี่ยวข้องกับอยู่

### ความสำคัญของการเล่นต่อพัฒนาการของเด็ก

การเล่นเป็นกิจกรรมที่เป็นหัวใจและมีความสำคัญยิ่งในวัยเด็ก ธรรมชาติของเด็ก จะชอบเล่น การเล่นนอกจากจะเป็นการสนองความต้องการทางจิตใจ คือ เกิดความสนุกสนาน แล้ว การเล่นยังเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเด็ก ในขณะที่เด็กเล่น เด็กจะเกิดการเรียนรู้ไปพร้อม ๆ กันไปด้วย ดังนั้นถ้าเราเข้าใจความสำคัญของเล่น เข้าใจธรรมชาติและการเรียนรู้ของเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กได้รับประสบการณ์จากสิ่งที่เขาพอใจและหาวิธีส่งเสริมให้เด็กเกิดการ เรียนรู้อย่างเหมาะสม ก็จะช่วยให้ประสบการณ์ที่จัดให้กับเด็กที่มีคุณค่าและเหมาะสมกับพัฒนา การของเด็กอย่างแท้จริง (เยาวนา เดชะคุปต์ อ้างถึงใน พันธณี เจริญสุข, 2528)

การเล่น มีความสำคัญต่อพัฒนาการของเด็กเป็นอย่างมาก เนื่องจากกิจกรรม ล้วนใหญ่ของชีวิตเด็ก คือ การเล่น การขัดขวางการเล่นของเด็กจึงถือว่าเป็นการขัดขวาง พัฒนาการของเด็กด้วย

การเล่น เป็นการส่งเสริมให้เด็กรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การเล่นกีฬา ต่างๆ ทำให้เด็กมีสุขภาพดี มีน้ำใจเป็นนักกีฬา ทำให้จิตใจเบิกบาน สามารถเข้ากับเพื่อนฝูง ได้ นอกจากนี้การเล่นบางอย่างทำให้เด็กได้ฝึกสมองและความว่องไว ตลอดจนเสริมสร้าง สมรรถภาพทางกาย และทางอารมณ์ให้มั่นคงยิ่งขึ้น (ฉวีวรรณ คูหาภินันท์, 2519)

การเล่นมีบทบาทต่อพัฒนาการทั้ง 4 ด้านของคน คือ พัฒนาการทางกาย ทางอารมณ์ ทางสังคมและทางสติปัญญา นอกจากนี้การเล่นของเด็กก็มีลักษณะเป็นการทดลองใช้ความรู้ที่ตน

มีต่อสิ่งแวดล้อมทางสังคมหรือสิ่งแวดล้อมที่เป็นรูปธรรมอื่นๆ โดยอาศัยความสามารถเฉพาะตัวของเด็กเอง เป็นการทดลองปฏิบัติการด้วยตนเองอย่างอิสระและสนุกสนานเพลิดเพลิน การเล่นจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อการเรียนรู้ของเด็ก (สุรสิงห์ลำรวม ฉิมพะเนา, 2520)

เด็กเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากธรรมชาติโดยการนำวัตถุที่ได้จากสิ่งรอบ ๆ ตัวมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการเล่น เช่น พืช สัตว์ หรือสิ่งประกอบอื่น ๆ ที่หาได้ง่าย และการเล่นของเด็กยังเป็นการใช้พลังงานส่วนเกินไปในทางสร้างสรรค์ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง และสังคม ทั้งนี้ การเล่นของเด็กเป็นไปตามสัญชาตญาณที่ต้องการเคลื่อนไหวและผ่อนคลายความตึงเครียด โดยการเลาะแสวงหาวิธีการที่จะทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน

การเล่นเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมทั้งหลายที่แสดงให้รู้ถึงประวัติศาสตร์ของมนุษย์ และสะท้อนให้เห็นแนวความคิดและค่านิยมของวัฒนธรรมเหล่านั้น ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า การเล่นถือเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยให้การเจริญเติบโต และพัฒนาการของเยาวชนเป็นไปอย่างมีชีวิตชีวายิ่งขึ้น (ประพัฒน์ ลักษณะนิลฤทธิ, 2532)

### ประเภทของการเล่น

นักการศึกษาเกี่ยวกับการเล่นของเด็กได้แบ่งประเภทการเล่นออกไปต่าง ๆ กัน ดังเช่นต่อไปนี้

อี.โอ.ฮาร์บิน (อ้างถึงใน ณะอบ โปะษะกฤษณะ, 2522) ได้แบ่งประเภทการเล่นออกเป็น 15 ประเภท คือ

1. การเล่นที่ใช้ลูกบอล
2. การเล่นที่ใช้ไม้ตี
3. การเล่นปิดตา
4. การเล่นที่ใช้กระดาน
5. การเล่นเป็นวง
6. การเล่นที่มีการปรับ
7. การเล่นเดา
8. การเล่นเลียนแบบ

9. การเล่นแข่งขัน
10. การเล่นเป็นจังหวะ
11. การเล่นร้องเพลง
12. การเล่นที่ฝึกทักษะ
13. การเล่นไล่จับ
14. การเล่นเป็นหมู่
15. การเล่น 2 คน

จิตติมาวดี เจริญรัชต์ (2521) แบ่งประเภทการเล่นตามหลักการทางพลศึกษา ออกเป็น 8 ประเภท ดังต่อไปนี้

1. การเล่นประเภทชิงที่หมาย หรือมีที่หมาย
2. การเล่นประเภทไล่จับ
3. การเล่นประกอบเพลง
4. การเล่นประเภททดสอบสมรรถภาพทางกาย
5. การเล่นแบบผลัด
6. การเล่นเป็นหมู่
7. การเล่นประเภทกีฬา
8. การเล่นเบ็ดเตล็ด

จากการแบ่งประเภทการเล่นที่กล่าวมา ผู้วิจัยเห็นว่า การเล่นกระต่ายขาเดียว จัดอยู่ในประเภท การเล่นไล่จับ ที่มีการแข่งขันภายใต้กฎเกณฑ์ที่ร่วมกันกำหนดขึ้น เป็นการ เล่นที่อยู่ในระดับ "GAME" ซึ่งเป็นระดับที่สามารถพัฒนาให้เป็นกีฬาได้ การเล่นประเภทไล่ จับนั้น เป็นการเล่นที่มีเล่นอยู่ในทุกส่วนของโลกเป็นเวลานานมาแล้ว แต่กีฬาที่เล่นกันอยู่ ทั่วไปในปัจจุบันนี้ ไม่มีกีฬานิดใดเลยที่มีลักษณะเป็นการไล่จับโดยตรง หากได้มีการพัฒนา กีฬานิดใหม่ที่มีลักษณะดังกล่าวขึ้นก็จะเป็นที่น่าสนใจ ทั้งยังสอดคล้องกับพื้นฐานการเล่นของ คนอีกเป็นจำนวนมาก



## ประวัติการเล่นของไทย

การเล่นของไทยนั้นมีมาตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ก่อนประวัติศาสตร์ (ผะอบ โปษะกฤษณะ, 2522) กล่าวคือ เมื่อมนุษย์รู้จักเอาดินมาปั้นเป็นภาชนะสิ่งของเครื่องใช้ เด็กๆ เห็นผู้ใหญ่ทำ ก็ได้เลียนแบบนำดินมาปั้นเล่นบ้าง ในศิลาจารึกของพ่อขุนรามคำแหง ได้กล่าวถึงคนในสมัยสุโขทัยว่า อยู่เย็นเป็นสุข อยากเล่นก็เล่น ดังที่กล่าวไว้ว่า "...ใครจักมักเล่น เล่น ใครจักมักหัว หัวใคร จักมักเลื้อน เลื้อน ..." แต่ไม่มีกล่าวไว้ว่าคนในสมัยนั้นมีการเล่นอะไรบ้าง ในสมัยอยุธยาได้มีการกล่าวถึงการเล่นบางอย่างไว้ในบทละครครั้งกรุงเก่า เรื่อง นางมโนราห์ ซึ่งเรื่องนี้กรมพระยาตำราพระราชาภาพ ทรงสันนิษฐานว่า แต่งก่อนสมัยสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ การเล่นที่ปรากฏในบทละครเรื่องนี้คือการเล่นสิงขงหลัก และปลาลองอวน ดังบทที่ว่า

"...เมื่อนั้น นวลนางพระพี่ศรีจุลา ว่าเจ้าโณมตรุมโนราห์ มาเราจะเล่น กระไรดี เล่นให้สบายคลายทุกข์ เล่นให้สนุกในวันนี้ จะเล่นให้ขันทันลักที เล่นกันให้สนุกจริงจริง มาเราจะวิ่งสิงขงเสลา ข้างโน้นนะเจ้าเป็นแดนพี่ ข้างนี้เป็นแดนเจ้านี้ เล่นสิงขงเสลาเหมือนกัน ถ้าใครวิ่งเร็วไปข้างหน้า ถ้าใครวิ่งช้าอยู่หลังนั้น เอาบัวเป็นเสลาเข้าชิงกัน ขยิกไล่ผายผันกันไปมา เมื่อนั้น นวลนางพระพี่ศรีจุลา บอกเจ้าโณมตรุมโนราห์ มาเราจะเล่น ปลาลองอวน บัวผุดลุดท่องนองเป็นปลา ลอยล่องท่องมาเจ้าหน้านวล จึงชิงมือกันไว้เป็นสายอวน ดักทำหน้านวลเจ้าล่องมา ออกหน้าที่ใครจับตัวได้ คมตัวเอาไว้ว่าได้ปลา..."  
(บทละครครั้งกรุงเก่า อ้างถึงใน ผะอบ โปษะกฤษณะ, 2522)

วรรณคดีสมัยรัตนโกสินทร์ก็ปรากฏการเล่นหลายอย่าง เช่น ตะกร้อ จ้องเต ชีม้า ล่องเมือง เป็นต้น ดังที่กล่าวไว้ในอิเหนา บทที่ว่า

"ข้างตั้งวงตะตะกร้อเล่น                      เพล่าเย็นแดดร่มลมสงบ  
ปะเตะโต้คู่กันลั่นทัก                      บ้างถนัดเข้าเตะเป็นน้ำดู



ที่หนุ่มหนุ่มคะนองเล่นจ้องเต สรวลเสเฮฮาขึ้นซี้คู่  
บ้างร่าอย่างชวามลายู เป็นเหล่าเหล่าเล่นอยู่บนคีรี"  
(อิเหนา อ่างถึงในเล่มเดียวกัน)

สำหรับการเล่นกระต่ายขาเดียวนั้น ก็เป็นการเล่นเก่าแก่ของไทยชนิดหนึ่ง แต่  
ไม่มีหลักฐานแน่ชัดว่าเล่นกันมาตั้งแต่เมื่อใด จากการสอบถามผู้สูงอายุก็ได้รับคำตอบว่า  
พบเห็นมาตั้งแต่สมัยตนเป็นเด็ก ๆ เช่นเดียวกับการเล่นชนิดอื่น ๆ ซึ่งก็ไม่มีการบันทึกประวัติ  
ที่แน่นอนเช่นเดียวกัน

### ลักษณะการเล่นของเด็กไทย

วรรณ วิบูลสวัสดิ์ แอนเตอร์ลัน (2526) ได้จำแนกลักษณะการเล่นของเด็กไทย  
ออกเป็น 5 ประเภท คือ

1. การเล่นโดยใช้ทักษะทางร่างกายและความรู้สึกสัมผัส
2. การเล่นโดยใช้กลยุทธ์
3. การเล่นเสียงโซค
4. การเล่นแบบสวมบทบาท
5. การเล่นแบบเขย่าขวัญ

พูนสุข บุญสวัสดิ์ (2524) ได้กล่าวถึงการเล่นของเด็กไทยว่าการละเล่นเป็น  
สิ่งหนึ่งที่แสดงถึงวัฒนธรรมของชาติ และการเล่นของเด็กไทยที่มีในท้องถิ่นแต่ละจังหวัดหรือ  
แต่ละภาคของไทยนั้น ส่วนใหญ่จะมีลักษณะดังนี้

1. ไม่จำกัดจำนวนผู้เล่น
2. ไม่มีอุปกรณ์หรือเครื่องประกอบการเล่นมากนัก ถ้ามีก็จะเป็นวัสดุธรรมชาติที่  
หาได้ง่ายในท้องถิ่น
3. เป็นการเล่นง่าย ๆ ไม่มีกติกาซับซ้อน เด็กมีอิสระในการเล่นอย่างสนุกสนาน  
เป็นผู้คิดเกมการเล่นและตั้งกฎเกณฑ์ด้วยตนเอง ซึ่งจะแตกต่างกันไปตามท้องถิ่น

4. เป็นการเล่นเพื่อออกกำลังกายเป็นส่วนใหญ่ ให้มีความคล่องแคล่วว่องไวในการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะเดียวกันก็ฝึกความล่งเกต ไหวพริบ ความแม่นยำ การตัดสินใจ และความพร้อมเพรียง

5. มีเนื้อร้องหรือบทสนทนาประกอบที่มีคำสัมผัสคล้องจองกัน ทำให้สนุกสนานยิ่งขึ้น

การเล่นกระต่ายขาเดียวก็มีลักษณะดังกล่าวเกือบทุกประการคือ เป็นการเล่นที่ใช้ทักษะทางด้านร่างกายเป็นส่วนใหญ่ แต่ก็มีการใช้กลยุทธ์ขณะเล่น มีการเล็งโขดเล็กน้อยก่อนเริ่มเล่น มีการสวมบทบาทเป็นกระต่าย เป็นการเล่นที่ไม่จำกัดจำนวนผู้เล่น ไม่มีอุปกรณ์ ไม่มีกติกาซับซ้อน และเป็นการฝึกไหวพริบและการตัดสินใจด้วย

#### ลักษณะการเล่นกระต่ายขาเดียว

การเล่นกระต่ายขาเดียว เป็นการเล่นของเด็กซึ่งมีเล่นกันอยู่ในทั่วทุกภาคของประเทศ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน อาจมีชื่อเรียกและวิธีเล่นแตกต่างกันออกไปบ้างในแต่ละท้องถิ่น แต่ลักษณะการเล่นที่สำคัญจะเป็นลักษณะเดียวกัน คือ การที่ผู้เล่นคนหนึ่งเขย่งด้วยเท้าข้างใดข้างหนึ่งและพยายามไล่แตะผู้เล่นฝ่ายตรงข้ามภายในเขตที่กำหนดไว้ โดยที่ฝ่ายหนึ่งสามารถเคลื่อนที่ได้ตามปกติ เมื่อแตะได้ก็จะถือว่าคนที่ถูกแตะนั้น "ตาย" และหากเท้าอีกข้างหนึ่งของผู้ไล่ถูกพื้นก็จะถือว่าผู้ไล่ นั้น "ตาย" เช่นเดียวกัน

ประพันธ์ ลักษณะนิสฺฐิตี (2532) ได้อธิบายวิธีการเล่นกระต่ายขาเดียว ไว้ดังนี้

1. ไม่จำกัดจำนวนผู้เล่น แต่ต้องไม่ต่ำกว่า 2 คน จะเล่นเดี่ยวหรือเล่นเป็นพวกก็ได้ ถ้าเล่นเป็นพวกก็แบ่งออกเป็น 2 ฝ่าย เท่า ๆ กัน ฝ่ายหนึ่งเป็นกระต่าย อีกฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายวิ่ง ฝ่ายที่เป็นกระต่ายตั้งชื่ออะไรก็ได้แทนชื่อของตัวเอง และบอกให้อีกฝ่ายหนึ่งทราบว่า มีชื่ออะไรบ้าง ฝ่ายที่วิ่งก็เลือกเอาชื่อใดชื่อหนึ่ง เมื่อเลือกโดนชื่อใคร คนนั้นก็ออกเป็นกระต่าย ฝ่ายที่วิ่งก็วิ่งหนี ไปในขอบเขตที่กำหนดไว้ ฝ่ายที่เป็นกระต่ายก็จะมาไล่จับโดยการเขย่งไปด้วยขาข้างใดข้างหนึ่ง การจับทำได้โดยการแตะที่ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายก็ได้

2. เมื่อใครถูกจับจะต้องออกจากเขตที่เล่น แล้วคนที่เป็นกระต่ายก็วิ่งไล่จับคนอื่นต่อไป แต่ถ้าคนที่เป็นกระต่ายเหนื่อยและเอาขาลง คนที่เป็นฝ่ายวิ่งก็จะเลือกชื่อใหม่ ออกเป็นกระต่ายแทน ไล่จับอีกฝ่ายหนึ่งอย่างนี้เรื่อยไป

3. ถ้าฝ่ายที่เป็นกระต่ายไล่จับฝ่ายที่วิ่งได้หมด ฝ่ายที่วิ่งก็จะเป็นกระต่ายแทน แต่ในกรณีที่ฝ่ายที่เป็นกระต่ายหมดจำนวนคนแล้วยังจับฝ่ายที่วิ่งได้ไม่หมด ก็จะต้องเป็นกระต่ายต่อไป

4. ถ้าเล่นเดี่ยว คนที่เป็นกระต่ายไล่จับคนที่วิ่ง เมื่อจับถูกใครคนที่ถูกจับก็จะเป็นกระต่ายแทน ถ้าคนที่เป็นกระต่ายเหนื่อย ก็อนุญาตให้พักได้ชั่วคราวหนึ่ง โดยยืนขาเดียวหยุดอยู่เฉย ๆ

5. ไม่ว่าจะเล่นเดี่ยว หรือเป็นพวก ถ้าฝ่ายที่วิ่ง วิ่งออกนอกเขตที่กำหนดไว้ จะถือว่าหมดสิทธิ์ ต้องออกนอกเขตเหมือนกับคนที่ถูกจับได้ และการหยุดพักให้หยุดได้มากที่สุดเพียง 3 ครั้ง ครั้งละ 1 นาที เมื่อครบ 3 ครั้งแล้ว ยังจับคนวิ่งไม่ได้ก็ต้องแสดงท่าทางหรือแสดงความสามารภให้เพื่อน ๆ ดู เช่น รำวง ร้องเพลง เป็นต้น

### คุณค่าของการเล่นของเด็กไทย

ผะอบ โปษะกฤษณะ (2522) ได้ทำการวิจัยและวิเคราะห์คุณค่าการเล่นของเด็กไทยสรุปได้ว่า การเล่นของเด็กไทยมีคุณค่าทั้งทางด้านวัฒนธรรมด้านสังคมและด้านภาษาสรุปได้ดังนี้ คือ

#### ด้านวัฒนธรรม

การเล่นของเด็กไทย มีลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงามของเด็กปรากฏอยู่อย่างชัดเจน กล่าวคือ

1. เสริมสร้างพละนาามัยให้สมบูรณ์
2. เสริมสร้างทักษะต่างๆ ให้เจริญ เช่น ทักษะในการใช้สายตาลังเกต ทักษะในการเคลื่อนไหวอวัยวะ เป็นต้น

3. ส่งเสริมความเจริญทางจิตใจ โดยปลูกฝังให้มีคุณธรรมอันจำเป็นแก่การเป็นพลเมืองดี เช่น ความซื่อสัตย์ ความอดทน ความรับผิดชอบ ความสามัคคี เป็นต้น

4. ส่งเสริมความเจริญทางสติปัญญา เช่น ฝึกให้ใช้ความคิด ฝึกความมีไหวพริบ ฝึกคาดคะเนเหตุการณ์ เป็นต้น

นอกจากลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงามแล้ว ยังมีลักษณะที่แสดงถึงความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความกลมเกลียว ก้าวหน้า และศีลธรรมอันดีอีกด้วย

#### ด้านสังคม

1. การเล่นของเด็กไทย ละอ่อนสภาพของสังคมไทยในด้านต่าง ๆ เช่น สภาพความเป็นอยู่ และอาชีพของชาวบ้าน ความเชื่อและค่านิยมของคนไทยสมัยก่อน

2. การเล่นช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพของเด็กทั้งทางกาย และจิตใจ ฝึกให้เป็นผู้มีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบ มีความสามัคคีกันในหมู่คณะ เมื่อเติบโตขึ้นเด็กเหล่านี้ก็จะมีคุณสมบัติเหมาะสมที่จะเป็นกำลังของประเทศชาติ อันเป็นคุณค่าทางสังคมอันพึงปรารถนา

#### ด้านภาษา

บทร้องประกอบการเล่นของเด็กไทย มีคุณค่าด้านภาษาและวรรณศิลป์และในแง่การสื่อสาร

ในแง่วรรณศิลป์นั้น บทร้องมีรูปแบบไม่จำกัดตายตัว มีการใช้คำเป็นวรรคสั้น ๆ และมีเสียงสัมผัสคล้องจอง ทำให้เกิดความไพเราะ ทำนองที่ใช้ร้องเป็นทำนองง่าย ๆ มีจังหวะเข้ากับวิถีเล่น มีการใช้คำที่เสียงเสียงต่าง ๆ และมีการใช้สัญลักษณ์ในเนื้อร้องแฝงความหมายที่น่าสนใจ

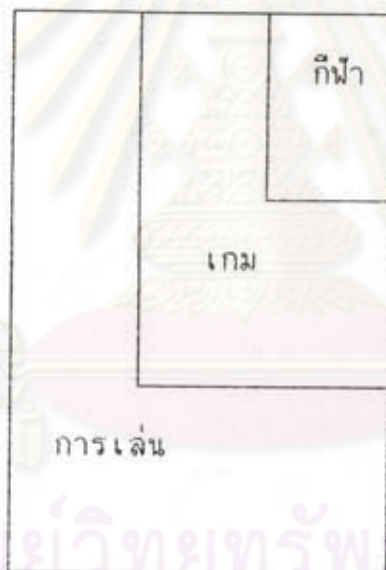
ในแง่การสื่อสารนั้น นับว่าบทร้องประกอบการเล่นได้มีส่วนช่วยให้เด็กได้มีพัฒนาการทางภาษาโดยไม่รู้ตัว เพราะมีทั้งคำคล้องจอง คำถาม คำตอบ และคำพูดที่ต้องใช้ในชีวิตประจำวัน ช่วยให้เด็กสนุกในการใช้ภาษาเพื่อสื่อสารไปด้วย การเล่นทายปริศนาก็มีส่วนช่วยส่งเสริมพัฒนาการของเด็กในทางความคิดและในการสังเกตสิ่งต่าง ๆ รอบตัวได้เป็นอย่างดี

การเล่นของเด็กไทยมีคุณค่ามากมายเป็นเอนกอนันต์ดังกล่าวมาแล้ว ผู้วิจัยเห็นว่าควรที่จะได้นำคุณค่าจากการเล่นเหล่านั้นมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาเด็กไทยอย่างเต็มที่ มรดกทางวัฒนธรรมเหล่านี้ควรแก่การอนุรักษ์ไว้คู่สังคมไทยตลอดไป

### วิวัฒนาการของการเล่น เกม และกีฬา

การเล่น เกม และกีฬานั้น มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดและเกี่ยวข้องกันอย่างมีอาจหลีกเลี่ยงได้ วิวัฒนาการของกีฬานั้น สามารถอธิบายได้ ตามหลักตรรกศาสตร์ คือ กีฬาเป็นวิวัฒนาการขั้นสูงของเกม และเกมเป็นผลแห่งวิวัฒนาการของการเล่น ซึ่งสามารถแสดงให้เห็นได้ดังแผนภูมิต่อไปนี้ (ซัชชัย โกมารทัต, 2532)

#### แผนภูมิที่ 1 ความสัมพันธ์ของการเล่น เกม และกีฬา



จากแผนภูมิดังกล่าวนี้ กล่าวโดยสรุปได้ว่า กีฬาทุกชนิดเป็นเกม แต่เกมทุกชนิดไม่ใช่กีฬา และเกมทุกชนิดเป็นการเล่นแต่การเล่นทุกชนิดไม่ใช่เกม

#### พัฒนาการของการเล่น เกม และกีฬาในประเทศไทย

การเล่นต่าง ๆ ของไทยนั้นมีอยู่มากมายนั้นร้อยชนิดและได้มีการจัดแข่งขันในงานรื่นเริงและเทศกาลต่าง ๆ มาตั้งแต่โบราณกาล การแข่งขันเหล่านี้เรียกว่า "กีฬาพื้นเมืองไทย"

ซึ่งปัจจุบันนี้ความนิยมได้ลดน้อยลงไปเป็นอย่างมาก แต่ก็ยังมีบางหน่วยงานที่เห็นคุณค่าและพยายามทำนุบำรุง ศิลปวัฒนธรรมทางด้านกีฬาของชาติไว้ เช่น ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้จัดให้มีการแข่งขันกีฬาพื้นเมืองไทยในการแข่งขันกีฬาบุคคลากรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ขึ้นเป็นประจำ โดยได้มีการปรับปรุงรูปแบบและกติกาการแข่งขันให้มีความทันสมัยมากขึ้น กีฬาพื้นเมืองไทยในการแข่งขันกีฬาบุคคลากรจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยประจำปี พ.ศ. 2535 และ พ.ศ. 2536 จัดให้มีการแข่งขัน 10 ประเภท คือ ชักเย่อ ตีจับ เตย ขว้างลิง เรือบก วิ่งเปี้ยว ลวมกระสอบ ขี่ม้าตาบอด แย่งรู ลิงชิงหางและวิ่งกระโดดเชือกเดี่ยว (ชัชชัย โกมารทัต, 2535) นับเป็นการแข่งขันกีฬาพื้นเมืองไทยอย่างเป็นทางการครั้งแรก โดยมีคำสั่งแต่งตั้ง คณะกรรมการจัดการแข่งขันอย่างเป็นทางการจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

#### คุณค่าทางด้านพลศึกษาของกีฬาพื้นเมืองไทย

กีฬาพื้นเมืองแต่ละชนิดให้คุณค่าทางด้านพลศึกษาครบทั้ง 5 ทาง คือ ทางร่างกาย ทางจิตใจ ทางอารมณ์ ทางสติปัญญาและทางสังคม ซึ่งคุณค่าที่ได้จะได้มากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของกีฬาพื้นเมืองไทยแต่ละชนิด คุณค่าทางด้านพลศึกษาของกีฬาพื้นเมืองไทยพอประมวลได้ดังนี้ คือ (ชัชชัย โกมารทัตและคณะ, 2527)

ทางร่างกาย การเล่นกีฬาพื้นเมืองไทยช่วยทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้ออกกำลังกายมากขึ้น เป็นการส่งเสริมให้ร่างกายของผู้เล่นได้พัฒนาทางด้านกำลังความแข็งแรง ความเร็ว ความแคล่วคล่องว่องไว ความทนทาน การทรงตัวและช่วยพัฒนาการประสานงานของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ

ทางจิตใจ การเล่นกีฬาพื้นเมืองไทย ช่วยเสริมสร้างให้เกิดการพัฒนาคุณค่าทางด้านจิตใจไปในทางดี มีความสมดุลงกับความพอใจและความต้องการของตนเองและส่วนรวม ช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นมีจิตใจแจ่มใสร่าเริง พัฒนาความกล้าหาญ ความเชื่อมั่น ความมุมานะพยายาม ฝึกให้เป็นผู้มีใจอดทนและเสริมสร้างให้เป็นผู้มีกำลังใจ

ทางอารมณ์ การเล่นกีฬาพื้นเมืองไทยช่วยเสริมสร้างให้เกิดความสมดุลงทางอารมณ์ ส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกทางด้านความอดกลั้น การเก็บความรู้สึก การยั้งคิด ส่งเสริมให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์ เกิดความพึงพอใจและได้อ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์

ทางสติปัญญา การเล่นเกมกีฬาพื้นเมืองไทยช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกการใช้ความคิด การสังเกต การวินิจฉัยปัญหา การแก้ปัญหา ฝึกการตัดสินใจที่ดี ส่งเสริมให้ได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ มากขึ้นและส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์

ทางสังคม การเล่นเกมกีฬาพื้นเมืองไทยช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกการใช้ชีวิตในสังคมร่วมกัน ส่งเสริมให้ผู้เล่นรู้จักร่วมมือร่วมใจกันปฏิบัติงาน รู้จักประสานงานกับผู้อื่น รู้จักเคารพในสิทธิและความสามารถของผู้อื่น ฝึกการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม ฝึกการเคารพและปฏิบัติตามกฎ กติกา ฝึกให้มีความซื่อสัตย์ ยุติธรรม รู้จักเสียสละและรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ฝึกให้รู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รู้จักการปฏิบัติตนในฐานะผู้นำและผู้ตามที่ดี ส่งเสริมให้เกิดความรัก ความสามัคคีต่อหมู่คณะ ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และเสริมสร้างให้เป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา

#### การพัฒนาการเล่นให้เป็นเกมแข่งขันได้

ตัวอย่างการเล่นที่ได้รับการพัฒนาให้เป็นเกมที่แข่งขันได้เกมหนึ่ง ได้แก่ การเล่นเกมกระโดดเชือก (ศักดิ์ชาย นิตกษ่วงศ์, 2531) การกระโดดเชือกนับเป็นการเล่นพื้นเมืองของไทยที่นิยมเล่นกันโดยทั่วไป ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาส่วนภูมิภาค จังหวัดราชบุรี ได้ทำการพัฒนาการเล่นชนิดนี้ให้มีกฎ กติกาที่มาตรฐานและร่วมมือกับการกีฬาแห่งประเทศไทยและกรมอนามัยดำเนินการจัดการแข่งขันกระโดดเชือกชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทยขึ้น เมื่อวันที่ 13 กันยายน 2530 ณ โรงแรมเนเชียม สนามกีฬากลางจังหวัดราชบุรี โดยมีความมุ่งหมายในการจัดการแข่งขัน คือ

1. เพื่อเป็นการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการกระโดดเชือก
2. เพื่อเป็นการพัฒนากิจกรรมการเล่นของไทยให้มีรูปแบบ กติกา สำหรับใช้เป็นเกมการแข่งขันทั้งในระดับโรงเรียน ประชาชนทั่วไปและเยาวชนนอกโรงเรียน
3. เพื่อสนองทางเลือกกิจกรรมการออกกำลังกายสำหรับการแข่งขันที่ง่าย สะดวก ประหยัด ค่าใช้จ่าย อุปกรณ์ราคาถูกลงและสามารถเล่นได้แพร่หลายทั่วไป

การแข่งขันได้แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. ประเภทบุคคล เป็นการแข่งขันทักษะการกระโดดเชือกให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ตัดน้อยที่สุดในเวลาที่กำหนด ผู้ชนะเลิศแสดงว่าเป็นผู้มีทักษะดี มีความอดทนและมีสมรรถภาพทางกายดี
2. ประเภททีมผลัด เป็นการแข่งขันทักษะการกระโดดเชือกเป็นกลุ่ม ใช้เชือกยาวและคนแกว่ง 2 คน ผู้เล่นที่เหลือวิ่งเข้ากระโดดตรงกลาง เรียงไปตามลำดับแล้วอ้อมกลับมากระโดดใหม่ให้ได้จำนวนมากที่สุดในเวลาที่กำหนด
3. ประเภทประกอบดนตรี การกระโดดเชือกประกอบดนตรี (Aerobic roping) เป็นการนำกิจกรรมการบริหารประกอบดนตรี (Aerobic dance) มาประยุกต์ผสมผสานกับการกระโดดเชือก การตัดสินการแข่งขันใช้วิธีการให้คะแนนโดยคณะกรรมการตามเกณฑ์การพิจารณา

ตัวอย่างการพัฒนาการเล่นและการทำงานบางอย่างให้เป็นเกมที่สามารแข่งขันได้ ได้แก่ การแข่งขันกีฬาทหารเรือ (ศิริกาญจน์ เฝือกเทศ, 2535)

กีฬาทหารเรือหรือกีฬาราชนาวิกโยธินเกิดจากเหตุที่ทหารเรือในสมัยก่อนใช้ชีวิตปฏิบัติราชการอยู่ในเรือเป็นส่วนใหญ่ บางครั้งต้องรอนแรมอยู่ในท้องทะเลเป็นเวลานาน ๆ จะได้นักผ่อนก็ต่อเมื่อเสร็จสิ้นภารกิจก็ได้รับมอบหมาย อาศัยขึ้นบกตามหัวเมืองชายทะเลต่างๆ เป็นที่พักผ่อน ด้วยเหตุที่ต้องการผ่อนคลายความเครียดจึงได้ประดิษฐ์คิดค้นกีฬาง่าย ๆ ที่ไม่ต้องใช้อุปกรณ์การแข่งขันมากนัก โดยมีวัตถุประสงค์ในการคิดค้นกีฬาเหล่านั้นไปในด้านของการเสริมสร้างสมรรถภาพร่างกายของทหารเป็นส่วนใหญ่ โดยประยุกต์งานประจำวันของทหารเรือมาดัดแปลงเป็นกีฬาขึ้น เช่น การแข่งขันโคบาลทะเล ดัดแปลงมาจากการใช้ดึงน้ำตื้นของกลาสีเรือ การแข่งขันอ้อมหมู่โล่แล้ว ดัดแปลงมาจากการขนถ่ายลูกปืนใหญ่ตามป้อมปืนเรือ เป็นต้น ในระยะแรกของการริเริ่มก็เพียงให้เล่นแข่งขันระหว่างเสร็จสิ้นการฝึกต่าง ๆ โดยแข่งขันกันระหว่างเรือรบลำต่อลำ หมู่เรือต่อหมู่เรือ หน่วยต่อหน่วย จนกระทั่งวันที่ 20 พฤศจิกายน 2492 ซึ่งเป็นการฉลองวันเนวีเดย์ ณ ท่าราชวรดิษฐ์ กองทัพเรือได้จัดรวบรวมกีฬาที่ประยุกต์ขึ้นนำมาแข่งขันและสร้างกติกาการแข่งขันขึ้น ต่อมาในปี 2518 กองสื่อสารทางโทรศัพท์ (กองทัพค้นสัญญาณ) ได้ทำการแก้ไขปรับปรุงกติกาการแข่งขันกีฬาทหารเรือให้มีความสมบูรณ์และรัดกุมจนสามารถใช้เป็นมาตรฐานการแข่งขันจนกระทั่งปัจจุบัน



กีฬาอาหารเรื้อนนี้มีการแข่งขัน 14 ประเภท คือ โคบาลทะเล มวยทะเล อุ่มหมู  
ไล่เล้า แย่ลงรู ใต้เชือก ชีคอชกเย่อ ม้าโรมัน กรรเชียงบก วิ่ง 4 ขา ชาย (วิ่ง 3 ขา  
หญิง) ไถนา เดินมือ วิ่งถอยหลัง วิ่งเก็บของและวิ่งวิบาก

ผู้วิจัย มีความเห็นว่า การเล่นกระต่ายขาเดียวเป็นการเล่นอีกชนิดหนึ่งซึ่งสามารถ  
พัฒนาให้เป็นเกมที่แข่งขันกันได้ เนื่องจากเป็นเกมที่สนุกสนาน มีลักษณะการเล่นที่มีเอกลักษณ์  
เฉพาะตัวและเป็นการเล่นที่เป็นที่นิยมเล่นกันโดยทั่วไป



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย