

สื่อการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา(ยูโด) พ31102

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ผู้สอน นางสาวชนิษฐา ปราชญ์วิทยา

หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 กีฬา กีฬา เป็นยาวิเศษ



## เจ้าหน้าที่การแข่งขัน

คณะกรรมการจัดการแข่งขันต้องแน่ใจว่าเจ้าหน้าที่ที่ได้รับการฝึกอบรมเป็นอย่างดีก่อนปฏิบัติหน้าที่ และจะต้องมีกรรมการจับเวลาการแข่งขันอย่างน้อย 2 คน คือ คนหนึ่งจะเป็นคนจับเวลาแข่งขันที่แท้จริง และอีกคนหนึ่งมีความชำนาญเป็นพิเศษสำหรับโอซาเอะโกมิ ถ้าเป็นไปได้ควรจะต้องมีบุคคลที่สามารถตรวจสอบการจับเวลาของทั้งสองคน เพื่อป้องกันมิให้มีการผิดพลาดหรือหลงลืมหน้าที่ของผู้จับเวลา (เวลาแข่งขันจริง) จะเริ่มทันทีที่ได้ยินคำสั่งฮายิเมะ หรือโยชิ และหยุดเวลาทันทีที่ได้ยินคำสั่งมัตเต๊ะ หรือโซโนมามะ

ผู้จับเวลาโอซาเอะโกมิ จะเริ่มจับเวลาเมื่อได้ยินโอซาเอะโกมิ จะหยุดเวลาเมื่อได้ยินโซโนมามะ และจะเริ่มจับเวลาอีกครั้งเมื่อได้ยินโยชิ หรือเมื่อได้ยินโทเกตะก็จะหยุดนาฬิกาแล้วแจ้งจำนวนวินาทีที่ผ่านไปให้ผู้ชี้ขาดบนเวทีทราบ หรือเมื่อหมดเวลาสำหรับโอซาเอะโกมิ (20 วินาทีเมื่อยังไม่มี การได้คะแนนมาก่อน หรือ 10 วินาทีเมื่อผู้ถูกปล้ำได้เสีย วาซา-อาริ แล้ว) แจ้งหมดเวลาโดยการให้สัญญาณ

ผู้จับเวลาโอซาเอะโกมิจะยกธงสีฟ้าและหยุดนาฬิกาเมื่อได้ยินโซโน-มามะและจะเอารธงลงเมื่อได้ยิน โยชิผู้จับเวลา (เวลาแข่งขันจริง) จะยกธงสีเหลือง และหยุดเวลาเมื่อได้ยินคำสั่งมัตเต๊ะ หรือโซโนมามะ จะเอารธงลงพร้อมกับเริ่มเวลาเมื่อได้ยินฮายิเมะ หรือโยชิ เมื่อเวลาของการแข่งขันที่ได้กำหนดหมดลง ผู้จับเวลาจะต้องบอกผู้ชี้ขาดบนเวทีถึงความจริงในเรื่องนี้ โดยใช้เครื่องสัญญาณที่ได้ยินชัดเจน ผู้บันทึกการแข่งขันต้องแน่ใจว่าได้เข้าใจและทราบถึงเครื่องหมาย

และสัญญาณที่ใช้ในการแจ้งผลการแข่งขันเป็นอย่างดี นอกเหนือไปจากเจ้าหน้าที่ดังกล่าวข้างต้นแล้ว จะต้องเป็นผู้บันทึก  
รายการแข่งขันทั่ว ๆ ไปอีกด้วย ถ้าใช้เครื่องอิเล็กทรอนิกส์ วิธีการต่าง ๆ จะเป็นดังเช่นอธิบายข้างต้น แต่เพื่อความ  
แน่นอนจะต้องมีเครื่องบันทึกโดยใช้มือเตรียมพร้อมไว้ด้วย

ผู้เข้าแข่งขันคนหนึ่งคนใดไม่ขึ้นไปประจำที่บนเวทีแข่งขัน เมื่อถูกเรียกสามครั้ง โดยเว้นระยะเรียกห่างกันครั้ง  
ละหนึ่งนาที จะถูกตัดสิทธิ์ไม่ให้ทำการแข่งขัน

ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้ชี้ขาดบนเวที

ผู้ชี้ขาดบนเวทีโดยทั่ว ๆ ไปแล้ว จะต้องอยู่ในบริเวณแข่งขัน เขาจะเป็นผู้ดำเนินการแข่งขันและอำนวยความสะดวก  
ตัดสิน เขาต้องแน่ใจว่าการตัดสินของเขาได้บันทึกอยู่อย่างถูกต้อง

บทเพิ่มเติม (ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้ชี้ขาดบนเวที)

เมื่อผู้ชี้ขาดบนเวทีได้ประกาศความเห็นอย่างหนึ่งออกไปแล้ว จะต้องไม่ละสายตาไปจากคู่แข่ง  
ในกรณีที่ผู้เข้าแข่งขันทั้งสองอยู่ในลักษณะเนวาช่า และหันหน้าออกด้านนอก ผู้ชี้ขาดบนเวทีอาจออกไปอยู่ที่บริเวณ  
ปลอดภัยได้ ซึ่งก่อนจะทำการตัดสินการแข่งขัน ผู้ชี้ขาดบนเวทีจะต้องทำความเข้าใจกับเสียงระฆังหรือ เครื่องหมายที่  
แสดงว่าจบเวลาการแข่งขันบนเวทีนั้น ๆ และเมื่อขึ้นควบคุมการแข่งขันบนเวที ผู้ชี้ขาดบนเวทีจะต้องตรวจสอบให้แน่ใจ  
ว่าพื้นเบาะแข่งขันสะอาดและอยู่ในสภาพดี ไม่มีช่องว่างระหว่างเบาะ และผู้เข้าแข่งขันได้ปฏิบัติตามกติกาการแข่งขัน  
ผู้ชี้ขาดต้องแน่ใจว่าไม่มีผู้ชม ผู้สนับสนุน หรือช่างภาพที่อาจรบกวนหรือทำให้ผู้เข้าแข่งขันได้รับบาดเจ็บได้

## ผลคะแนนการแข่งขันกีฬายูโด

- ประเด็นที่ 1 ได้คะแนนจากการทุ่มคู่ต่อสู้หลังลงสู่พื้นเบาแต่เต็มหลัง รวดเร็ว และรุนแรง ได้คะแนน อีปปอง
- ประเด็นที่ 2 ได้คะแนนจากการทุ่มคู่ต่อสู้หลังลงสู่พื้นเบาแต่เต็มหลัง แบบช้าๆ ไม่รุนแรง ได้คะแนน วาซา - อารี
- ประเด็นที่ 3 ได้คะแนนจากการจับยึด จับเวลาได้ 20 วินาที ได้คะแนน อีปปอง
- ประเด็นที่ 4 ได้คะแนนจากการจับยึด จับเวลาได้ 10 - 19 วินาที ได้คะแนน วาซา - อารี
- ประเด็นที่ 5 ได้คะแนนจากการตบเบาๆ ยอมแพ้ในกรณีที่ถูกรัดคอ หรือหักแขน ได้คะแนน อีปปอง
- ประเด็นที่ 6 ได้คะแนนจากเทคนิคการทุ่มหรือการปล้ำ มา หนึ่งวาซา - อารี และทำคะแนนได้เพิ่มอีก หนึ่งวาซา-อารี  
จะได้คะแนนเป็น วาซา - อารี อาวาซาเตะ อีปปอง

## ศัพท์ภาษาญี่ปุ่นที่ใช้ในการแข่งขัน

ฮายิเมะ (Hajime)

เริ่มการแข่งขัน

มัตเตะ (Matte)

หยุดการแข่งขัน

โอซาเอะ - โกมิ (Osaekomi)

จับเวลาปล้ำ

โทเกตะ (Toketa)

หยุดจับเวลา

โซโนมามะ (Sonomama)

นั่งอยู่กับที่

โยชิ (Yoshi)

เคลื่อนไหวได้

อาง่า (Aga)

ฝ่ายแดง

ชิโร่ (Shiro)

ฝ่ายขาว

โตริ (Tori)

ผู้ทุ่มกระทำ

อุเกะ (Uke)

ผู้ถูกทุ่มกระทำ

ชิไโฮโย (Shiaiyo)

สนามแข่งขัน

อิปปง (Ippon)

หนึ่งคะแนน

วาซา - อารี (Waza Ari)

ครึ่งคะแนน



# เรื่อง คำศัพท์ที่ใช้ในการแข่งขันกีฬายูโด

ชื่อ.....นามสกุล.....เลขที่.....ห้อง.....

---

**คำสั่ง** ให้นักเรียนเลือกตัวอักษรที่เป็นคำศัพท์ที่เกี่ยวข้องและสัมพันธ์กับข้อความด้านหน้ามาใส่หน้าข้อ

- |  |                 |
|--|-----------------|
| .....1. ทุ่มได้เต็มหลัง รวดเร็วและรุนแรง (ชนะ) | ก.ฮาจิเมะ       |
| .....2. การสั่งเริ่มเล่น                       | ข.อิปปง         |
| .....3. จับเวลาในการถือคหรือจับยึดคู่ต่อสู้    | ค. มัตเต๊ะ      |
| .....4. จบเกมส์หรือหมดเวลาการแข่งขัน           | ง. วาซา-อาริ    |
| .....5. ทุ่มได้เต็มหลังแต่ไม่รวดเร็วรุนแรง     | จ. โอไซโกมิ     |
| .....6. การสั่งให้หยุดเล่น                     | ฉ. ไชโรโมเดะ    |
| .....7. ให้คู่ต่อสู้อยู่นิ่งๆ ในท่าเดิม        | ช. ฮันไซกุกาเกะ |





## เฉลยเรื่อง คำศัพท์ที่ใช้ในการแข่งขัน

ชื่อ.....นามสกุล.....เลขที่.....ห้อง.....

---

**คำสั่ง** ให้นักเรียนเลือกตัวอักษรที่เป็นคำศัพท์ที่เกี่ยวข้องและสัมพันธ์กับข้อความด้านหน้ามาใส่หน้าข้อ

- |   |                 |
|---|-----------------|
| .....ข....1. ทุ่มได้เต็มหลัง รวดเร็วและรุนแรง (ชนะ) | ก.ฮาจิเมะ       |
| .....ก....2. การสั่งเริ่มเล่น                       | ข.อิปปง         |
| .....จ....3. จับเวลาในการลื้อคหรือจับยึดคู่ต่อสู้   | ค. มัตเต๊ะ      |
| .....ฉ....4. จบเกมส์หรือหมดเวลาการแข่งขัน           | ง. วาซา-อาริ    |
| .....ง....5. ทุ่มได้เต็มหลังแต่ไม่รวดเร็วรุนแรง     | จ. โอไซโกมิ     |
| .....ค....6. การสั่งให้หยุดเล่น                     | ฉ. โซโรโมเดะ    |
| .....ญ....7. ให้คู่ต่อสู้อยู่นิ่งๆ ในท่าเดิม        | ช. ฮันไซกุงาเกะ |



