

วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าทฤษฎีและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะของผู้ฝึกสอนกีฬา วอลเลย์บอลในการแข่งขันกีฬาวอลเลย์บอลชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ที่ได้มีผู้ศึกษาและทำการวิจัยมาแล้ว พอจะสรุปได้ดังนี้

วรรณคดีที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

หลักการฝึกซ้อม (Training)

อนันต์ อัครฐ (มปป.) ได้กล่าวถึง การฝึกนักกีฬาว่า ผู้ฝึกควรคำนึงถึงสิ่งสำคัญอยู่ 4 ประการด้วยกัน คือ

ประการแรก การฝึกให้นักกีฬามีสมรรถภาพร่างกายที่แข็งแรงและสมบูรณ์เหมาะสมกับกีฬานั้น จะต้องฝึกให้ร่างกายมีความสมบูรณ์เต็มที่

ประการที่ 2 การฝึกให้นักกีฬามีทักษะส่วนบุคคล (เฉพาะตัว)

ประการที่ 3 ให้นักกีฬามีกลยุทธ์วิธีที่ดีและ

ประการที่ 4 การฝึกจะต้องเหมือนสถานการณ์จริงทุกประการ

การฝึกซ้อม (Practices)

การที่จะทำให้ นักกีฬา เก่งได้ นอกจากจะเป็นเพราะพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม ประสบการณ์ การเรียนรู้แล้ว การฝึกหัด ปริมาณการฝึก ระยะเวลาในการฝึกในแต่ละครั้ง และรวมกันฝึกในแต่ละสัปดาห์ก็มีความสำคัญมาก การฝึกจะทำให้เกิดการเรียนรู้และความชำนาญและจะนำไปใช้เมื่อมีการแข่งขันจริงจะทำให้ทักษะดีขึ้น เกิดความเชื่อมั่น ซึ่งอาจจะนำไปสู่ชัยชนะได้ การฝึกจะต้องฝึกให้นัก ฝึกให้ถูกวิธี และมีระยะเวลา นานกว่าเกมที่จะแข่งขันจริง ๆ และการฝึกอยู่เสมอ จะทำให้เกิดการเรียนรู้ เกิดความชำนาญ การฝึกก็ควรมีระยะเวลาการพักบ้าง เพื่อที่จะให้

ร่างกายปรับตัวอย่างฝึกมากเกินไป จนเกิดอาการที่เรียกว่า การฝึกเกิน (Over Training) ควรฝึกชนิดค่อยเป็นค่อยไป เพิ่มความหนักครั้งละน้อย ๆ มีระยะเวลาพักระหว่างการฝึกบ้าง เมื่อรู้ตัวเหนื่อยและหมดแรงแล้วก็ควรหยุดการฝึกในวันนั้น อย่าลืมว่า การฝึกทำให้เกิดความชำนาญและทำให้สมบูรณ์ (Practice makes perfect) ขณะที่ฝึกก็จะต้องมีความตั้งใจพร้อมที่จะทำการฝึก มีเป้าหมายในการฝึก และพยายามฝึกและแก้ไขสิ่งที่บกพร่อง ผู้ฝึกสอน (Coach) จะเป็นผู้แนะนำและแก้ไขตัวนักกีฬาเองก็อาจจะใช้ไหวพริบสังเกตลักษณะที่กระทำไปแล้ว วิชาผลของการกระทำนั้น (Knowledge of Result) เป็นผลย้อนกลับ ทำให้ทราบว่าเป็นหรือไม่ใช่อย่างไร ควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

การฝึกจะต้องฝึกให้เหมือนกับสภาพแข่งขันจริง ๆ เพื่อจะได้ค้นหาทักษะมาใช้ได้ในเมื่อมีการแข่งขันจริง ๆ ผู้ฝึกสอนจะต้องมีตารางการฝึกในแต่ละวันที่ทำการฝึก เพื่อทำให้เกิดคุณภาพมากที่สุด และมีวิธีการวัดประเมินผลของการฝึกเพื่อปรับปรุงโปรแกรมการฝึกครั้งต่อไป นักกีฬาที่ประสบความสำเร็จมักจะมีการฝึกซ้อมที่ดี และทำการฝึกซ้อมอยู่เสมอ จนเกิดความชำนาญและความมั่นใจ (อนันต์ ชัดชู, มปป.)

ความหมายของผู้ฝึกสอน (Coach) กับผู้ฝึก (Trainer)

ผู้ฝึกสอน (coach) หมายถึง บุคคลที่มีความรู้ ความเข้าใจและความรอบรู้สูงในเรื่องของการกีฬาประเภทนั้น ๆ มีความชำนาญ และกว้างขวางพหุต่อการกีฬาที่ทำ มีอำนาจ บทบาทในการควบคุม ดูแล ประสานงาน และกำหนดกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ต่อนักกีฬาและทีม การเปลี่ยนแปลงปรับปรุง เป็นผู้วางแผนกำหนดแนวทางแก้ปัญหาเกี่ยวกับวิธีการฝึกซ้อมและแข่งขันทั้งในด้านการเก็บตัวและการแข่งขัน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ได้วางไว้

ส่วนผู้ฝึก (Trainer) หมายถึง บุคคลที่มีหน้าที่ฝึกให้กับนักกีฬาโดยได้รับคำสั่งมาจากผู้ฝึกสอนและปฏิบัติตามคำสั่งหรือข้อเสนอแนะของผู้ฝึกสอนทุกประการ ดังนั้น ผู้ฝึกจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจ ความชำนาญ ตลอดจนเข้าใจสร้างแบบฝึกตามที่ผู้ฝึกสอนต้องการ ในทีมหนึ่ง ๆ อาจจะมีผู้ฝึกหลาย ๆ คน (Staff coach) เช่น กีฬาบอลเลย์บอลอาจจะมี 4-5 คนก็ได้ แยกเป็นแต่ละประเภท เช่น การรับ การเสิร์ฟ การเซ็ท การตบ และการสกัดกัน เป็นต้น

สรุปได้ว่า ในการทำงานของผู้ฝึกสอนและผู้ฝึก จะต้องทำงานร่วมกันจะแยกกันก็เฉพาะหน้าที่ แต่มีจุดมุ่งหมายปลายทางเดียวกัน คือ "ความสำเร็จ" ของทีมหรือนักกีฬา

แนวคิดเกี่ยวกับผู้ฝึกสอนกีฬา (coach)

ประโยค สุทธิสง่า (2524) กล่าวว่า ผู้ฝึกสอนกีฬา หมายถึง "ผู้ทำหน้าที่ฝึกกีฬา แต่ละประเภท ๖ ไป ซึ่งเป็นการฝึกนอกเวลาอาจจะเป็นการฝึกเพื่อแข่งขันก็ได้"

เทเวศร์ ศิริยะพจนท์ (2529) ให้ความหมายของคำว่า ผู้ฝึกสอนกีฬา หมายถึง "ผู้รวบรวมเอาปัจจัยหลาย ๆ อย่างที่เป็นของผู้เล่น รวมทั้งสิ่งแวดล้อมทั่ว ๆ ไปที่จะอำนวยความสะดวกแก่การเล่น และผู้เล่นมาเพิ่มประสิทธิภาพให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้"

ฟรอสท์ (Frost, 1970) กล่าวว่า ผู้ฝึกสอนกีฬา หมายถึง "ครูพลศึกษานั้นเอง เพราะบุคคลทั้งสองทำหน้าที่เหมือนกัน คือ ส่งเสริมให้นักกีฬา หรือทำกิจกรรมการเคลื่อนไหว"

มิทเชลล์ (Mitchell, 1978) ผู้ฝึกสอนกีฬา หมายถึง "ผู้พัฒนาเทคนิคและทักษะกีฬา โดยครูผู้ฝึกจะช่วยเหลือให้นักกีฬามีสมรรถภาพ รู้จักแก้ไขข้อผิดพลาด ปรับปรุงทักษะให้ดีขึ้น และให้นักกีฬามีความเชื่อมั่น"

วิลเลียม (William, 1979) ให้ความหมายของคำว่า ผู้ฝึกสอนกีฬา ไว้ว่า "บุคคลซึ่งทำหน้าที่แนะนำหรือสอนให้นักกีฬาพื้นฐาน เพื่อแข่งขัน ชี้นำทางและแผนการเล่น ที่ถูกต้องสำหรับนักกีฬา"

แนวคิดเกี่ยวกับคุณลักษณะที่ดีของผู้ฝึกสอน

มงคล แผงสาเคน (2531) ได้กล่าวถึง คุณลักษณะที่ดีของผู้ฝึกสอน มีดังนี้

1. มีความเป็นธรรมชาติกับนักกีฬาของตนสม่ำเสมอ ไม่เลือกที่รักมักที่ชัง เสมอต้นเสมอปลายตลอดเวลา

2. เป็นตัวอย่างที่ดีแก่ผู้รับการฝึก คือ สอนได้ทำได้ เพื่อสร้างศรัทธาแก่ผู้รับการฝึก

3. เป็นที่พึ่งแก่เด็กในทีมของตนไม่ว่ากรณีใด ๆ ปฏิบัติเสมือนพี่หรือประจักษ์พยาน พยายามให้นักกีฬาได้เห็นที่เราได้ช่วยเหลือเขาอย่างดีที่สุดแล้ว

4. มีความเด็ดขาด แต่สุ่มในการปฏิบัติการฝึกตลอดจนสั่งการให้ผู้เล่นทุกคนปฏิบัติตาม เมื่อลงสู่สนามแข่งขัน

5. มีความใจเย็น เสียสละรับผิดชอบหน้าที่และขยันขันแข็งต่อการฝึกสอน

6. มีความกระตือรือร้น รักการฝึกสอนและเชื่อมั่นตัวเอง

7. ต้องมีความรู้พื้นฐานในกีฬาที่ตนรับผิดชอบอย่างดีเลิศ

8. จะต้องพร้อมด้วยสมอง และร่างกาย มีการตัดสินใจที่ดี มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

9. ต้องไม่ถือโทษโกรธหรือมีอคติต่อนักกีฬาในทีมให้โอกาสแก่นักกีฬาทุกคน โดยผู้ฝึกสอนจะต้องพยายามค้นหาความสามารถพิเศษของนักกีฬา เพื่อจะได้ เป็นส่วนประกอบให้ทีมแข็งแกร่งที่สุดเมื่ออยู่ในสนามแข่งขัน

ไรซ์ (Rice, 1959) กล่าวถึงคุณลักษณะของผู้ฝึกสอนที่ดี 4 ประการ ดังนี้

ประการแรก คือ ความสามารถระดับอาชีพ การที่จะเป็นผู้ฝึกสอนระดับอาชีพต้องผ่านการเป็นครูมาก่อน เพราะการสอนเป็นสิ่งที่สำคัญอันดับแรก ไม่ว่าจะเป็นการสอนในห้องเรียนหรือสอนกีฬา ไม่ใช่หมายความว่า การเป็นผู้ฝึกสอนมีความสำคัญน้อยกว่าการสอนในห้องเรียน หรือการสอนในห้องเรียนมีความสำคัญ รองจากการเป็นผู้ฝึกสอน เพราะหลักสูตรควบคุมทั้งการสอนทั้งสองแบบ จุดประสงค์ของการสอนกีฬา ต้องสอดคล้องกับจุดประสงค์การศึกษาด้านพลศึกษา เช่นเดียวกันกับโปรแกรมทางด้านพลศึกษา ต้องสอดคล้องกับจุดประสงค์การศึกษา

ประการที่สอง คือ รู้จักหลักการหรือไม่ มีพื้นฐานในการเป็นนักกีฬามาก่อนไม่ว่าจะเป็นประสบการณ์จากการเป็นผู้เล่น ซึ่งเป็นสิ่งที่จะสร้างความเชื่อมั่นให้กับผู้ร่วมงาน เพื่อจะได้ประสบผลสำเร็จในการควบคุมทีม แต่บางครั้งการที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้เล่นที่ตีไม่อาจประกันได้ว่า จะประสบผลสำเร็จในการเป็นผู้สอน เพราะการเป็นนักกีฬาที่เด่นไม่อาจถ่ายทอดสิ่งที่ผู้อื่นได้ดีเท่ากับการเป็นครู เว้นแต่จะสามารถเปลี่ยนบทบาทจากการเป็นผู้เล่นมาสูบทบาทครูจึงจำเป็นต้องมีการศึกษาหลักทั่วไปของการ เป็นครูและผู้ฝึกสอนกีฬา

ประการที่สาม คือ ครูและผู้ฝึกสอนที่มีบุคลิกดี สามารถสร้างความนับถือให้กับเด็กได้ การที่จะประสบผลสำเร็จนั้น ต้องสามารถสร้างความศรัทธาเชื่อมั่น ความซื่อสัตย์ ความยุติธรรม พยายามสร้างความศรัทธาทางศีลธรรม ทางจิตใจ ความประพฤติ ความรักแก่สถาบันและทีม ให้กับตัวเด็ก ซึ่งเป็นการสอนทั้งพื้นฐานของผู้ฝึกสอน บางครั้งเขาอาจจะชนะในกีฬาต่าง ๆ แต่อาจล้มเหลวในสิ่งเหล่านี้ การที่ผู้ฝึกสอนสนใจในตัวเด็ก เป็นอีกสิ่งหนึ่งที่สร้างบุคลิกความน่าเชื่อถือให้แก่ผู้ปกครองด้วย

ประการที่สี่ คือ ความประพฤติ เป็นสิ่งสำคัญของอาชีพการสอน เป็นสิ่งที่เรามาและ เป็นอยู่บุคคลที่อยู่ในตำแหน่งผู้ฝึกสอน เป็นผู้ที่มีอิทธิพลในตัวเด็กมากกว่าบุคคลอื่น ดังนั้น ผู้ฝึกสอนต้องยึดกฎระเบียบต่าง ๆ อย่างเคร่งครัดเป็นตัวอย่างในการแข่งขัน ผู้ฝึกสอนต้องควบคุมอารมณ์ตนเองให้ได้ไม่ว่าจะแพ้หรือชนะ เพราะเป็นคุณธรรมข้อหนึ่งของผู้ฝึกสอน เพื่อจะมีผลต่อไปยังความประพฤติของทีม การที่ผู้ฝึกสอนเดินลงสนามพร้อมกับนักกีฬา ผู้ฝึกสอนเหมือนกับโรงเรียนที่นักกีฬาต้องเรียนรู้ในพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออก

โจนส์ (Jones, 1982) ได้กล่าวถึงลักษณะที่ดีของผู้ฝึกสอน ดังนี้

1. มีเหตุผลที่สามารถยึดหยุ่นได้ และยอมรับในการเปลี่ยนแปลงของสังคม
2. สามารถ เข้าใจและรวบรวมปัญหาที่เกี่ยวกับนักศึกษา
3. มีวิธีการจัดการและมีแนวทางการฝึกสอนที่ เป็นที่ยอมรับ
4. มีความสามารถและตั้งใจในการทำงานร่วมกับกลุ่มผู้ร่วมงาน
5. มีเทคนิคในการรู้งใจ
6. มีมนุษยสัมพันธ์ ปรารถนา ความยุติธรรม
7. มีการวางแผนและ เปลี่ยนแปลงตามความ เหมาะสม
8. มีอารมณ์มั่นคง ควบคุมความรู้สึกได้ดี
9. มีวิธีการสอนเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
10. เป็นตัวอย่างที่ดีในการทำงาน
11. มีศิลปะในการสร้างความสัมพันธ์กับนักศึกษา
12. มีความศรัทธาในสิทธิมนุษยชน

ประโยค สุทธิสง่า (2524) ได้กล่าวถึงลักษณะของผู้ฝึกสอนที่ดี ต้องมีหลัก 3 ประการ

1. ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ผู้รับการฝึก คือ แนะนำสั่งสอนได้ แล้วยังสามารถแสดงให้ผู้รับการฝึกได้จริง เกิดศรัทธา เชื่อมั่น
2. ต้องเป็นที่พึ่งแก่เด็กที่อยู่ในบังคับบัญชา ไม่ว่าจะกรณีใด ๆ คือ ต้องปฏิบัติตนเหมือนกับพี่หรือพ่อ คือ ต้องพยายามทำให้เขาเห็นว่า เชื่อว่าเราได้ช่วยเขาอย่างเต็มที่
3. ต้องมีความเด็ดขาด แต่มีความสุ่มเยือกเย็นในการปฏิบัติภารกิจ ตลอดจนการสั่งให้ผู้เรียนทุกคนปฏิบัติตาม เมื่อลงสนามแข่งขัน

ในปี พ.ศ. 2521 จรรยาพร ธรนิทร์ และคณะ (อ้างถึงใน ชำนาญ บัวทวน, 2536)

ได้สรุปเกี่ยวกับบทบาทของผู้ฝึกสอนที่ดี โดยกล่าวถึงลักษณะทั่ว ๆ ไป และการนำเอาวิทยาศาสตร์การกีฬา มาใช้ของผู้ฝึกสอน ดังนี้

1. ตระหนักว่าการแพ้หรือชนะนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายอย่าง แต่ถ้าจะชนะได้อย่างน้อยควรมีสิ่งต่อไปนี้คือ มีบุคคลต่าง ๆ และลูกทีมสนับสนุนอย่างเต็มที่
2. ผู้ฝึกสอนจะต้องมีระเบียบวินัย จะต้องอดทนต่อการโต้แย้ง การร้องขอที่ไม่มีเหตุผล

3. ทำให้ลูกทีมมีความศรัทธาในตัวด้วยการให้ความคิดเห็นและวิธีการฝึกที่ดีและมีประสิทธิภาพ
4. เคารพและยอมรับฟังความคิดเห็นของลูกทีมใน เมื่อ เหตุผล เขาดีกว่าและ เป็นที่ยอมรับ ทำความเข้าใจกับลูกทีม เมื่อมีความคิดเห็นขัดแย้งกัน
5. พยายามทำงานให้ลูกทีมและผู้ร่วมงาน เห็นว่าเราทำงาน เพื่อหมู่คณะ เราเป็นคนของเขา
6. อย่าดูหมิ่นความสามารถและอย่าว่าลูกทีมอย่างเสีย ๆ หาย ๆ หรือกล่าวด้วยคำหยามคายแก่ลูกทีม พยายามให้กำลังใจเมื่อแพ้ และพยายามชมเชย เมื่อได้รับชัยชนะ
7. อย่าพยายามและให้บทเรียนหรือแบบฝึกมากจนเกินไป หรือในขณะที่เขาเล่นอยู่หรือกำลังแข่งขันอยู่ อย่าสอนหรือตะโกนบอกจนกระทั่งสภาพจิตใจของเขาเสียไป จะยิ่งทำให้การเล่นของเขาไม่ดีเท่าที่ควร
8. พยายามบำรุงขวัญของนักกีฬา พยายามให้กำลังใจ และกระตุ้น หรือจูงใจให้เขาเกิดความรักในหมู่คณะ ทีม และเพื่อนร่วมทีม มีความรับผิดชอบ ในตารางการฝึกขมักเขม้นในการฝึกฝน และมีวิวัฒนาการที่จะเอาชัยชนะมาให้แก่หมู่คณะให้จงได้
9. ผู้ฝึกสอนเองจะต้องทำงานหนักอยู่ตลอดเวลา แสดงให้ลูกทีมเห็นว่าเราได้พยายามและทำงานหนักอยู่เสมอ ขณะเดียวกันก็พยายามกระตุ้นให้ลูกทีมมีการฝึกที่หนักด้วย
10. ผู้ฝึกสอนต้องระลึกไว้เสมอว่าเราเป็นตัวแทนของสถาบัน เช่น มหาวิทยาลัย โรงเรียน จะทำอะไรลงไปต้องนึกถึงชื่อเสียงและเกียรติของสถาบันและในตนเองเดียวกันก็ต้องให้ลูกทีมระลึก เช่นเดียวกันด้วย
11. การฝึกนั้นต้องฝึกแล้วฝึกเล่า จนกระทั่งเกิดการเรียนรู้ถึงขั้นสูงสุด
12. การฝึกจะต้องใช้หลาย ๆ แบบ และหลาย ๆ วิธีการ เพื่อไม่ให้เกิดการเบื่อหน่ายในการฝึก และเพื่อสนองความต้องการของแต่ละบุคคลด้วย
13. การฝึกควรเริ่มจากการสอนในห้องก่อน แล้วไปฝึกในสนามโดยการแสดงให้ลูกทีมดูแล้วให้เขาลองทำ ต่อจากนั้นให้เขาพยายามคิด และทำความเข้าใจในแบบฝึกด้วยตัวมีการนำเอาอุปกรณ์ทางโสตทัศนูปกรณ์ เข้ามาช่วยด้วยก็จะเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพการฝึกมากขึ้น
14. ท้าสติของการฝึก การเข้าร่วมการฝึก ความสำเร็จของลูกทีม แต่ละคนไว้ทั้งนี้ เพื่อ เป็นระเบียบ และ เพื่อ เป็นแรงกระตุ้นให้เขาค้นตัวเอง เสมอในการที่จะพยายามฝึกซ้อมที่จะ

ทำให้ความสามารถของเขาดีขึ้นอยู่เสมอ

15. เมื่อมีการแพ้เกิดขึ้นในการแข่งขัน จงพยายามชี้แจงสาเหตุของการแพ้ให้ลูกทีมทราบ พยายามแก้ไขสิ่งที่บกพร่อง และทุกครั้งที่มีการฝึกหรือมีการแข่งขันผู้ฝึกสอนจะต้องพยายามชี้แจง บอกเล่าในสิ่งที่ดี สิ่งที่ไม่ควรทำ และสิ่งที่ควรแก้ไขเพิ่มเติมทุกครั้ง เพื่อให้ลูกทีมได้เกิดความคิดและมีความเชื่อมั่นมากขึ้น

16. ผู้ฝึกสอนต้องพยายามทุกวิถีทางที่จะทำให้ผู้เล่นของตนเองมีความสามารถสูงที่สุดเท่าที่จะทำได้

17. ต้องมีการวัดสมรรถภาพและทำการทดสอบความสามารถของลูกทีมอยู่เสมอ ทั้งนี้เพื่อที่จะชี้ให้เห็นความสามารถของแต่ละบุคคล เพื่อว่าเขาจะได้พัฒนาตัวเอง และในฐานะผู้ฝึกสอนต้องเข้มงวดกวดขันอยู่เสมอเช่นกัน ถ้าเห็นผู้เล่นคนใดความสามารถตกไปหรือสมรรถภาพทางกายตกไป ต้องรีบดำเนินการแก้ไขทันที

18. ผู้ฝึกสอนต้องเข้าใจดีว่า การฝึกซ้อมจะต้องกระทำตลอดปี และมีการฝึกอย่างสม่ำเสมอ แต่ช่วงระยะเวลาในการฝึกซ้อมนั้นอาจแตกต่างกันไป

19. ผู้ฝึกสอนต้องพยายามให้ผู้เล่นตัวสำรองคิดอยู่เสมอว่า เขาก็คือ บุคคลสำคัญของทีมเหมือนกัน ถึงแม้จะไม่ได้ลงเล่นในคราวนี้หรือคราวต่อไป ถ้าไม่มีผู้เล่นสำรองแล้ว ทีมจะเป็นทีมไม่ได้ และจะเอาชนะคู่ต่อสู้ตลอดฤดูกาลแข่งขันไม่ได้เด็ดขาด พยายามให้ผู้เล่นสำรองระลึกอยู่เสมอในเรื่องนี้ เพื่อที่จะสร้างน้ำใจนักสู้ให้แก่เขา

20. เวลาฝึกจะต้องฝึกให้หนักเข้าไว้ แต่เวลาลงแข่งขันจะบอกลูกทีมว่า เล่นไปเรื่อย ๆ ทำใจให้สบาย หรือบางครั้งไม่ต้องพูดอะไรมากนัก นอกจากคำว่า "โชคคั้นะ" ก่อนลงสนามเท่านั้น ถ้าจะพูดอะไรมากกว่านี้ควรพูดมาก่อนล่วงหน้า 1-2 วัน ทั้งนี้เพื่อไม่ให้หนักเกินไป ดิ้นเด่นมากเกินไป

21. ผู้ฝึกสอนที่ดีต้องเข้าใจถึงหลักการฝึก อย่าฝึกให้มากเกินไป นักกีฬาจะเบื่อหน่ายและสมรรถภาพจะลดลง

22. เมื่อนักกีฬาได้พัฒนาสุขภาพและความสามารถของเขาได้ดีที่สุด แล้วผู้ฝึกสอนต้องพยายามให้กำลังด้านของพลังจิต คือ ทำให้เขามีกำลังใจที่เข้มแข็ง แข็งแกร่ง บึกบึน มีมานะ มีเลือด เป็นนักสู้

23. ผู้ฝึกสอนต้องมีลักษณะเป็นผู้นำ กล่าวคือ เป็นผู้คิดริเริ่มเตรียมการ และเป็นผู้นำ

ลูกทีมในด้านความมีระเบียบวินัย หัดจิตใจถูกต้อง ออกคำสั่งชัดเจน มีความเข้าใจในลูกทีมและปัญหาต่าง ๆ

24. ผู้ฝึกสอนต้องมีความซื่อสัตย์ และมีความจริงใจต่อลูกทีมให้ความยุติธรรมแก่ทุก ๆ คน และต้องถือว่าทุกคนมีความสำคัญต่อทีมเท่า ๆ กัน

25. ผู้ฝึกสอนต้องตรงต่อเวลาที่นัดหมายกันเสมอ เพื่อเป็นตัวอย่างและเป็นกำลังใจในการฝึกซ้อม

26. ผู้ฝึกสอนจะไม่คุยโม้เมื่อชนะ และจะไม่แก้ตัวเมื่อแพ้

27. ผู้ฝึกสอนต้องมีความรู้และควรได้รับการฝึกอบรมทางด้านต่อไปนี้

ก. ทางด้านการแพทย์

1. เพื่อให้เข้าใจในด้านสุขภาพ อนามัย และสมรรถภาพทางกาย
2. เพื่อให้ได้รับความรู้ในการวิเคราะห์วินิจฉัยสภาพของอุปกรณ์และสภาพร่างกายที่จะไม่ให้เกิดอันตรายในการเล่นกีฬา
3. เพื่อช่วยเหลือหรือทำการปฐมพยาบาลนักกีฬา เนื่องจาก เกิดอุบัติเหตุ
4. รู้จักการรายงานเบื้องต้นเกี่ยวกับได้รับบาดเจ็บของนักกีฬา
5. มีความเข้าใจได้ง่ายเมื่อนักกีฬาได้รับการรักษาพยาบาลและต้องทำ

กายภาพบำบัด

6. เข้าใจกฎหมายเกี่ยวกับการแพทย์และนักกีฬา เช่น การประกันอุบัติเหตุ การได้รับบาดเจ็บ ผู้ฝึกสอนจะต้องทำอะไรบ้างในทางกฎหมาย เป็นต้น สำหรับเมืองไทย ไม่ค่อยมีปัญหา แต่ในต่างประเทศจะต้องแจ้งเจ้าหน้าที่ และต้องประกันชีวิตและอุบัติเหตุให้นักกีฬาด้วย

ข. ทางสังคมและจิตวิทยา

1. เพื่อให้ทราบถึงประวัติความเป็นมาของการที่คนเรามีความสนใจในการเล่นกีฬา และสภาพจริงในปัจจุบันเกี่ยวกับจิตวิทยาสังคม เป็นอย่างไร
2. เพื่อให้เกิดมนุษยสัมพันธ์ที่ดีแก่ผู้ร่วมงาน นักกีฬา ผู้ปกครอง และสาธารณชน
3. เข้าใจในหลักการและสามารถนำวิชาจิตวิทยาไปประยุกต์ใช้กับการฝึกและอบรมนักกีฬา

4. เพื่อจะได้เข้าใจกระบวนการเรียนรู้ สภาพการณ์เกี่ยวกับการเรียน ทักษะ
5. รู้จักวิธีการตั้งใจ ฯลฯ
6. เข้าใจและสามารถนำกระบวนการแนะแนวมาใช้กับนักศึกษา

ค. ทางทฤษฎีและเทคนิคการเป็นผู้ฝึก

1. เพื่อให้มีหลักการในการฝึกและอบรมนักศึกษา
2. ประยุกต์หลักการและทฤษฎีในการฝึกนักศึกษา รวมทั้ง กฎกติกา กฎเกณฑ์

ระเบียบและข้อบังคับของกีฬานั้น ๆ ด้วย

3. รู้จักวางแผนการฝึก ยุทธวิธี และกลวิธีต่าง ๆ
4. รู้จักควบคุมและบริหารงานในที่มิได้โดยมีประสิทธิภาพ

ง. ทางด้านวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว

1. เพื่อให้ทราบกลไกการเคลื่อนไหว
2. สามารถวิเคราะห์การเคลื่อนไหวของนักศึกษา ซึ่งตั้งอยู่บนรากฐาน

กลศาสตร์กายวิภาค และสรีรวิทยา

3. สามารถเชื่อมโยงสภาพทางกายและทางจิตวิทยามาวិเคราะห์กลไก

การเคลื่อนไหวของนักศึกษา เพื่อปรับปรุงและทราบข้อจำกัดของนักศึกษาแต่ละคนได้ ทั้งนี้เพื่อสวัสดิภาพของนักศึกษา

4. สามารถทำการศึกษาและวิจัยต่อไปอีกได้

จ. ทางด้านสรีรวิทยาการออกกำลังกาย

1. เพื่อเข้าใจการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายและผลที่จะเกิดขึ้น

เกี่ยวกับการฝึกเพื่อนำไปวิเคราะห์ความสามารถของนักศึกษา

2. เพื่อทราบถึงอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่มีต่อการออกกำลังกายและการฝึก

นักศึกษา

3. เพื่อทราบผลการฝึกในแต่ละครั้งว่าควรเป็นไปในรูปใด
4. เพื่อทราบถึงผลของการใช้ยากระตุ้นบางชนิดที่มีต่อร่างกาย
5. เพื่อให้ทำการวิเคราะห์วิจัยต่อไป

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

ผาณิต บิลมาศ (2521) ได้ศึกษาคูณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนา สำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

1. ด้านการสอน ครูพลศึกษาควรเป็นผู้มีความรู้ความเข้าใจ ความมุ่งหมายของหลักสูตรทางพลศึกษา และรู้จุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษาของชาติ
2. ด้านสุขภาพทางกายและสุขภาพจิต ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความคล่องแคล่ว ว่องไว และมีสมรรถภาพทางกายดี
3. ด้านวิชาการ ครูพลศึกษาควรเป็นผู้มีความรู้เรื่องอันตรายที่จะเกิดจากการเรียนกิจกรรมพลศึกษา และเอาใจใส่ป้องกันโรคติดต่อ
4. ด้านบุคลิกภาพ ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีการควบคุมอารมณ์ และอดทนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคทั้งปวง
5. ด้านคุณธรรมความประพฤติและการมีน้ำใจนักกีฬา ครูพลศึกษาเป็นผู้มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน ซื่อสัตย์สุจริต
6. ด้านมนุษยสัมพันธ์ ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่ปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่น ๆ ได้ดี และให้ความร่วมมือในกิจกรรมพลศึกษาของนักเรียน
7. ด้านการอบรม การปกครอง และการเป็นผู้นำ ครูพลศึกษาควรเป็นตัวอย่างที่ดี และรักษาความลับของนักเรียน
8. ด้านการเป็นพลเมืองดีในสังคมประชาธิปไตย ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และรู้จักรักษาความลับของราชการ
9. ด้านความเชื่อมั่นในตัวเองและเป็นตัวของตัวเอง ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความภาคภูมิใจในอาชีพ มีสัจจะและซื่อตรงต่อตัวเอง
10. ด้านกีฬาและความสามารถทางการกีฬา ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่สามารถสอนและเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาได้หลายอย่าง และมีลักษณะท่าทางของนักกีฬา

โกสินทร์ ฐาใจทหาร (2526) ได้ศึกษาคูณลักษณะของอาจารย์ที่พึงประสงค์ในวิทยาลัยพลศึกษา ผลการศึกษาพบว่า

1. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการสอน อาจารย์พลศึกษาต้องเป็นผู้มีความสามารถในการเลือกกิจกรรมเพื่อการฝึกทักษะที่สอน เข้าสอนสม่ำเสมอ และตรงเวลา มีความยุติธรรมในการวัดและประเมินผลผู้เรียน มีการกำหนดวัตถุประสงค์ของการเรียน ในแต่ละวิชาได้ชัดเจน

2. ลักษณะที่พึงประสงค์ในด้านวิชาการ อาจารย์พลศึกษาต้องเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในทักษะวิชาเฉพาะอย่าง ฝึกและปรับปรุงความสามารถทางทักษะอยู่เสมอ แสวงหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เป็นนิจ มีความรู้ในเนื้อหาวิชากว้างขวาง แม่นยำ ถูกต้องทันสมัย

3. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านสุขภาพทางกายและทางจิตใจ อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้มีความสนใจในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นประจำ ต้องเป็นผู้มีอารมณ์เยือกเย็น สุขุม เป็นคนมีเหตุผล มีความภาคภูมิใจในวิชาชีพของตน งดเว้นจากสิ่งเสพติดาให้โทษทุกชนิด

4. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านมนุษยสัมพันธ์ อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้มีความสนใจให้ความร่วมมือช่วยเหลืองานส่วนรวม วางตนให้เหมาะกับกาลเทศะ บุคคลและสังคม ให้ความเคารพต่อผู้บังคับบัญชา เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น มีอัธยาศัยไมตรีกับคนทั่วไปและยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้เรียน

5. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านบุคลิกภาพทั่วไป อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานสูง กระตือรือร้นในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส มีความตรงไปตรงมา และจิตใจสูง พุคจาจะฉานใช้ภาษาได้ถูกต้อง

6. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการมีคุณธรรมและน้ำใจนักกีฬา อาจารย์พลศึกษามีคุณธรรมสูง มีระเบียบวินัย และปฏิบัติอย่างเคร่งครัด รู้จักใช้วิจารณ์ในการปกครองอย่างมีเหตุผลมีความสำนึกสูงต่อการรู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

7. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการเป็นพลเมืองดีในสังคมประชาธิปไตย อาจารย์พลศึกษาควรมีความเชื่อมั่นในสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ รู้จักเคารพและปฏิบัติตามหน้าที่และสิทธิของตนเองทั้งผู้อื่น ยอมรับและให้ความร่วมมือตามมติของส่วนรวม และสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ ที่อนุรักษ์วัฒนธรรมไทย

สุชาติ ทวีพรปฐมกุล (2526) ได้ศึกษาคุณลักษณะที่พึงปรารถนาของบุคลากรทางพลศึกษาตามความคิดเห็นของผู้บริหารหน่วยงาน เอกชน ในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

1. ลำดับที่ขององค์ประกอบที่สำคัญ ของคุณลักษณะที่พึงปรารถนา ของบุคลากรทาง
พลศึกษา ดังนี้

- 1.1 ด้านประพฤติปฏิบัติและ เจตคติ
- 1.2 ด้านความรู้
- 1.3 ด้านมนุษยสัมพันธ์
- 1.4 ด้านสุขภาพ
- 1.5 ด้านการสอนและสาธิต
- 1.6 ด้านบุคลิกภาพ
- 1.7 ด้านการบริหารอุปกรณ์
- 1.8 ด้านการกีฬาและความสามารถทางการกีฬา
- 1.9 ด้านการให้บริการบริการ
- 1.10 ด้านความสามารถพิเศษ

ปรีชา เมื่อกษวิญญู (2531) ได้ศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของ ผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติตามทัศนคติของนักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา ซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะของการปฏิบัติงาน 6 ด้าน คือ ด้านส่วนตัว ด้านเนื้อหาวิชาด้านการวางแผนและเตรียมการฝึกซ้อม ด้านกิจกรรมการฝึกซ้อม ด้านวิธีการสอนในการฝึกซ้อม และด้านการประเมินผลผลการศึกษาพบว่า

1. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนะว่า คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติในแต่ละด้านปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติในแต่ละด้านอยู่ในระดับสูง
2. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนะว่า คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านและทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์สูงกว่าคุณลักษณะที่เป็นจริง
3. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนะต่อ คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน
4. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนะต่อ คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

จะเห็นได้ว่าครูพลศึกษา จะต้องเป็นผู้มีความรู้ความเข้าใจในหลักสูตร มีความสามารถในทักษะกีฬาเฉพาะอย่าง แสวงหาความรู้อยู่เสมอ ถูกต้อง และทันสมัย มีสุขภาพกายและจิตดี อารมณ์เยือกเย็น สุขุมมีเหตุผล วางคนได้ เหมาะกับกาลเทศะ มีอัธยาศัยไมตรีดี มีบุคลิกภาพ มีคุณธรรม มีน้ำใจนักกีฬา ยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนาและพระมหากษัตริย์ เคารพในสิทธิของตนเอง และผู้อื่น จึงจะเป็นบุคคลที่มีคุณลักษณะอันพึงปรารถนาของบุคคลทั่วไป

งานวิจัยในต่างประเทศ

นิกสัน และคณะ (Nixon et al., 1967) ได้รวบรวมคุณสมบัติของครูพลศึกษาที่ดี จากงานวิจัยของบุคคลต่าง ๆ สรุปได้ว่า ครูพลศึกษาที่ดีนั้นควรมีลักษณะดังนี้

1. ปรับตัวได้ดี
2. เจตนิยวดลาคอยากรู้อยากเห็น และสนใจสิ่งต่าง ๆ
3. เป็นที่พึ่งของคนอื่น ๆ
4. ซื่อสัตย์
5. รอบรู้
6. ยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น
7. หัดลื่นใจได้ดี
8. ให้ความร่วมมือ
9. คอสู้
10. เป็นที่ชื่นชอบแก่บุคคลที่พบเห็น

โอกิลวี่ และทัทโก (Ogilvie and Tutko, 1970) ได้ทำการศึกษาลักษณะบุคลิกภาพของผู้ฝึกสอน โดยตั้งสมมติฐานที่นำเสนอในการวิจัยหลายอย่าง และได้เสนอแนะว่า ผู้ฝึกสอนที่มีความก้าวร้าวในการสอนกีฬาระดับมหาวิทยาลัย มักจะพยายามเลือกผู้เล่นที่มีความก้าวร้าวด้วย และผู้ฝึกสอนที่มีลักษณะหัวโบราณจะไม่ยอมเปลี่ยนแปลงอะไร (conservative coach) และมีแนวโน้มที่จะเลือกหาตัวนักกีฬาที่มีลักษณะแบบหัวโบราณด้วย (Ogilvie และ Tutko สรุปว่าผู้ฝึกสอนจะทำงานดีที่สุดกับผู้เล่นที่มีบุคลิกภาพหลายประการคล้ายคลึงกันกับตนเอง สถานการณ์ของการสอนที่มีลักษณะ เป็นแบบอย่างเดียวกัน อาจจะหรือไม่อาจจะสนับสนุนการศึกษาวิจัยได้ โดยผู้วิจัย

ได้ตั้งข้อสงสัยไว้ว่า ผู้ฝึกสอนจำนวนไม่น้อยที่สามารถทำงานอย่างประสพผลสำเร็จกับนักศึกษา ซึ่งมีคุณลักษณะที่แตกต่างไปจากบุคลิกภาพของตนเอง ผู้ฝึกสอนที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้ฝึกสอนที่ก้าวร้าว มักจะทำงานได้ดีกับนักศึกษาที่ต้องการอยากจะเล่น แต่สำหรับผู้ฝึกสอนอีกผู้หนึ่งอาจจะมียุทธวิธีหลอหลอม นักศึกษาที่มีบุคลิกภาพอีกแบบหนึ่งให้ทำงานร่วมกับเขาได้ ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทั้งหลายจะเป็นไปตามระยะเวลา และไม่ตายตัวเสมอไป ใจแรงของความสัมพันธ์ระหว่างผู้ฝึกสอนกับนักศึกษานักศึกษาคนหนึ่งมีโอกาสพบกับผู้ฝึกสอนหลาย ๆ คน หลาย ๆ แบบ และผู้ฝึกสอนคนหนึ่งก็มียุทธวิธีได้พบกับนักศึกษามากมาย ๆ รูปแบบ ผู้ฝึกสอนอีกหลายคนจึงมองไม่เห็นความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวให้เข้ากับบุคลิกภาพของนักศึกษาที่เป็นคนเก่ง หรือ "คารานักศึกษาที่มีชื่อเสียง" เพราะถ้าผู้ฝึกสอนไม่สามารถจะพูดคุยติดต่อกับนักศึกษาคณะหนึ่งได้ ผู้ฝึกสอนก็ยังมียุทธวิธีกับนักศึกษาคณะอื่นที่จะพูดคุยได้

โอซิลวี และทัทโก (Ogilvie and Tutko, 1970) ได้พยายามแยกผู้ฝึกสอนตามลักษณะทางจิตวิทยา ได้ดังนี้

1. เป็นคนที่ชอบใช้อำนาจเด็ดขาด
2. มีลักษณะสุภาพเรียบร้อย
3. เกรง เครียดจนเกินไป
4. ปล่อยตามสบายจนเกินไป
5. ธุรกิจการกีฬา

อย่างไรก็ตาม ไม่มีใครสามารถบอกได้ว่า โครงสร้างของบุคลิกภาพของผู้ฝึกสอนประเภทใดจะทำให้ประสพผลสำเร็จได้ ทั้งนี้เพราะว่าบุคลิกภาพ เป็นเพียงส่วนประกอบที่สำคัญส่วนหนึ่งในการสื่อสารติดต่อกันระหว่างผู้ฝึกสอนกับผู้เรียน สิ่งที่มีผลกระทบต่อผู้ฝึกสอนเท่านั้น แต่ยังมีส่วนประกอบอื่นอีกมากมาย เช่น ภาวะทางสังคม ยุทธวิธีของสิ่งแวดล้อม และเหตุการณ์ที่เป็นเรื่องส่วนตัวของผู้ฝึกสอน ตลอดจนผู้ฝึกสอนยังต้องพบกับนักศึกษานานาชนิดแล้วปีแล้ว ปีเล่า ซึ่งแต่ละคนก็มีความแตกต่างกันออกไป โอซิลวี และทัทโก ได้สรุปลักษณะของผู้ฝึกสอนที่ประสพผลสำเร็จไว้ให้พิจารณา ดังนี้

1. เป็นคนมีลักษณะยืดหยุ่นได้
2. เป็นคนจริงจัง
3. สามารถเข้ากับนักศึกษาได้

นอกจากนี้ ซาบอก (Sabock, 1979) ได้ให้ความเห็นว่าคุณลักษณะที่ดีของผู้ฝึกสอนควรประกอบด้วย ดังนี้

1. มีลักษณะบุคลิกภาพของความเป็นมนุษย์ ซึ่งประกอบไปด้วยบุคลิกภาพและอารมณ์ต่าง ๆ หลากหลาย เช่น มีทั้งโกรธ ตีใจ เห็นใจ เป็นต้น

2. มีเหตุผล การกระทำทุกอย่างในหน้าที่ของผู้ฝึกสอนต้องมีหลักการและเหตุผล กระบวนการเชิงเหตุผลมีลักษณะดังนี้

2.1 สามารถอธิบายได้ หรือพิสูจน์ได้ ทดลองให้เห็นจริงได้

2.2 สามารถปฏิบัติได้

2.3 สามารถทำให้เกิดการเรียนรู้ได้

3. มีความสนใจและเอาใจใส่ต่อนักกีฬา ทุกคน ผู้ฝึกสอนต้องให้ความสนใจต่อนักกีฬาดีพอ ๆ กับสนใจการแข่งขัน ซึ่งรวมถึงพฤติกรรม ฐานะทางเศรษฐกิจถ้าเป็นผู้ฝึกสอนในโรงเรียนต้องสนใจเรื่องเรียนด้วย

4. การวางตนเป็นที่น่านับถือ การยอมรับนับถือเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งของผู้ฝึกสอน ซึ่งต้องเป็นการยอมรับนับถือโดยการไม่ใช้อำนาจ แต่ยอมรับเพราะมีบุคลิกภาพเป็นที่น่านับถือ

5. มีความสามารถในการจูงใจ การจูงใจเป็นกุญแจที่สำคัญที่จะนำไปสู่เป้าหมายสุดยอด

6. ภูมิศตน์เพื่อภาระหน้าที่

7. มีความสามารถในการสร้างวินัย ซึ่งในการสร้างวินัยมี 3 ประการ คือ

7.1 ความมั่นคง

7.2 ยุติธรรม

7.3 มีความสม่ำเสมอ

8. มีเป้าหมายอย่างชัดเจน ผู้ฝึกสอนควรแบ่งเป้าหมายเป็น 3 ระดับ

8.1 เป้าหมายเร่งด่วน

8.2 เป้าหมายระยะกลาง

8.2 เป้าหมายระยะยาว

9. มีความสามารถพิเศษหรือพรสวรรค์

10. มีความกระตือรือร้น



11. ปฏิบัติงานด้วยความเต็มใจ
12. มีความรู้เรื่องกีฬา
13. สนใจในสิ่งที่เป็นสาระประโยชน์
14. รู้และเข้าใจความต้องการของผู้เล่น
15. รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้ชนะและพ่ายแพ้
16. มีความภาคภูมิใจ
17. มีความสามารถในการจัดและบริหาร
18. มีภาษาท่าทางที่สามารถสื่อสารได้ดีแทนภาษาพูด
19. มีคุณธรรม จริยธรรม
20. มีความซื่อสัตย์
21. มีความสง่างามมีฐานน้ำเลื่อมใส
22. มีการพิจารณาตัดสินปัญหาต่าง ๆ ได้ดี

จะเห็นได้ว่าผู้ฝึกสอนที่ดีควรจะต้องเป็นผู้มีเหตุผล เอาใจใส่ต่อนักกีฬา วางตนเป็นที่น่านับถือ อุดมคติหน้าที่กับงาน สามารถสร้างระเบียบวินัย มีเป้าหมายที่ชัดเจน มีความกระตือรือร้น รู้และเข้าใจความต้องการของผู้เล่น รู้ถึงสาเหตุของการชนะและพ่ายแพ้ มีความสามารถในการจัดและการบริหาร และจะต้องเป็นผู้พิจารณาตัดสินปัญหาต่าง ๆ ได้ดี

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย