

กิจกรรมเกมחרรษา

กลุ่มสาระการเรียรุ้สุขศึการศึกษาและพลศึการศึกษา
ชั้นประถมศึศึกษาปีที่ 5



จัดทำโดย ครูจึติชญา หนนแปลง



จุดประสงค์การเรียนรู้

ความรู้ (K)

1. นักเรียนสามารถอธิบายวิธีการเล่นเกมได้ถูกต้อง

ทักษะ / กระบวนการ (P)

1. นักเรียนสามารถปฏิบัติการเล่นเกมได้

คุณธรรม จริยธรรม / เจตคติ (A)

1. นักเรียนมีวินัย และใฝ่เรียนรู้



- **สาระการเรียนรู้**

1. ทักษะพื้นฐานในการเล่นเกม

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ความสามารถในการสื่อสาร
- ความสามารถในการคิด
- ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้



คำถามชวนคิด

นักเรียนเคยเล่นเกมหรือกิจกรรมอะไรที่ทำให้เกิด
ความสนุกสนานและประทับใจบ้าง ลองเล่าสู่กันฟัง



เกม

เกม เป็นกิจกรรมที่ทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ช่วยผ่อนคลายความเครียด การเล่นเกมเป็นการออกกำลังกายอย่างหนึ่งที่ทำให้ร่างกายแข็งแรง เกมมีหลายประเภท เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมนำไปสู่กีฬา เกมแบบผลัด

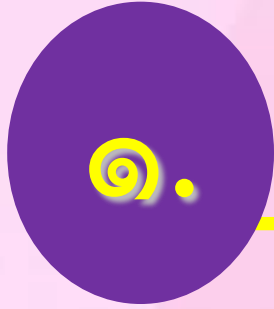


ข้อควรปฏิบัติในการเล่นและการละเล่นพื้นบ้าน

การเล่นอย่างสนุกสนานและปลอดภัยควรปฏิบัติ ดังนี้

- ๑) เล่นเกมด้วยความซื่อสัตย์ ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา
- ๒) รู้จักควบคุมอารมณ์ และให้เกียรติเมื่อมีการกระทบกระทั่งกัน
- ๓) ไม่ใช้กำลังรุนแรงในการเล่นและไม่เอาเปรียบเพื่อน
- ๔) เล่นเกมในสถานที่ที่เหมาะสม โลง กว้าง ไม่เสี่ยงต่อการเกิดอันตราย
- ๕) ไม่เล่นเกมโดยใช้อุปกรณ์ที่มีความแหลมคม หรือเสี่ยงต่อการเกิดอันตราย





๑. การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

เกมเบ็ดเตล็ด เป็นเกมที่มีกฎ กติกาการเล่นง่าย ๆ

ไม่ยุ่งยากซับซ้อน ใช้ทักษะและอุปกรณ์ในการเล่นน้อย

เน้นความสนุกสนานเพลิดเพลิน



ตัวอย่าง เกมเบ็ดเตล็ด

เกมแข่งต่อแถว

วิธีเล่น

- ๑) แบ่งกลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน โดยให้ผู้เล่นทุกคนจดจำสมาชิกในกลุ่มของตนเองให้ได้
- ๒) ให้แต่ละกลุ่มยืนเข้าแถวตอนและให้ผู้เล่นคนแรกของแต่ละแถวยืนถือบอล 1 ลูก
- ๓) เริ่มเล่นโดยให้ผู้เล่นคนแรกของแถวขว้างลูกบอลไปข้างหน้าให้ไกลที่สุด แล้วให้ผู้เล่นทุกคนในแต่ละแถววิ่งแย่งบอลของกลุ่มตน
- ๔) เมื่อผู้เล่นคนใดได้บอลแล้วให้หยุดอยู่กับที่ แล้วให้ผู้เล่นที่เหลือของกลุ่มวิ่งมาต่อแถว
- ๕) ผู้เล่นเกมใดเข้าแถวเสร็จก่อนเป็นฝ่ายชนะ



๒.

การเล่นเกมนำไปสู่กีฬา

เกมนำไปสู่กีฬา เป็นเกม que ช่วยฝึกความคล่องตัวในการเคลื่อนไหว ทำให้ร่างกายแข็งแรง และสร้างทักษะเบื้องต้นของการเล่นกีฬาประเภทต่าง ๆ เกมนำสู่กีฬาที่เหมาะสมกับวัย เช่น เกมเตะบอลวงกลม เกมวิ่งข้ามสิ่งกีดขวาง



ตัวอย่าง เกมนำไปสู่กีฬา

วิธีเล่น

- ๑) ให้ผู้เล่นเข้าแถวเป็นวงกลมและจับมือกันไว้
- ๒) ให้เลือกผู้เล่นคนหนึ่งเป็นผู้เริ่มเตะลูกบอลส่งให้เพื่อนโดยเตะให้บอลกลิ้งไปกับพื้น และไม่ให้บอลออกนอกวง ถ้ามีผู้เล่นคนใดทำบอลออกไปนอกวงจะถูกทำโทษตามที่เพื่อนสั่ง

เกมเตะบอลวงกลม



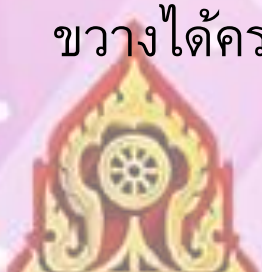
รูปภาพจาก<http://www.108kids.com>



เกมวิ่งข้ามสิ่งกีดขวาง

มีวิธีเล่น ดังนี้

- 1) ให้หาสิ่งกีดขวางมา 2-3 ชนิด เช่น กรวย ท่อนไม้ แล้วให้วางสิ่งกีดขวางให้มีระยะห่างเท่าๆ กัน พร้อมกับกำหนดจุดเริ่มต้น และจุดกลับตัว
- 2) ให้คนแรกของแต่ละกลุ่มวิ่งข้ามสิ่งกีดขวางแต่ละอย่างจนมาถึงจุดกลับตัว แล้ววิ่งกลับเข้ามาต่อท้ายแถวของกลุ่มตนเอง
- 3) ให้คนต่อมาทำเหมือนคนแรก กลุ่มใดวิ่งข้ามสิ่งกีดขวางได้ครบหมดทุกคนก่อน ถือว่าเป็นฝ่ายชนะ



เกมแข่งต่อแถว

มีวิธีเล่น ดังนี้

1) แบ่งกลุ่ม กลุ่มละเท่ากัน โดยให้ผู้เล่นทุกคนจดจำสมาชิกในกลุ่มของตนให้ได้

2) ให้แต่ละกลุ่มยืนเข้าแถวตอน ให้ผู้เล่นคนแรกของแต่ละแถว ยืนถือลูกบอล 1 ลูก

3) เริ่มเล่น โดยให้ผู้เล่นคนแรกของแต่ละแถวโยนลูกบอลไปข้างหน้า ให้ไกลที่สุด แล้วให้ผู้เล่นทุกคนในแต่ละแถววิ่งแย่ง ลูกบอลของกลุ่มตน

4) เมื่อผู้เล่นคนใดได้ลูกบอลแล้วให้หยุดอยู่กับที่ แล้วให้ผู้เล่นที่เหลือของกลุ่มวิ่งมาต่อแถว

5) ผู้เล่นเกมใดเข้าแถวเสร็จก่อนเป็นฝ่ายชนะ



๓.

การเล่นแบบผลัด

เกมแบบผลัด เป็นการเล่นเกมที่แต่ละทีมจะมีจำนวนผู้เล่นเท่ากัน ผู้เล่นภายในทีมจะผลัดกันเล่นตั้งแต่คนแรกจนถึงคนสุดท้าย ฝ่ายใดทำเสร็จก่อนและปฏิบัติถูกต้องตามกฎ กติกาเป็นฝ่ายชนะ



เกมโยนบอล

มีวิธีเล่น ดังนี้

- 1) ผู้เล่นเข้าแถวเรียงหน้ากระดาน 2 แถว ยืนหันหน้าเข้าหากัน
- 2) ผู้เล่นโยนลูกบอลกลับไปกลับมาและไม่ให้ซ้ำคน โดยเริ่มจากคู่ที่ 1 ไต่ไปจนถึงคู่สุดท้าย



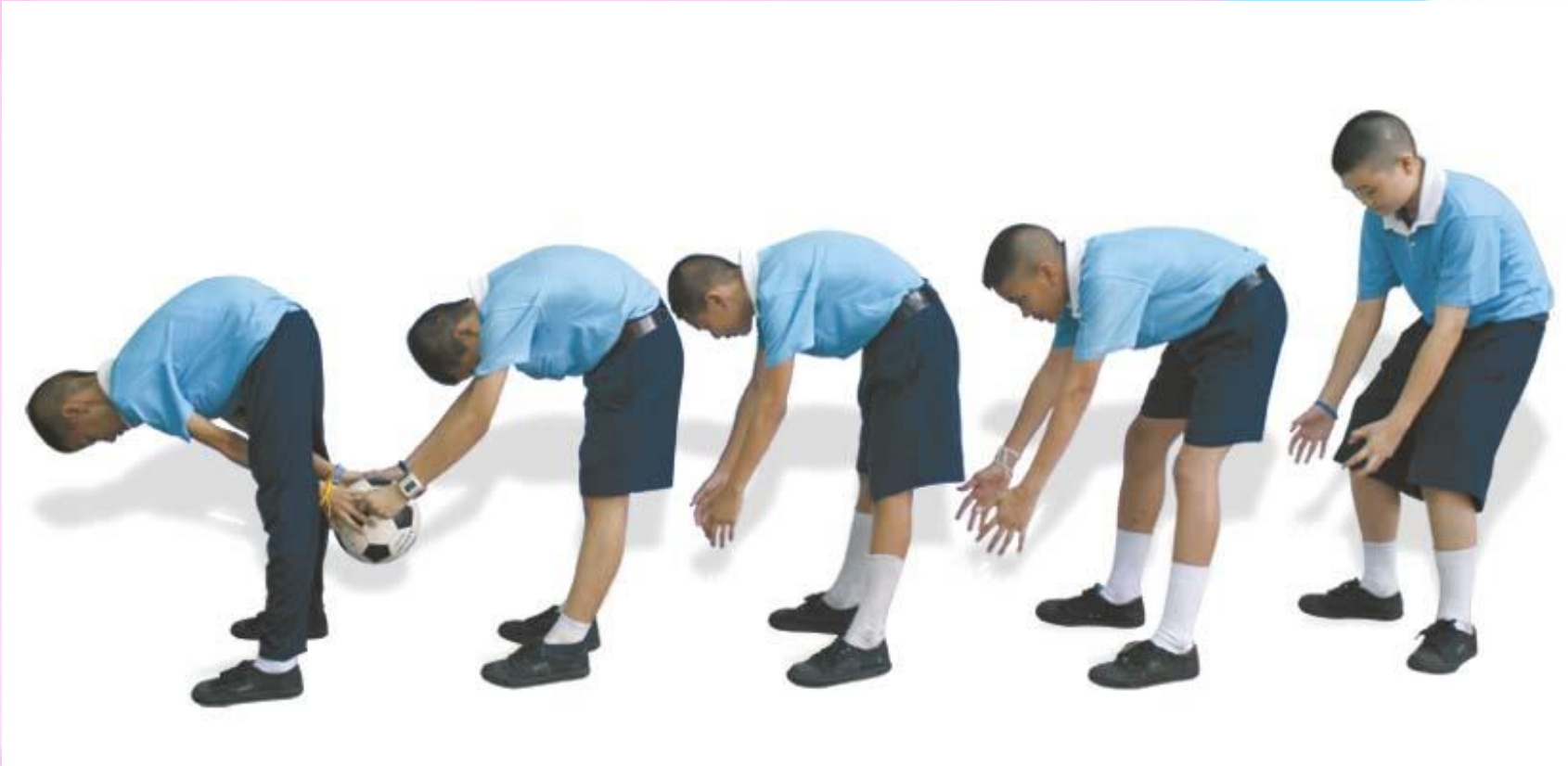
ตัวอย่าง เกมแบบผลัด

วิธีเล่น

เกมส่งบอลลอดถ้ำ

- ๑) แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กันแล้วให้แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอนแล้วยืนแยกเท้า
- ๒) ให้ผู้เล่นที่อยู่หัวแถวก้มตัวส่งบอลลอดขาของตนเองให้ผู้เล่นคนถัดไปแล้วให้ส่งต่อๆ กันไป จนถึงคนท้ายแถว โดยไม่ให้บอลตกพื้น
- ๓) ผู้เล่นที่อยู่ท้ายแถว เมื่อได้รับบอลแล้วให้รับบอลแล้ว ให้รีบวิ่งไปยืนที่หัวแถว แล้วส่งบอลลอดขาเช่นเดิม ให้ปฏิบัติเช่นนี้ต่อไปเรื่อย ๆ จนผู้เล่นคนแรกกลับมาอยู่ที่หัวแถวเช่นเดิม
- ๔) แถวใดที่ผู้เล่นคนแรกกลับมายืนหัวแถวได้ก่อนและเป็นผู้ชนะ





เกมส่งบอลลอดถ้ำ



๔.

การเล่นการละเล่นพื้นเมือง

การละเล่นพื้นเมือง เป็นการละเล่นที่มีมาแต่โบราณ มักจะเล่นกันในท้องถิ่นตามฤดูกาลหรือเทศกาลต่าง ๆ เพื่อความสนุกสนานสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตและวัฒนธรรมไทยในแต่ละท้องถิ่น



ตัวอย่าง การละเล่นพื้นเมือง

การละเล่นพื้นเมือง วิ่งเปี้ยว

วิธีเล่น

- ๑) วางหลักแต่ละหลักให้ห่างกันประมาณ 5 เมตร
- ๒) แบ่งผู้เล่นออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน ให้แต่ละกลุ่มยืนเข้าแถวอยู่หลักหลัก โดยหันหน้าเข้ากันและมีผู้ตัดสิน 1 คน
- ๓) เมื่อผู้ตัดสินให้สัญญาณเริ่มเล่นให้ผู้เล่นคนแรกของแต่ละแถวถือไม้หรือผ้าริบบิ้น ไปอ้อมหลักของฝ่ายตรงข้าม แล้วกลับมาส่งไม้หรือผ้าให้กับผู้เล่นคนต่อไปของกลุ่มเป็นคนวิ่งคนต่อไปให้วิ่งและส่งไม้ต่อไปเรื่อย ๆ
- ๔) ขณะวิ่งให้ผู้เล่นของแต่ละฝ่ายพยายามวิ่งไล่อีกฝ่ายให้ทันแล้วใช้ไม้หรือผ้าในมือแตะฝ่ายตรงข้ามให้ได้ฝ่ายใดไล่แตะฝ่ายตรงข้ามได้ก่อนถือว่าเป็นฝ่ายชนะ





วingsเป็ร็ยว



ใบงาน เรื่อง กิจกรรมเกมทรรษา

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกกิจกรรมที่เรียนมา 1 กิจกรรม จากนั้นตอบคำถาม

กิจกรรม.....

- 1.นักเรียนเลือกกิจกรรมนี้เพราะเหตุใด
- 2.กลุ่มของนักเรียนมีการวางแผนก่อนปฏิบัติจากกลุ่มครบถ้วนหรือไม่
- 3.อธิบายการเล่นกิจกรรมที่เลือก
- 4.ประโยชน์ที่ได้จากการเล่นกิจกรรมนี้ได้แก่อะไรบ้างบอกมา3ข้อ
5. นักเรียนคิดว่าตนเองและกลุ่มมีข้อควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร
 - ข้อควรปรับปรุง
 - วิธีการแก้ไข

