

หน่วยที่ ๒ : หน่วยย่อยที่ ๒
สนุกกับเกมกีฬา

แบบทดสอบก่อนเรียน

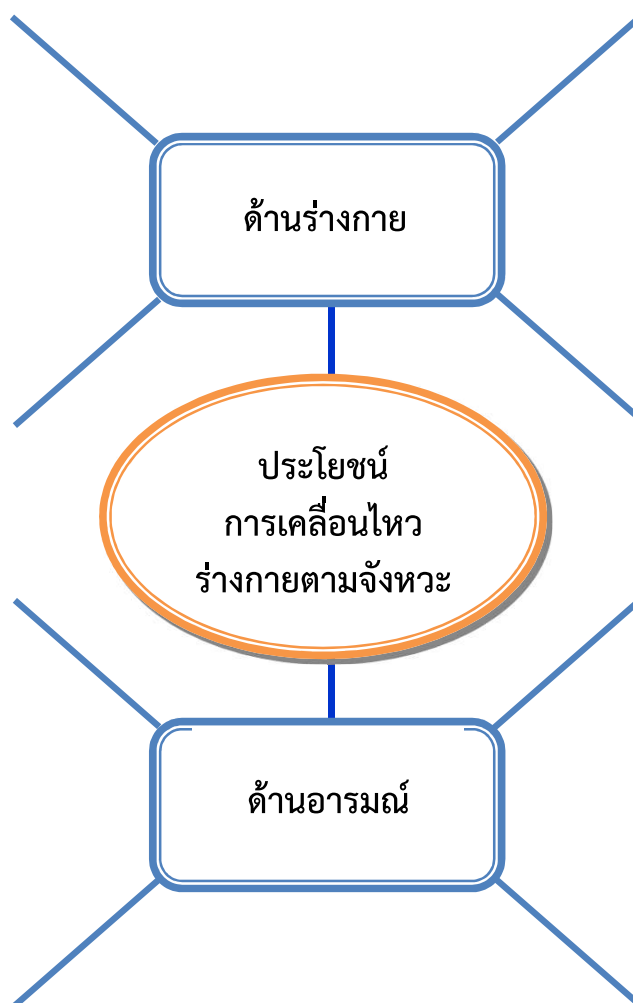
หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

คำชี้แจง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย X ทับข้อที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. ส่วนใดที่ออกแรงมากที่สุดในการวิ่ง ก. เท้า ข. ส้นเท้า ค. ปลายเท้า ๒. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ที่ได้จากการวิ่ง ก. ความแข็งแรง ข. ความว่องไว ค. ความพร้อมเพรียง ๓. ข้อใดเป็นการออกกำลังข้อเท้า ก. กระโดดกบ ข. โยนบอล ค. ขว้างสิ่งของ ๔. กิจกรรมใดเกี่ยวข้องกับการทรงตัวมากที่สุด ก. วิ่งไล่จับ ข. เดินบนถ้ำน้ำมัน ค. โยนลูกบอลลงห่วง ๕. การขว้างบอล เป็นการฝึกการเคลื่อนไหวร่างกายส่วนใด ก. ขาและมือ ข. แขนและเท้า ค. แขนและมือ ๖. ข้อใดเรียงลำดับความเร็วในการเคลื่อนที่ ก. วิ่ง เดิน เหยาะ ๆ ข. เหยาะ ๆ วิ่ง เดิน ค. เดิน เหยาะ ๆ วิ่ง	๗. การปาเป้าควรใช้แขนข้างใด ก. ข้างขวา ข. ข้างซ้าย ค. ข้างที่ถนัด ๘. ข้อใดไม่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวตามจังหวะเพลง ก. ผีกลเดิน - จังหวะเพลง ข. ผีกลวิ่ง - จังหวะการปรบมือ ค. ผีกลกระโดด - จังหวะการร้องเพลง ๙. การเคลื่อนไหวตามจังหวะต้องอาศัยความสัมพันธ์ของอวัยวะต่าง ๆ กับสิ่งใด ก. ตา ข. ปาก ค. หู ๑๐. การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลงออกกำลังกาย เป็นการฝึกเคลื่อนไหวแบบใด ก. แบบอยู่กับที่ ข. แบบเคลื่อนที่ ค. แบบโยกตัว
---	---

ใบงานที่ ๐๑ เรื่อง ประโยชน์ของการเคลื่อนไหวร่างกาย

คำชี้แจง ให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะ
โดยทำแผนผังความคิดพร้อมทั้งตกแต่งและระบายสีให้สวยงาม



ชื่อ.....ชั้น.....
วันที่.....กลุ่ม.....

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง เกม

ชื่อ เลขที่

ชั้น วันที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนแข่งขันเล่นเกม แล้วบันทึกการเล่นเกมที่นักเรียนชอบ ๑ เกม

พร้อมกับบอกวิธีการเล่นและวาดภาพประกอบ

ชื่อเกม.....

วิธีเล่น

๑.

๒.....

๓.....

๔.....

ผลการแข่งขัน

กลุ่มของนักเรียนได้ลำดับที่.....เพราะ.....

ข้อควรปรับปรุง

.....

ประโยชน์ที่ได้จากการเล่นเกม

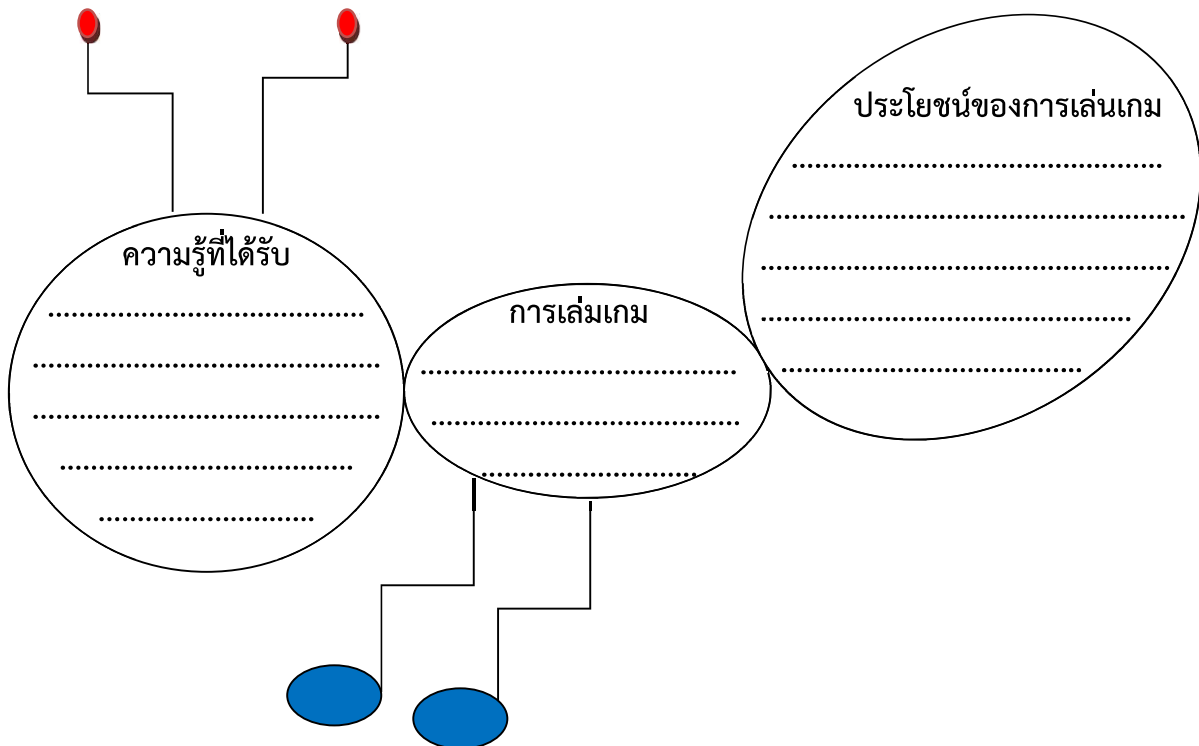
.....

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง เกม

ชื่อกลุ่ม ชั้น

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มโดยคละชาย - หญิง กลุ่มละ ๔ คน ร่วมกันคิด
แล้วเขียนแผนผังความคิด ความรู้และประโยชน์ของการเล่นเกม



ใบความรู้ที่ ๐๑ สำหรับนักเรียน เรื่อง เกม “ส่งบอลลอดถ้ำ”

จำนวนผู้เล่น

ไม่จำกัดผู้เล่น

มีวิธีเล่นดังนี้

๑. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มละเท่า ๆ กัน ให้แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอน แล้วยืนแยกเท้า
๒. ผู้เล่นที่อยู่หัวแถวก้มตัวลงส่งบอลลอดขาตนเองให้ผู้เล่นคนถัดไปแล้วส่งต่อ ๆ กันไปจนถึงคนท้ายแถว โดยไม่ให้บอกตกพื้น
๓. คนสุดท้ายของแถว เมื่อได้รับบอลแล้ว ให้วิ่งไปยืนที่หัวแถว แล้วส่งบอลลอดขาเช่นเดิม
๔. แถวใดที่ผู้เล่นคนแรกกลับมายืนหัวแถวได้เหมือนเดิม จะเป็นผู้ชนะ

อุปกรณ์

๑. ลูกฟุตบอล

เกม “ส่งบอลลอดถ้ำ”



ที่มา : <https://www.google.co.th>

ใบความรู้ที่ ๐๒ สำหรับนักเรียน เรื่อง เกม “เรียกเบอร์เชียบอล”

จำนวนผู้เล่น

ไม่จำกัดจำนวน

มีวิธีเล่นดังนี้

๑. เลือกตัวแทน ๑ คน เป็นผู้เรียกหมายเลข ผู้เล่นคนอื่นให้แบ่งเป็น ๒ กลุ่ม
๒. ให้ผู้เล่นแต่ละกลุ่มเข้าแถวหน้ากระดาน ยืนหันหน้าเข้าหากัน แล้วให้ผู้เล่นแต่ละแถวนับเลขและจำหมายเลขของตนไว้
๓. วางบอลไว้ตรงกลางระหว่างแถว เริ่มเล่นโดยให้ตัวแทนเรียกหมายเลขใดหมายเลขหนึ่งขึ้นมา ผู้ที่เป็นหมายเลขนั้นของแต่ละแถวให้วิ่งไปเชียบอลเข้ามายังเขตแดนของตนให้ได้
๔. แถวใดเชียบอลเข้ามาเขตแดนของตนได้มากกว่าเป็นผู้ชนะ

อุปกรณ์

๑. ลูกฟุตบอล

ใบความรู้ที่ สำหรับนักเรียน เรื่อง เกม “ตีจับ”

จำนวนผู้เล่น

แบ่งเป็น ๒ ฝ่าย เท่าๆ กัน ฝ่ายละ ๓ – ๑๒ คน

มีวิธีเล่นดังนี้

ผู้เล่นทั้งสองฝ่ายกำหนดเส้นแบ่งเขตแดนไว้ แล้วตกลงกันว่าใครจะเป็นคนตีก่อน โดยยืนอยู่คนละด้านของเส้นแบ่งเขต ฝ่ายที่เป็นคนตีจะผลัดกันออกไปในแดนของฝ่ายตรงข้ามพร้อมกับทำเสียง “ตี” โดยไม่อ้าปาก และพยายามใช้มือแตะตัวฝ่ายตรงข้ามให้ได้จำนวนมากที่สุด แล้วรีบวิ่งกลับแดนของตน ผู้ที่ถูกแตะตัวก็ต้องไปเป็นเชลยของฝ่ายตรงข้าม รอให้ฝ่ายของตนตีเข้าไปช่วย เจ้าของแดนก็ต้องช่วยกันป้องกันไว้ไม่ให้คนตีแตะมือ ช่วยเชลยได้ ฝ่ายใดถูกจับตัวเป็นเชลยหมดก็เป็นฝ่ายแพ้

อุปกรณ์

ไม่มี

แผนผังการเล่นเกม “ตีจับ”

เส้นเชลย

เส้นแบ่งเขตแดน

เส้นเชลย

ใบความรู้ที่ สำหรับนักเรียน

เรื่องเกม “แย่งที”

จำนวนผู้เล่น

ไม่จำกัดจำนวนผู้เล่น

วิธีการเล่น

1. ให้นักเรียนเข้าแถวจับมือเป็นวงกลม แล้วเลือกนักเรียนคนหนึ่งอยู่กลางวง
2. เมื่อเริ่มเล่น ให้คนที่ยืนเป็นวงกลมเดินวนซ้ายไปเรื่อย ๆ คนที่อยู่ในกลางวงจะแตะมือคนอื่นคนหนึ่งแล้วบอกว่า วิ่งเร็ว
3. คนที่ถูกแตะต้องออกวิ่งคนละทางเพื่อกลับมายืนที่เดิม ซึ่งเหลือเพียงคนเดียว เพราะถูกคนแตะเข้ามายืนแทนที่แล้ว
4. ถ้าคนใดไม่มีที่ยืนให้กลายเป็นคนแตะต่อไปประโยชน์ที่ได้คือ

ประโยชน์

1. ด้านร่างกายได้ออกกำลังกาย
2. ด้านสติปัญญา มีไหวพริบปฏิภาณที่ดี
3. ด้านอารมณ์ รู้จักควบคุมสติได้ มีสมาธิในการเล่น รู้จักแพ้ชนะและการให้อภัย
4. ด้านสังคม ได้เข้าร่วมกลุ่มกับเพื่อน ๆ ทำให้รู้จักการอยู่ร่วมกันและเล่นกันเป็นหมู่คณะ

ที่มา : http://xn--๑๒๔๘bfaaf0a0bcua๕kxai๖e๖g๔c๒cwac.blogspot.com/๒๓๑๐/๐๑/blog-post_๒๓๘.html(นายสายใจ บุญเสริม)

ใบความรู้ที่ สำหรับนักเรียน เรื่องเกม “เกมทีมลำเลียงบอล”

จำนวนผู้เล่น

จำนวน ๑๖ คน(ตามดุลยพินิจของผู้สอน)

อุปกรณ์ ลูกบอล

มีวิธีการเล่นดังนี้

๑. แบ่งนักเรียนเป็น ๒ ทีมๆละ ๘ คน โดยให้จับคู่กัน แต่ละคู่ยืนห่างกัน ประมาณ ๕ เมตร
๒. ให้แต่ละคู่หันหน้าเข้าหากันพร้อมทั้งจับมำกันไว้ ช่วยกันประคองลูกบอลไปส่งยังคู่ที่ ๒ ที่อยู่ถัดไปเรื่อยๆ จนถึงคู่สุดท้าย โดยระหว่างนั้นห้ามให้ลูกบอลตกพื้น
๓. ใครถึงเส้นชัยก่อนเป็นฝ่ายชนะ

ที่มา : <http://www.bloggang.com>

แบบทดสอบหลังเรียน

หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

คำชี้แจง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย X ทับข้อที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. ส่วนใดที่ออกแรงมากที่สุดในการวิ่ง ก. เท้า ข. ส้นเท้า ค. ปลายเท้า ๒. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ที่ได้จากการวิ่ง ก. ความแข็งแรง ข. ความว่องไว ค. ความพร้อมเพรียง ๓. ข้อใดเป็นการออกกำลังข้อเท้า ก. กระโดดกบ ข. โยนบอล ค. ขว้างสิ่งของ ๔. กิจกรรมใดเกี่ยวข้องกับการทรงตัวมากที่สุด ก. วิ่งไล่จับ ข. เดินบนถังก้นน้ำมัน ค. โยนลูกบอลลงห่วง ๕. การขว้างบอล เป็นการฝึกการเคลื่อนไหวร่างกายส่วนใด ก. ขาและมือ ข. แขนและเท้า ค. แขนและมือ ๖. ข้อใดเรียงลำดับความเร็วในการเคลื่อนที่ ก. วิ่ง เดิน เหยาะ ๆ ข. เหยาะ ๆ วิ่ง เดิน ค. เดิน เหยาะ ๆ วิ่ง	๗. การปาเป้าควรใช้แขนข้างใด ก. ข้างขวา ข. ข้างซ้าย ค. ข้างที่ถนัด ๘. ข้อใดไม่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวตามจังหวะเพลง ก. ผีกลเดิน - จังหวะเพลง ข. ผีกลวิ่ง - จังหวะการปรบมือ ค. ผีกลกระโดด - จังหวะการร้องเพลง ๙. การเคลื่อนไหวตามจังหวะต้องอาศัยความสัมพันธ์ของอวัยวะต่าง ๆ กับสิ่งใด ก. ตา ข. ปาก ค. หู ๑๐. การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลงออกกำลัง เป็นการฝึกเคลื่อนไหวแบบใด ก. แบบอยู่กับที่ ข. แบบเคลื่อนที่ ค. แบบโยกตัว
--	--