บทเรียนด้านร่างกาย
บทที่ 52

เรื่อง ทรงประทานแขนให้ฉัน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ: เด็กเลือกแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์

ตัวชี้วัด: เด็กมีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง

สาระการเรียนรู้: เข้าใจร่างกายและพัฒนาการด้านร่างกาย

กลุ่มอายุ: 3-5 ปี

หัวข้อหลัก: กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก

บทเรียน: พระเจ้าประทานแขนทั้งสองข้างให้ฉัน

เวลาที่ใช้ในการสอน: 45 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กๆ จะสาธิตการใช้กล้ามเนื้อเล็กและกล้ามเนื้อใหญ่บริเวณแขนของพวกเขา

อุปกรณ์การสอนที่ต้องการใช้:

1. ดินเหนียว แป้งโด หรือสิ่งของที่สามารถบีบได้

อุปกรณ์การสอนสำหรับกิจกรรมเสริม:

1. กรรไกร
2. ดินสอหรือชอล์ก
3. กระดาษ

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม:

1. เตรียมดินเหนียวหรือแป้งโด
2. ต้องแน่ใจว่าเด็กๆ ได้ล้างมือของพวกเขาก่อนที่จะจับแป้งโดหรือดินเหนียวเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อแบคทีเรีย

ขั้นตอนการเรียนการสอน

การนำเข้าสู่บทเรียน:

1. **พระเจ้าทรงสร้างบางสิ่งที่พิเศษมาก ๆ และพระองค์ได้ใส่มันไว้ในร่างกายของพวกเรา** ให้เด็ก ๆ จับและสัมผัสร่างกายของพวกเขาจากหัวจรดเท้า **พวกเรามี 2 สิ่งในร่างกายเราที่พิเศษมาก ๆ** บอกให้เด็กชี้ไปยังอวัยวะทุกอย่างที่มีเป็นคู่: ตา หู แขน ขา **อวัยวะที่พิเศษสองอันนี้สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้มากมาย พวกมันช่วยเราถือสิ่งของ ฉันกำลังพูดถึงอะไร?** ให้เด็กๆ ตะโกน "แขน" **วันนี้เราจะเรียนรู้ว่าอะไรที่เราทำได้ด้วยแขนที่พระเจ้าทรงสร้าง**

กิจกรรมการเรียนการสอน:

1. รวมเด็กๆ ในบริเวณกว้างที่เพียงพอสำหรับการเคลื่อนไหว
2. **เมื่อพระเจ้าสร้างร่างกายของพวกเรา พระองค์ได้ใส่กล้ามเนื้อไว้ทั่วทั้งร่างกายของเรา กล้ามเนื้อเหล่านี้ช่วยให้ร่างกายของเราเคลื่อนไหว เรามีกล้ามเนื้อในแขนทั้งสองและนิ้ว** ให้เด็กๆ สัมผัสแขนและนิ้วของพวกเขา **ชีวิตของเราจะเป็นอย่างไร ถ้าเรามีแขนแต่ไม่มีกล้ามเนื้อที่ช่วยให้พวกมันเคลื่อนไหวได้?** ให้เด็กๆ อยู่นิ่งๆ สักครู่โดยไม่ขยับแขนของพวกเขา
3. **พระเจ้าสร้างกล้ามเนื้อให้เคลื่อนไหวตามที่สมองของพวกเราสั่งให้พวกมันเคลื่อนไหว วันนี้พวกเราจะใช้กล้ามเนื้อแขนและนิ้วของพวกเราในแบบต่าง ๆ กล้ามเนื้อของเราบางส่วนช่วยให้แขนทั้งสองข้างเคลื่อนไหวได้มาก** ซึ่งเรียกว่ากล้ามเนื้อใหญ่ บางครั้งหมายถึง ทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ คุณจะบอกท่าทางและให้เด็กๆ ฝึกทำ ต้องแน่ใจว่าเด็กรู้ขอบเขตและอยู่ภายในบริเวณดังกล่าว
4. **มาใช้กล้ามเนื้อแขนของพวกเรากันเถอะ ฉันจะบอกท่าทางต่าง ๆ และฉันอยากให้พวกคุณทำตาม เมื่อฉันให้สัญญาณ ให้หยุดและรอให้ฉันพูดสิ่งต่อไป** บอกท่าทางของแขนเหล่านี้: แกว่งแขนซ้ายในทิศทางต่างๆ กัน แกว่งแขนขวาในทิศทางต่างๆ กัน ยืดแขนตรงและทำเป็นวงกลมใหญ่หลายๆ ครั้ง ยืดแขนตรงและทำเป็นวงกลมเล็กหลายๆ วง ยืดแขนขึ้นและตบมือเหนือหัวและโบกมือช้าๆ ใช้เวลาประมาณ 15-30 วินาทีต่อการปฏิบัติแต่ละครั้ง หนุนใจเด็กแต่ละคนโดยพูดชมเชย เช่น นั่นเป็นวงกลมที่สวยมาก คุณยืดมือได้สูงมาก กล้ามเนื้อของคุณช่วยให้คุณตบมือได้ดีมาก และอื่นๆ เมื่อเด็กๆ หยุดเพื่อรอสัญญา ปล่อยให้เด็กๆ สัมผัสแขนทั้งสองของพวกเขาและพูดเกี่ยวกับกล้ามเนื้อต่างๆ ที่พวกเขารู้สึกได้ในแขนของพวกเขา
5. หนุนใจให้เด็กแต่ละคนตอบคำถามต่อไปนี้ **การเคลื่อนไหวแบบไหนที่คุณชอบมากที่สุด?**
6. **การเคลื่อนไหวแบบไหนที่ทำได้ง่ายที่สุด?**
7. **การเคลื่อนไหวแบบไหนที่ทำได้ยากที่สุด?**
8. **มาล้างมือของพวกเราก่อนที่จะจับดินเหนียวกันเถอะ**
9. **พระเจ้าประทานกล้ามเนื้อมือให้กับเราเพื่อเราจะสามารถถือสิ่งของได้ อะไรที่คุณถือได้ด้วยมือของคุณ?** ให้เด็กแต่ละคนบอกชื่อสิ่งของอย่างน้อยหนึ่งอย่างที่เขาหรือเธอถือได้ กล้ามเนื้อของพวกเราจำเป็นต้องออกกำลังให้พวกมันแข็งแรงขึ้นและมีสภาพดี **ฝึกการบีบ ขณะที่เราบีบ**

มาดูกัน คุณจะรู้สึกว่ากล้ามเนื้อแขนของคุณรัดตึงหรือไม่ นำดินเหนียว แป้งโดหรือวัตถุอย่างอื่นที่สามารถบีบได้ ถ้าคุณมีเพียงพอสำหรับเด็กแต่ละคนก็ส่งให้พวกเขา ถ้าคุณมีเพียงชิ้นเดียวให้เด็กเปลี่ยนกันบีบ ขณะที่เด็กกำลังบีบ เขาหรือเธอควรใช้แขนอีกข้างหนึ่งสัมผัสกล้ามเนื้อแขน คุณอาจจะต้องหนุนใจให้เด็กบีบแรงขึ้นเพื่อเขาหรือเธอจะสามารถรู้สึกถึงกล้ามเนื้อแขนได้

10. **นอกจากนั้นพระเจ้ายังประทานกล้ามเนื้ออีกส่วนที่ช่วยให้นิ้วของพวกเราขยับได้เล็กน้อย** พวกมันเรียกว่า ทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก ให้เด็กๆ ทำท่าทางการเคลื่อนไหวเหล่านี้ตามที่คุณบอกพวกเขาที่ละอย่าง
    การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อเล็ก: กระดิกนิ้วมือ เหยียดนิ้วมือตรงและกำมือเข้าหาฝ่ามือ และดีดนิ้ว
11. หนุนใจให้เด็กแต่ละคนตอบคำถามต่อไปนี้ **การเคลื่อนไหวแบบไหนที่คุณชอบมากที่สุด?**
12. **การเคลื่อนไหวแบบไหนที่ทำได้ง่ายที่สุด?**
13. **การเคลื่อนไหวแบบไหนที่ทำได้ยากที่สุด?**

การสรุปบทเรียน:

1. **เราสามารถระลึกถึงพระคุณของพระเจ้าที่ประทานแขนและกล้ามเนื้อเพื่อทำให้แขนทั้งสองเคลื่อนไหว พวกเราอยากให้กล้ามเนื้อแขนของพวกเราให้มีสุขภาพดีและแข็งแรง คุณสามารถฝึกเคลื่อนไหวแขนของคุณเมื่อคุณกลับไปที่บ้าน เมื่อคุณรออยู่ในแถว เมื่อคุณเบื่อหรือเมื่อคุณกำลังดูอะไรบางอย่างอยู่ ให้เราพูดขอบคุณพระเจ้าสำหรับกล้ามเนื้อแขนของเรา** ให้เด็กๆ สัมผัสแขนของพวกเขาขณะที่คุณจบการสอนด้วยการอธิษฐาน

กิจกรรมเสริม:

1. วางกรรไกร ดินสอหรือชอล์กและกระดาษ ให้เด็กๆ ฝึกกล้ามเนื้อเล็กของพวกเขาโดยการตัดและวาดรูป ให้เด็กๆ วาดเส้นต่างๆ บนกระดาษของพวกเขา: เส้นตรงและเส้นโค้ง หลังจากนั้นบอกให้เด็กๆ วาดตามเส้นนั้น ถ้าคุณมีกรรไกรเพียงอันเดียว ให้เด็กๆ เปลี่ยนกันตัดที่ละเส้น ขณะที่พวกเขารอกรรไกร ให้บอกการท่าทางของแขนและให้กลุ่มทำตาม

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดใช้ได้ผลดี? กิจกรรมใดใช้ไม่ค่อยได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนในบทต่อไปอย่างไร?)

การประเมินผลผู้เรียน: