

🌸🌸🌸 กิจกรรมกระโดดยาง 🌸🌸🌸

🌸🌸 วิธีการเล่น 🌸🌸

นำหนังยางมาต่อกันคล้ายๆ โซ่ เวลาเล่นจะต้องมีผู้เล่น 2 คนถือยางคนละข้าง ดึงให้ตึงพอสมควร แล้วให้ผู้เล่นที่เหลือกระโดดข้าม แต่ละเกมการเล่นจะแบ่งเป็นระดับตามความสูงของการถือยาง คือจากต่ำไปจนถึงสูง หากผู้กระโดดไม่สามารถกระโดดข้ามได้ในความสูงระดับใดถือว่าแพ้ ต้องหยุดเล่นแล้วนั่งดูผู้ที่เหลือเล่นจนจบเกม

🌸🌸 ประโยชน์จากการเล่นกระโดดยาง 🌸🌸

- เด็กจะได้รับความสนุกสนาน กิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง การเล่นในร่ม การเล่นออกกำลังกาย และการเคลื่อนไหวร่างกายเป็นกิจกรรมที่เด็กได้เล่นอย่างสนุกสนาน เป็นการระบายอารมณ์ให้กับเด็ก
- เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน ขา มือ ลำตัว และทุกส่วนของร่างกายรวมถึงการฝึกฝนการพัฒนาทางร่างกายในด้านการควบคุมการทรงตัว การประสานสัมพันธ์ของประสาทและการรับรู้ด้านร่างกาย ทำให้กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายมีความแข็งแรง ทนทาน ว่องไว นำไปสู่การทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างคล่องแคล่วและมีประสิทธิภาพ เช่น การเล่นปีนป่ายช่วยให้เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อแขนและขาให้แข็งแรง การเล่นน้ำและทรายช่วยพัฒนากล้ามเนื้อแขนและตา การโยนลูกบอลพัฒนากล้ามเนื้อแขนขาและลำตัว การเล่นเกมช้อนผ้าพัฒนากล้ามเนื้อแขน ขาและการทรงตัว เป็นต้น
- เด็กได้เกิดทักษะหรือคุณลักษณะอื่นๆ เช่น ความมีระเบียบวินัย การรอคอย การสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อน ความมีน้ำใจ ความอดทน การควบคุมอารมณ์ การคิดจินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์



