กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการสำหรับเด็กพิการ

พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานแก่ คณะกรรมการมูลนิธิอนุเคราะห์คนพิการ
ในพระราชูปถัมภ์ของสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
ณ พระตำหนักจิตรลดารโหฐาน วันศุกร์ที่ 22 มีนาคม พ.ศ. 2517

“ ...งานช่วยเหลือคนพิการนี้ ก็มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะว่าผู้พิการไม่ได้อยากจะเป็นผู้พิการ
และอยากช่วยเหลือตนเอง ถ้าเราไม่ช่วยเขาให้สามารถที่ปฏิบัติงานอะไร เพื่อชีวิตและเศรษฐกิจของครอบครัว
จะทำให้เกิดสิ่งที่หนักในครอบครัวหนักแก่ส่วนรวม ฉะนั้นนโยบาย ที่จะทำก็คือ
ช่วยเขาให้ช่วยเหลือตนเองได้ เพื่อจะทำให้เขาสามารถเป็นประโยชน์ต่อสังคม... ”

คำนำ

กรมพลศึกษา เป็นองค์กรนำในการส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬามวลชน นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา และการพัฒนาบุคลากรด้านการพลศึกษา กีฬา และนันทนาการ เพื่อสนับสนุนและพัฒนาด้านสังคมและคุณภาพชีวิต ให้เด็ก เยาวชน และประชาชน ทุกกลุ่ม รวมทั้งบุคคล กลุ่มพิเศษ และผู้ด้อยโอกาส ได้มีโอกาสออกกำลังกาย เล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและพลานามัยที่ดี และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยการประกอบกิจกรรมนันทนาการเป็นประจำ หลีกเลี่ยงการมั่วสุมกับอบายมุขและสิ่งเสพติดให้โทษ เพื่อให้ศาสตร์แห่งนันทนาการครอบคลุมถึงกลุ่มคนพิการ จึงได้มอบหมายให้สำนักนันทนาการจัดทำหนังสือ **"กิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการ"** ขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นแนวทางการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับหน่วยงาน องค์กรและบุคคลที่เกี่ยวข้องให้แก่เด็กพิการ และเพื่อส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพเด็กพิการให้มีความรู้ ความเข้าใจ ตระหนักถึงคุณค่าของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ด้วยการประกอบกิจกรรมนันทนาการ นอกจากนี้ยังพัฒนาอารมณ์สุข ทำให้เกิดความสนุกสนาน ลดความเครียด ความวิตกกังวล และทำให้เข้าใจบุคลิกภาพ อารมณ์ ความต้องการ ความสนใจของเด็กพิการ เนื้อหาประกอบไปด้วย ความหมาย ประโยชน์ ประเภทของนันทนาการ ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับคนพิการ และตัวอย่างเกมหรือกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการประเภทต่างๆ

กรมพลศึกษา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงาน องค์กร หรือบุคคลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเด็กพิการ ตลอดจนผู้ที่สนใจทั่วไป

(ดร.กิตติพงษ์ โพธิ์ญ)
อธิบดีกรมพลศึกษา

สารบัญ

คำนำ	1
บทที่ 1 : บทนำ	4
บทที่ 2 : ความหมาย ประโยชน์ ประเภทของนันทนาการ	6
บทที่ 3 : ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับคนพิการ	10
บทที่ 4 : กิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการ	
ตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการที่มีความบกพร่องทางการเห็น 9 กิจกรรม	
- เกมปั้นให้เหมือน	20
- เกมฉีกให้ยาว	22
- เกมคำสั่งเทวดา	24
- เกมเต้นขาเดียว	26
- เกมแม่งู	28
- เกมพิราบส่งสาร	30
- เกมเชียมซีเสี่ยงรัก	32
- เกมทำตามคำสั่ง / ทำตรงข้ามคำสั่ง	34
- เกมบอลวิเศษ	36
ตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน 9 กิจกรรม	
- เกมแนะนำตัวพร้อมของฝาก	38
- เกมฉลากตัวเอง	40
- เกมเชื้อโรค	42
- เกมเป่าลูกโป่งข้ามแก้วน้ำ	44
- เกมประมูล	46
- เกมส่งบอลลอดใต้ขา	48
- เกมปฏิมากรรม	50
- เกมต่อตัว	52
- เกมโยนเหรียญลงแก้ว	54

ตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการที่มีความบกพร่องทางร่างกาย 9 กิจกรรม

- เกมคลานเปี้ยว 56
- เกมเงียบ 58
- เกมเสือ-ปืน-คน 60
- เกมสามช่ารวมอวัยวะ 62
- เกมโคลนนิ่ง 64
- เกมนั่งเกี้ยว 66
- เกมสีของฉัน 68
- เกมตอปิโดบก 70
- เกม Walk Rally 72

ตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา 10 กิจกรรม

- เกมกู้ระเบิด 74
- เกมดื่มน้ำสาบาน 76
- เกมต่อของ 78
- เกมบก น้ำ อากาศ 80
- เกมรวมเงิน 82
- เกมกระรอกกลับโพรง 84
- เกมปูลงรูเกลียวสวาท 86
- เกมผึ้งแตกรัง 88
- เกมกลิ้งไข่ 90
- เกมส่งของตามเพลง 92

วันคนพิการสากล 94

วันคนพิการ 95

บรรณานุกรม 96

บทที่ 1
บทนำ

ปัจจุบัน รัฐบาลและสังคมไทยได้ตระหนักในเรื่องสิทธิของคนพิการและมีการดำเนินการอย่างเป็นรูปธรรมมากขึ้น ดังจะเห็นได้จากการปรับปรุงกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับคนพิการ การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพของคนพิการในหลายรูปแบบ ได้แก่ การปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐานสำหรับคนพิการ เช่น ทางลาดบริการที่จัดสำหรับคนพิการ ห้องส้วม ทางเข้าอาคาร ราวจับ ลิฟต์ บันได ป้าย ประตู พื้นผิวต่างสัมผัส โดยมีการติดตั้งสัญญาณเตือนภัยในอาคาร และบริเวณจุดที่มีเสียงเตือนภัยมีแสงสีแดงกำกับอยู่ทุกจุด เพื่อให้คนพิการทางการได้ยินทราบถึงเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ที่ให้ความสำคัญกับคนทุกกลุ่มเป้าหมายโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างสังคมที่เป็นธรรมและเป็นสังคมสันติสุข และมียุทธศาสตร์การสร้างความเป็นธรรมในสังคม การพัฒนาคนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน การพัฒนาคุณภาพคนไทยให้มีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง และการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต *(สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2558: ออนไลน์)*

จากรายงานข้อมูลสถานการณ์ด้านคนพิการในประเทศไทย ณ วันที่ 30 มิถุนายน 2558
มีคนพิการเพศชาย จำนวน 922,283 คน (ร้อยละ 54.08)
และเพศหญิง จำนวน 783,057 คน (ร้อยละ 45.92)

(กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ. 2558: ออนไลน์)

กรมพลศึกษาในฐานะเป็นองค์กรนำในการส่งเสริมและพัฒนางานด้านนันทนาการ เพื่อให้เด็ก เยาวชน และประชาชน ทุกกลุ่ม รวมทั้งบุคคลกลุ่มพิเศษและผู้ด้อยโอกาส ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยการประกอบกิจกรรมนันทนาการเป็นประจำ ตระหนักถึงความสำคัญและคุณค่าของคนพิการมาโดยตลอด มีการจัดโครงการต่างๆ เพื่อพัฒนาชีวิตของคนพิการ เช่น โครงการนันทนาการพัฒนาคุณภาพชีวิตกลุ่มบุคคลพิเศษและผู้ด้อยโอกาส (กิจกรรมส่งเสริมความรู้แก่เด็กด้อยโอกาสทางสังคม) เป็นประจำทุกปี และจากการดำเนินงานที่ผ่านมา พบว่าควรส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมนันทนาการให้แก่คนพิการมากยิ่งขึ้น ต้องการให้เพิ่มระยะเวลาในการจัดกิจกรรม และยังขาดแคลนความรู้ สื่อ เอกสาร ให้แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง (กรมพลศึกษา. 2557: 83) ดังนั้น กรมพลศึกษา จึงได้ตระหนักและเห็นความสำคัญดังกล่าว จึงได้จัดทำหนังสือกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการขึ้น เพื่อเผยแพร่ โดยมุ่งหวังให้ **“ศาสตร์แห่งนันทนาการ”** (กิจกรรมนันทนาการ) ได้ส่งเสริม พัฒนาสังคมและคุณภาพชีวิตของคนพิการต่อไป

บทที่ 2
ความหมาย ประโยชน์ ประเภทของนันทนาการ

วิถีชีวิตของบุคคลในสังคมปัจจุบันมีสภาพแวดล้อมและการแข่งขันสูง ส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ บั่นทอนคุณภาพชีวิตของบุคคลในสังคม ดังนั้น การส่งเสริมให้เด็ก เยาวชน และประชาชนทุกกลุ่มรวมทั้งบุคคลกลุ่มพิเศษและผู้ด้อยโอกาสได้มีความรู้ ความเข้าใจ ตระหนักถึงคุณค่าของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ประกอบกิจกรรมนันทนาการเป็นประจำ เป็นวิธีการหนึ่งที่แก้ปัญหาดังกล่าว

ความหมายนันทนาการ

นันทนาการเป็นคำมาจากคำว่า สันทนาการ ซึ่งพระยาอนุมานราชธน หรือเสถียร โกเศศ ได้บัญญัติไว้เมื่อปี พ.ศ. 2507 และตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า *Recreation* (จรินทร์ ธานีรัตน์. 2528: 17) และมีนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้หลากหลาย ดังนี้

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542: 571) นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่ทำตามสมัครใจในยามว่าง เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินและผ่อนคลายความตึงเครียดการสราญใจ

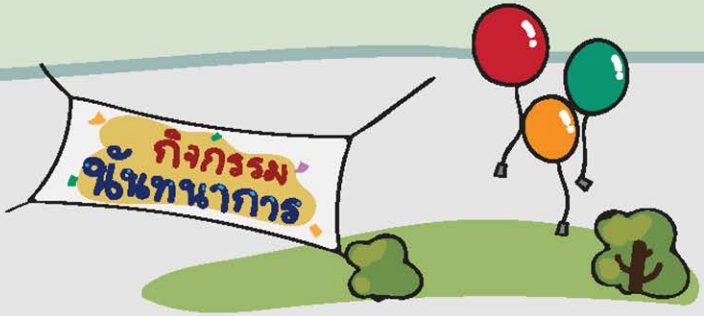
แผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2555-2559) (ม.ป.ป.: 64) “นันทนาการ” หมายถึง กิจกรรมที่กระทำในยามว่างจากภารกิจงานประจำ ซึ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมกระทำด้วยความสมัครใจและมีความพึงพอใจ โดยกิจกรรมนั้นไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรมและกฎหมายบ้านเมือง ทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี

สรุป นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลกระทำด้วยความสมัครใจ ทำในยามว่าง มีความสุข เกิดความพึงพอใจ ผ่อนคลาย เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมนั้น จะส่งผลดีต่อร่างกายและจิตใจ เป็นกิจกรรมที่ไม่ก่อให้เกิดโทษต่อตนเองและผู้อื่น

ประโยชน์ของนันทนาการ

บัตเลอร์ (Butler. 1959: 35) ได้กล่าวถึงคุณค่าทางนันทนาการที่มีต่อมนุษย์ ดังนี้

1. นันทนาการเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์
2. นันทนาการ คือ ทางออกที่ดีของการแสดงออกและพัฒนาตนเอง
3. การเล่นหรือนันทนาการช่วยให้เด็กมีความเจริญเติบโตและมีประสบการณ์ที่จะนำไปใช้ประโยชน์ได้ในชีวิตเมื่อเจริญวัยขึ้น
4. ช่วยให้เด็กมีความกระตือรือร้นในชีวิต เกิดทักษะที่จำเป็นสำหรับชีวิตในภายหลัง
5. สำหรับผู้ใหญ่นันทนาการเป็นการแสดงออกในกิจกรรมต่างๆ และเป็นการคบหาสมาคมซึ่งกันและกัน
6. นันทนาการเป็นวิธีหาความสุข ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสมดุลในชีวิตกับการทำงาน การพักผ่อน ความรัก และความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน



ประเภทของนันทนาการ

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา กรมพลศึกษา (ม.ป.ป.: 64) ได้กำหนดประเภทกิจกรรมนันทนาการออกเป็น 11 ประเภท คือ

1. ศิลปหัตถกรรม :

กิจกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถพิเศษ ความละเอียดอ่อน ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เช่น การฝีมือ การปั้น การวาดเขียน การแกะสลัก การจักสาน งานไม้

2. เกมและกีฬา :

กิจกรรมที่แสดงออกทางกายที่ต้องใช้ทักษะ ความสามารถทางกายทางด้านสมรรถภาพทางร่างกาย เพื่อมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี เช่น เกม กีฬา เกมเบ็ดเตล็ด การละเล่นพื้นเมือง

3. การเต้นรำ :

กิจกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถ ความสวยงามและเอกลักษณ์เฉพาะ เพื่อส่งเสริมมนุษย์สัมพันธ์ทางสังคม เช่น การลีลาศ นาฏศิลป์ต่างๆ

4. การละคร :

กิจกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถและสะท้อนให้เห็นถึงสภาพความเป็นอยู่ของสังคม เช่น ละครพื้นเมือง ละครร้อง ละครรำ ละครทางวรรณคดี โขน หนังตะลุง หุ่นกระบอก

5. งานอดิเรก :

กิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะพิเศษ ความสามารถเฉพาะ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ อาจเป็นประเภทเก็บสะสมวัสดุสิ่งของ เช่น รูปภาพ เหรียญ แสตมป์ หรือการปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์

6. การดนตรีและการร้องเพลง :

กิจกรรมที่ส่งเสริมการแสดงออก
ถึงความสามารถเฉพาะอย่าง ความถนัดเฉพาะ
เช่น ดนตรีสากล ดนตรีพื้นบ้าน

7. กิจกรรมกลางแจ้ง / นอกเมือง :

กิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ประสบการณ์ชีวิต
ธรรมชาติ เช่น การเที่ยวชมสวนสาธารณะ
การปีนเขา การเดินป่า การจัดค่ายพักแรม

8. วรรณกรรม (อ่าน พูด เขียน) :

กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมความรู้ ความคิดสร้างสรรค์
ความเชื่อมั่นและกล้าแสดงออกในทางที่ถูกต้อง เช่น
การโต้วาที การปาฐกถา การเขียนบทความ

9. กิจกรรมทางสังคม :

กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมมนุษย์สัมพันธ์
การเข้ากลุ่ม ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจอันดี
สร้างมิตรภาพในสังคม เช่น งานเลี้ยงสังสรรค์ งานกีฬาหมู่บ้าน

10. กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่างๆ :

กิจกรรมที่จัดขึ้นในโอกาสเทศกาลพิเศษ
เปิดโอกาสให้ชุมชนได้รวมกันเพื่อทำประโยชน์
หรือเพื่อประเพณีหรือกิจกรรมทางศาสนา
เช่น งานวันเข้าพรรษา

11. การบริการอาสาสมัคร :

กิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม
เป็นการบริการต่างๆ ด้วยความสมัครใจ
ช่วยเหลือบริการสังคมโดยไม่หวังผลตอบแทน
เช่น การบริจาคโลหิต การทำความสะอาดวัด

บทที่ 3
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับคนพิการ

“คนพิการ” หมายความว่า บุคคลซึ่งมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคม เนื่องจากมีความบกพร่องทางการเห็น การได้ยิน การเคลื่อนไหว การสื่อสาร จิตใจ อารมณ์ พฤติกรรม สติปัญญา การเรียนรู้ หรือความบกพร่องอื่นใด ประกอบกับมีอุปสรรคในด้านต่างๆ และมีความจำเป็นเป็นพิเศษที่จะต้องได้รับความช่วยเหลือด้านหนึ่งด้านใด เพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคมได้อย่างบุคคลทั่วไป ทั้งนี้ ตามประเภทและหลักเกณฑ์ที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ประกาศกำหนด *(กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ. 2558: ออนไลน์)*

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2552: 1-3) อธิบายประเภทและหลักเกณฑ์ความพิการ ดังนี้

ประเภทความพิการ

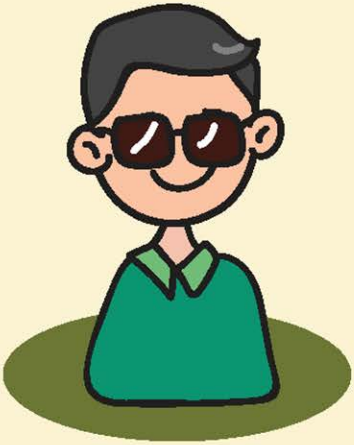
1. ความพิการทางการเห็น
2. ความพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย
3. ความพิการทางการเคลื่อนไหว หรือทางร่างกาย
4. ความพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม หรือออทิสติก
5. ความพิการทางสติปัญญา
6. ความพิการทางการเรียนรู้

หลักเกณฑ์ความพิการ

1. ความพิการทางการเห็น ได้แก่

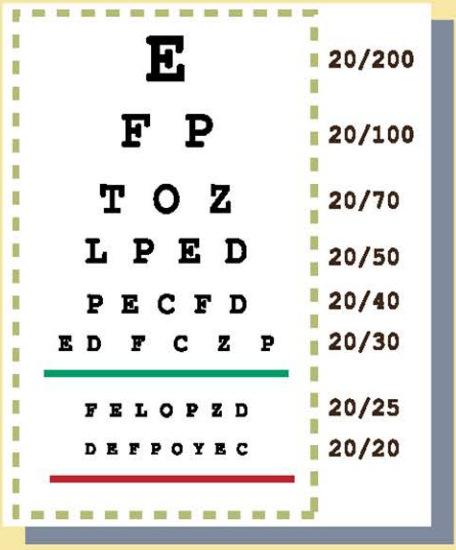
1.1 ตาบอด หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน หรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากการมีความบกพร่องในการเห็น เมื่อตรวจวัดการเห็นของสายตาข้างที่ดีกว่าเมื่อใช้แว่นสายตาธรรมดาแล้ว อยู่ในระดับแย่กว่า 3 ส่วน 60 เมตร (3/60) หรือ 20 ส่วน 400 ฟุต (20/400) ลงมาจนกระทั่งมองไม่เห็นแม้แต่แสงสว่าง หรือมีลานสายตาแคบกว่า 10 องศา

1.2 ตาเห็นเลือนราง หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากการมีความบกพร่องในการเห็น เมื่อตรวจวัดการเห็นของสายตาข้างที่ดีกว่าเมื่อใช้แว่นสายตาธรรมดาแล้ว อยู่ในระดับตั้งแต่ 3 ส่วน 60 เมตร (3/60) หรือ 20 ส่วน 400 ฟุต (20/400) ไปจนถึงแย่กว่า 6 ส่วน 18 เมตร (6/18) หรือ 20 ส่วน 70 ฟุต (20/70) หรือ มีลานสายตาแคบกว่า 30 องศา



คำว่า **“ลานสายตา”** หมายถึง ความกว้างของการมองเห็น ซึ่งบุคคลทั่วไปจะมีลานสายตา อยู่ในระดับประมาณ 180 องศา ส่วนบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น จะมีลานสายตาแคบกว่า 30 องศา ไปจนถึง 20 องศา

ตัวเลข 20/200 และ 20/70 คือ ตัวเลขที่ได้จากการวัดสายตาโดยใช้ Snellen chart ซึ่งหมายถึง การบอกระยะของการมองเห็นตัวพิมพ์มาตรฐานเป็นฟุต



20/200 หมายถึง คนที่มีความบกพร่องทางการเห็น มองเห็นวัตถุได้ในระยะ 20 ฟุต ในขณะที่คนสายตาตามปกติจะมองเห็นวัตถุได้ในระยะ 200 ฟุต

20/70 หมายถึง คนที่มีความบกพร่องทางการเห็น มองเห็นวัตถุได้ในระยะ 20 ฟุต ส่วนคนสายตาปกติจะมองเห็นวัตถุได้ในระยะ 70 ฟุต

สาเหตุความพิการทางการเห็น : ปัจจัยทางพันธุกรรม เป็นโรคที่สืบทอดจากบิดา มารดา ปู่ ย่า ตา ยาย มักจะเป็นโรคที่ป้องกันไม่ได้ เช่น โรคต้อกระจกชนิดเป็นมาแต่กำเนิด โรคตาเสื่อม ประสาทตาเสื่อม ความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ เป็นหัดเยอรมัน เป็นโรคเกี่ยวกับเชื้อราในเลือด คลอดก่อนกำหนด ขณะคลอด มีการอักเสบทางช่องคลอดของมารดา ได้รับบาดเจ็บจากการใช้เครื่องมือขณะแพทย์ทำการคลอด และหลังคลอด

ได้รับอุบัติเหตุจากวัตถุหรือสิ่งของ การขาดสารอาหารหรือวิตามินเอ *(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ. ม.ป.ป.: 20-21)*

วิธีการป้องกันความพิการทางการเห็น : ในส่วนของปัจจัยทางพันธุกรรม ความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ขณะคลอด และหลังคลอด เป็นปัจจัยที่ไม่อาจควบคุมได้ หากแต่สามารถส่งเสริมให้เด็กได้รับสารอาหารหรือวิตามินเออย่างเพียงพอ และระมัดระวังไม่ให้เกิดอุบัติเหตุทางตา

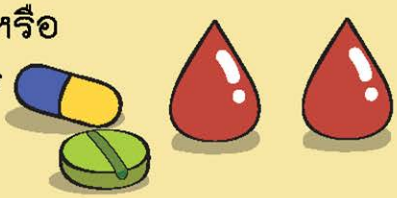
2. ความพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย ได้แก่

2.1 หูหนวก หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือ การเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากการมีความบกพร่องในการได้ยิน จนไม่สามารถรับข้อมูลผ่านทางการได้ยิน เมื่อตรวจการได้ยินโดยใช้คลื่นความถี่ที่ 500 เฮิรตซ์ 1,000 เฮิรตซ์ และ 2,000 เฮิรตซ์ ในหูข้างที่ได้ยินดีกว่าจะสูญเสียการได้ยินที่ความดังของเสียง 90 เดซิเบลขึ้นไป

2.2 หูตึง หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากมีความบกพร่องในการได้ยิน เมื่อตรวจวัดการได้ยินโดยใช้คลื่นความถี่ที่ 500 เฮิรตซ์ 1,000 เฮิรตซ์ และ 2,000 เฮิรตซ์ ในหูข้างที่ได้ยินดีกว่าจะสูญเสียการได้ยินที่ความดังของเสียงน้อยกว่า 90 เดซิเบลลงมาจนถึง 40 เดซิเบล

2.3 ความพิการทางการสื่อความหมาย หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากการมีความบกพร่องทางการสื่อความหมาย เช่น พูดไม่ได้ พูดหรือฟังแล้วผู้อื่นไม่เข้าใจ เป็นต้น

สาเหตุความพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย : ปัจจัยทางพันธุกรรม ความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ เป็นการติดเชื้อ เช่น หัดเยอรมัน ซิฟิลิส พิษจากยาหรือสารบางประเภทที่ได้รับ ขาดสารอาหาร เลือดแม่กับลูกไม่เข้ากัน อุบัติเหตุที่กระทบกระเทือนการตั้งครรภ์



ความผิดปกติขณะคลอด เช่น คลอดยาก คลอดก่อนกำหนด ใช้เครื่องช่วยคลอด หรือเด็กขาดออกซิเจน ความผิดปกติที่เกิดขึ้นทั่วไป เช่น การแพ้พิษยาหรือสารบางชนิด การติดเชื้อเยื่อหุ้มสมองอักเสบ ความผิดปกติที่เกิดขึ้นภายในหู ได้ยินเสียงดังติดต่อกันเป็นเวลานาน อุบัติเหตุที่กระทบกระเทือนบริเวณหูหรือประสาทหู

วิธีการป้องกันความพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย : หญิงมีครรภ์ ควรฝากครรภ์กับแพทย์และรับการตรวจตามกำหนด รักษาสุขภาพ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ หลีกเลี่ยงการ X-ray หญิงทุกคนควรฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันเพื่อจะได้ไม่เป็นโรคนี้ขณะตั้งครรภ์ หญิง-ชายควรตรวจเลือดก่อนแต่งงาน หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่ที่มีเสียงดังมากเกินไป ระมัดระวังไม่ให้เกิดอุบัติเหตุทางหู *(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ. ม.ป.ป.: 4-5)*

3. ความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย ได้แก่

3.1 ความพิการทางการเคลื่อนไหว หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากการมีความบกพร่องหรือการสูญเสียความสามารถของอวัยวะในการเคลื่อนไหว ได้แก่ มือ เท้า แขน ขา อาจมาจากสาเหตุอัมพาต แขน ขา อ่อนแรง แขน ขาขาด หรือภาวะเจ็บป่วยเรื้อรังจนมีผลกระทบต่อการทำงาน มือ เท้า แขน ขา

3.2 ความพิการทางร่างกาย หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากการมีความบกพร่องหรือ ความผิดปกติของศีรษะ ใบหน้า ลำตัว และภาพลักษณ์ภายนอกของร่างกายที่เห็นได้อย่างชัดเจน

สาเหตุความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย : ปัจจัยทางพันธุกรรม มีการถ่ายทอดความผิดปกติทางสายเลือด ความผิดปกติของการสร้างกระดูกสันหลังที่มาห่อหุ้มไขสันหลังในระดับสูง ความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ เช่น มารดาเป็นหัดเยอรมันเป็นเบาหวาน หรือได้รับสารพิษ ระหว่างคลอดหรือหลังคลอด เช่น คลอดก่อนหรือหลังกำหนด เด็กมีปัญหาเรื่องการหายใจหลังคลอดหรืออาจมีเลือดออกในสมอง และสาเหตุอื่นๆ เช่น อุบัติเหตุที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อสมอง ไขสันหลัง หรือร่างกายส่วนต่างๆ

วิธีการป้องกันความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย : ทำได้ 3 ระดับ คือ

(1) การป้องกันการเกิดโรคภัยหรือความเจ็บป่วย โดยการส่งเสริมสุขภาพอนามัยให้แข็งแรง หลีกเลี่ยงสารพิษ

(2) การป้องกันการเกิดความบกพร่อง โดยการค้นหาโรคและให้การดูแลรักษาแต่เนิ่นๆ การรักษาควบคุมอาการของโรค

(3) การป้องกันการไร้สมรรถภาพและการเปรียบเทียบทางสังคมเมื่อมีความพิการเกิดขึ้น ต้องให้การรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพเพื่อให้ผู้พิการสามารถช่วยตัวเองได้และดำรงชีวิตได้เท่าเทียมคนปกติ *(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ. ม.ป.ป.: 25-28)*

4. ความพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม หรือออทิสติก ได้แก่

4.1 ความพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากความบกพร่องหรือความผิดปกติทางจิตใจหรือสมองในส่วนของการรับรู้ อารมณ์หรือความคิด

4.2 ความพิการออทิสติก หมายถึง การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากความบกพร่องทางพัฒนาการด้านสังคม ภาษาและการสื่อความหมาย พฤติกรรมและอารมณ์ โดยมีสาเหตุมาจากความผิดปกติของสมอง และความผิดปกตินั้นแสดงก่อนอายุ 2 ปีครึ่ง

ทั้งนี้ ให้รวมถึงการวินิจฉัยกลุ่มออทิสติกสเปกตรัมอื่นๆ เช่น แอสเปอเกอร์

สาเหตุความพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม หรือออทิสติก : ปัจจัยทางพันธุกรรม โรคติดเชื้อ ความผิดปกติในสมอง การบาดเจ็บก่อน ระหว่าง และหลังการคลอด

วิธีการป้องกันความพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม หรือออทิสติก : ปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้เด็กเป็นออทิสติกไม่อาจควบคุมได้ หากแต่มีแนวทางการช่วยเหลือดูแลเด็กออทิสติก ดังนี้ ส่งเสริมพลังครอบครัว ส่งเสริมความสามารถเด็ก ส่งเสริมพัฒนาการ พฤติกรรมบำบัด การฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์ การฟื้นฟูสมรรถภาพทางการศึกษา การฟื้นฟูสมรรถภาพทางสังคม การฟื้นฟูสมรรถภาพทางอาชีพ การรักษาด้วยยา และการบำบัดทางเลือก

(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ. ม.ป.ป.: 33-37)

5. ความพิการทางสติปัญญา ได้แก่

การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน หรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากการมีพัฒนาการช้ากว่าปกติ หรือมีระดับเชาว์ปัญญาต่ำกว่าบุคคลทั่วไป โดยความผิดปกตินั้นแสดงก่อนอายุ 18 ปี

สาเหตุความพิการทางสติปัญญา : ปัจจัยทางพันธุกรรม ความผิดปกติในระหว่างการพัฒนาของทารกในครรภ์ อาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของโครโมโซม ปัญหาต่างๆ ในระยะตั้งครรภ์และคลอด เช่น การขาดสารอาหารของทารกในครรภ์

การคลอดก่อนกำหนด การติดเชื้อระหว่างคลอด ปัญหาต่างๆ ในระยะคลอด เช่น การบาดเจ็บที่สมองอย่างรุนแรง ได้รับพิษที่มีผลต่อสมอง ปัจจัยต่างๆ เช่น จากสิ่งแวดล้อมและความผิดปกติทางจิตอื่นๆ

วิธีการป้องกันความพิการทางสติปัญญา : ปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้เด็กมีความพิการทางสติปัญญาไม่อาจควบคุมได้ หากแต่มีแนวทางการช่วยเหลือดูแลเด็กพิการทางสติปัญญา ดังนี้ การส่งเสริมศักยภาพครอบครัว การส่งเสริมการพัฒนาการ การฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์ การฟื้นฟูสมรรถภาพด้านการศึกษา การฟื้นฟูสมรรถภาพทางสังคม การฟื้นฟูสมรรถภาพทางอาชีพ และการใช้ยา *(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ. ม.ป.ป.: 27-29)*

6. ความพิการทางการเรียนรู้ ได้แก่

การที่บุคคลมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมโดยเฉพาะด้านการเรียนรู้ซึ่งเป็นผลมาจากความบกพร่องทางสมอง ทำให้เกิดความบกพร่องในด้านการอ่าน การเขียน การคิดคำนวณ หรือกระบวนการเรียนรู้พื้นฐานอื่นในระดับความสามารถที่ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานตามช่วงอายุและระดับสติปัญญา

สาเหตุความพิการทางการเรียนรู้ : ปัจจัยทางพันธุกรรม การได้รับบาดเจ็บทางสมอง อาจจะเป็นการได้รับบาดเจ็บก่อนคลอด ระหว่างคลอด หรือหลังคลอด สิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความเสี่ยง เช่น การที่เด็ก

มีพัฒนาการทางร่างกายล่าช้าด้วยสาเหตุบางประการ

(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ. ม.ป.ป.: 45-46)

วิธีการป้องกันความพิการทางการเรียนรู้ : ปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้เด็กมีความพิการทางการเรียนรู้ไม่อาจควบคุมได้ หากแต่มีแนวทางการช่วยเหลือดูแลเด็กพิการทางการเรียนรู้ โดยการสร้างกำลังใจและแรงจูงใจในการเรียน ต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษเพื่อให้สามารถเรียนรู้ได้ตามศักยภาพและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ *(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ. ม.ป.ป.: 60)*

บทที่ 4

กิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการ

ตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการที่มีความบกพร่องทางการเห็น

เกมปั้นให้เหมือน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมจินตนาการของเด็ก
2. เพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อมัดเล็ก

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-16 ปี

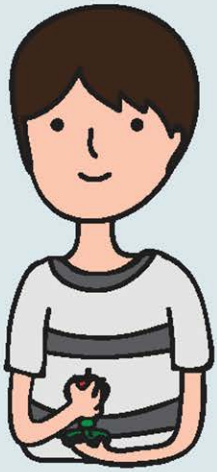
จำนวนผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน

อุปกรณ์ ดินน้ำมัน หรือ ดินเหนียว
โมเดลต้นแบบงานปั้น

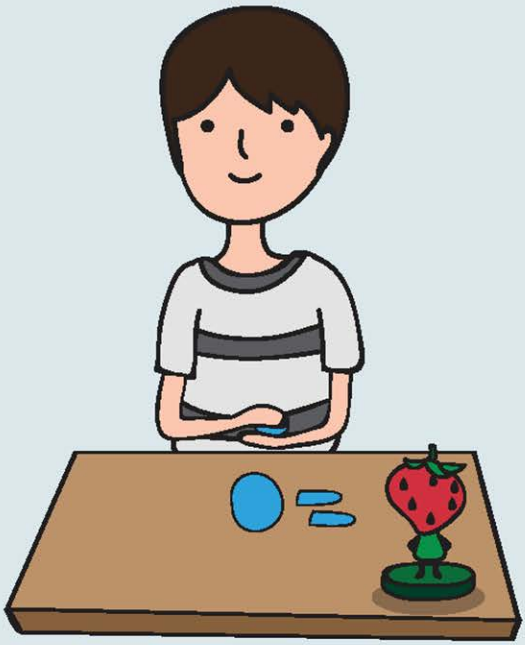
เวลาที่ใช้ 5-10 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท



ผู้เล่นสัมผัส
โมเดลต้นแบบ



วิธีการจัดกิจกรรม

1. แจกดินน้ำมัน หรือ ดินเหนียวให้ผู้เล่นคนละ 1 ก้อน
2. ให้ผู้เล่นสัมผัสโมเดลต้นแบบงานปั้นเพื่อจดจำลักษณะรูปร่าง
3. ผู้เล่นปั้นให้เหมือนโมเดลต้นแบบมากที่สุด
4. ใครปั้นได้เหมือนและเสร็จก่อนชนะ

เกมฉีกให้ยาว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกสมาธิของเด็ก
2. เพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อมัดเล็ก

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-16 ปี

จำนวนผู้เล่น กลุ่มละ 5–8 คน

อุปกรณ์ กระดาษหนังสือพิมพ์ กลุ่มละ 1 แผ่น

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แจกกระดาษหนังสือพิมพ์ ให้ผู้เล่นกลุ่มละ 1 แผ่น
2. ผู้นำกิจกรรมบอกให้ผู้เล่นฉีกกระดาษหนังสือที่แจกให้ยาวที่สุด
3. ถ้ามีกระดาษที่ขาดให้วัดจากส่วนที่ยาวที่สุด
4. กลุ่มไหนที่ยาวที่สุดเป็นผู้ชนะ

เกมคำสั่งเทวดา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกฝนไหวพริบและประสาทสัมผัส
2. เพื่อเสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหว

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-16 ปี

จำนวนผู้เล่น 30-60 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ 5-10 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

5-10 นาที

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

กลุ่มละ 30-60 คน

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้นำกิจกรรมสั่งให้ทำท่าทางต่างๆ โดยใช้คำนำหน้าคำสั่งว่า *“เทวดาสั่งให้...”*
2. ผู้เล่นทำตามคำสั่งผู้นำกิจกรรมโดยต้องมีคำนำหน้าคำสั่งว่า *“เทวดาสั่งให้...”*
3. หากผู้นำกิจกรรมสั่งโดยไม่มีนำหน้าคำสั่งว่า *“เทวดาสั่งให้...”* ผู้เล่นห้ามทำตามคำสั่ง ใครทำตามถือว่าผิดกติกา จะถูกคัดออกทันที
4. คนสุดท้ายเป็นผู้ชนะ

เกมเต้นขาเดียว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกฝนทักษะการทรงตัว
2. เพื่อให้เด็กเข้าใจสมดุลของร่างกาย

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-16 ปี

จำนวนผู้เล่น 10-20 คน

อุปกรณ์ เพลงที่มีจังหวะเร็ว

เวลาที่ใช้ 10 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้เล่นออกมายืนกระต่ายขาเดียว เป็นแถวหน้ากระดาน ห่างกัน 3 เมตร
2. ผู้นำกิจกรรมเปิดเพลง
3. ผู้เล่นเต้นตามจังหวะโดยขาข้างที่ยกห้ามตกพื้น คนสุดท้ายชนะ

เกมแม่งู

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ข้อคิดในเรื่องการทำงานเป็นทีม
2. เพื่อให้ข้อคิดเรื่องการมีมิตรไมตรีกับผู้อื่น
3. เพื่อเสริมสร้างบรรยากาศผ่อนคลายความเครียด

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-16 ปี

จำนวนผู้เล่น 30-60 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ 15 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

15 นาที

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

กลุ่มละ 30-60 คน

ผู้เล่นจับคู่กัน

วิธีการจัดกิจกรรม

กรรไกร

กระดาษ

ฆ้อน

1. ผู้นำกิจกรรมชี้แจงกติกา

1.1 ต่อไปนี้จะให้ผู้เล่นทุกคนจับคู่กัน

1.2 แล้วผู้นำกิจกรรมจะให้ผู้เล่นแต่ละคู่ เป่ายิ้งฉุบกัน การเป่ายิ้งฉุบมี 3 อย่าง คือ กรรไกร กระดาษ ฆ้อน

- ***กรรไกร ชนะ กระดาษ***
- ***กระดาษ ชนะ ฆ้อน***
- ***ฆ้อน ชนะ กรรไกร***

1.3 การเป่ายิ้งฉุบให้รอฟังสัญญาณจากผู้นำกิจกรรม

ผู้นำกิจกรรม : ให้สัญญาณ เป่า ยิ้ง ฉุบ

- ผู้เล่นที่ชนะจะยืนข้างหน้า
- ผู้เล่นที่แพ้จะไปยืนด้านหลัง พร้อมจับเอวผู้ชนะ

1.4 ผู้ชนะจะพาลูกทีมไปเป่ายิ้งฉุบ กับทีมอื่นอีก ถ้าแพ้ก็ต้องต่อท้ายทีมอื่น ชนะก็ได้เป็นหัว

1.5 จนเหลือ 2 ทีมสุดท้าย เหมือนงู 2 ตัว ผู้นำกิจกรรมให้เป่ายิ้งฉุบชิงชนะเลิศ ทีมที่แพ้จะไปต่อท้ายรวมเป็นงูตัวเดียว

1.6 ให้ทุกคนจับมือแล้วร้องเพลงร่วมกัน ตามที่ผู้นำกิจกรรมกำหนด

เกมพิราบส่งสาร

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกฝนให้รู้จักความสำคัญของการสื่อสาร
2. เพื่อฝึกทักษะการเรียบเรียงข้อความ
3. เพื่อฝึกฝนการจับใจความ

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-16 ปี

จำนวนผู้เล่น แบ่งเป็นกลุ่มๆ ละ 10-20 คน

อุปกรณ์ ข้อความ

เวลาที่ใช้ 10 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

ผู้นำกิจกรรมส่งข้อความหัวแถว

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้เล่นแบ่งเป็นกลุ่มๆ ละ 10-20 คน เท่าๆ กัน
2. แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอนลึกต่อกัน 1 แถว
3. ผู้นำกิจกรรมส่งสารข้อความสั้นๆ ให้หัวแถวแต่ละแถว
4. หัวแถวกระซิบบอกข้อความคนต่อๆ ไปจนถึงคนสุดท้าย
5. คนสุดท้ายออกมาหน้าแถวพร้อมบอกข้อความให้ทุกคนทราบ
6. ผู้นำกิจกรรมเฉลยข้อความของแต่ละกลุ่ม
7. กลุ่มใดส่งข้อความถูกต้องกลุ่มนั้นชนะ

เกมเซียมซีเสี่ยงรัก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกความกล้าในการแสดงออก
2. เพื่อฝึกการเผชิญกับปัญหาและแก้ไขสถานการณ์
3. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-16 ปี

จำนวนผู้เล่น 30-60 คน

อุปกรณ์
1. กระบอกไม้ไผ่
2. คำสั่ง
3. CD เพลง

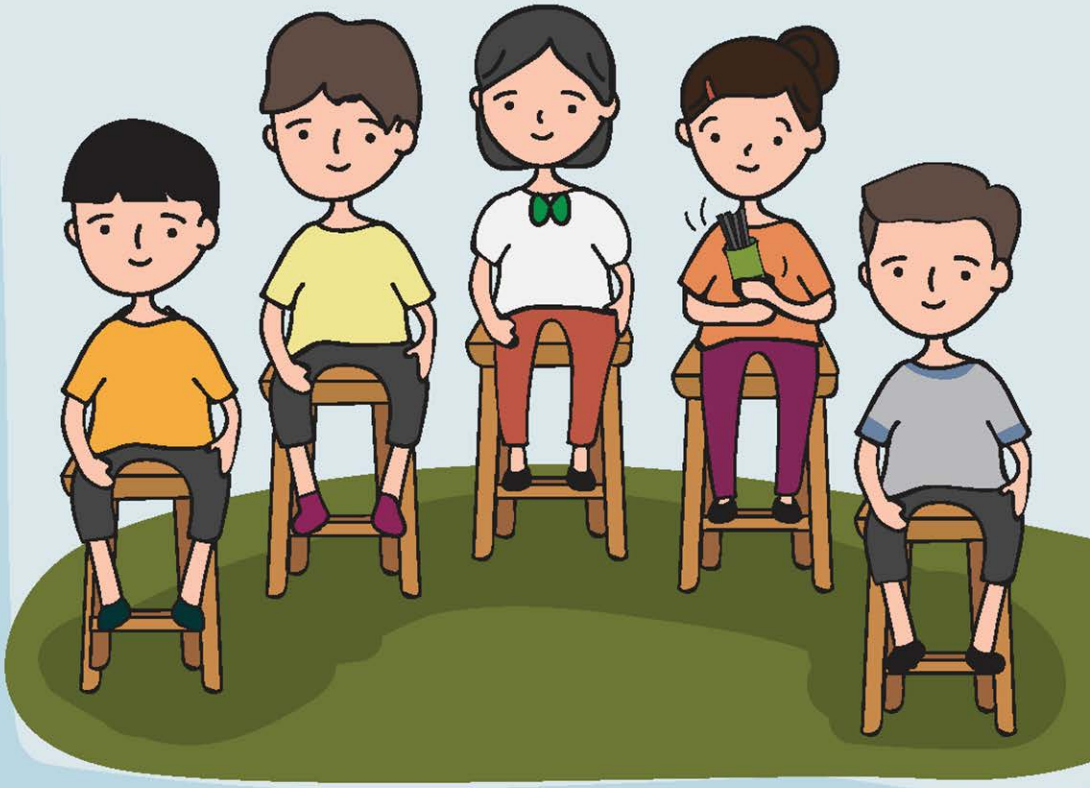
เวลาที่ใช้ 10 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

10 นาที

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

ผู้เล่น 30-60 คน



วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้เล่นนั่งเป็นวงกลม หรือตามแนวเก้าอี้รูปตัวยู
2. ผู้นำกิจกรรมส่งกระบอกไม้ไผ่ที่มีเซียมซี พร้อมหมายเลขที่ติดไว้
3. เมื่อผู้นำกิจกรรมเปิดเพลง ให้ผู้เล่นส่งกระบอกไม้ไผ่ให้กับคนต่อไปเรื่อยๆ พร้อมกับเขย่ากระบอกไม้ไผ่ก่อนส่ง
4. เมื่อเพลงหยุดกระบอกไม้ไผ่อยู่กับใคร ให้ผู้เล่นคนนั้นจับเซียมซีออกมาหนึ่งเบอร์ เมื่อได้เบอร์แล้วให้ไปหาใบทำนายโชคชะตา (ใบทำนายโชคชะตา ผู้นำกิจกรรมอาจเขียนให้แสดงพฤติกรรมบางอย่าง เช่น ให้เดินเป็ด หรือให้เต้นท่าทางอะไรก็ได้)
5. ผู้เล่นจะต้องทำตามใบเซียมซี

เกมทำตามคำสั่ง / ทำตรงข้ามคำสั่ง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้เล่นนั่งเป็นวงกลม ผู้นำกิจกรรมเป็นคนสั่งให้ผู้เล่นทำตามคำสั่ง หรือทำตรงข้ามคำสั่ง เช่น ให้ลุกขึ้น หรือนั่งลง
2. ให้ผู้นำกิจกรรมสังเกต ใครทำช้า ใครทำไม่ถูกต้อง ให้แยกผู้เล่นออกมา จะเหลือแค่ผู้เล่นที่ทำถูกต้อง
3. ผู้เล่นที่ถูกแยกออกมา ทำกิจกรรมตามที่ผู้นำกิจกรรมกำหนด

เกมบอลวิเศษ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
2. เพื่อฝึกความกล้าแสดงออก

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน

อุปกรณ์ ลูกฟุตบอล

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. จัดผู้เล่นเป็นวงกลมใหญ่ 1 วง โดยผู้นำกิจกรรมยืนอยู่ตรงกลาง พร้อมกับถือบอลไว้ 1 ลูก
2. ผู้นำกิจกรรมตั้งคำถาม โดยเริ่มจากคำถามง่ายๆ ที่ทุกคนสามารถตอบได้ เช่น ชื่ออะไร มาจากไหน ชอบสัตว์เลี้ยงชนิดใด เป็นต้น
3. ผู้นำกิจกรรมตั้งคำถาม แล้วขานชื่อผู้เล่นคนใดคนหนึ่งในวง พร้อมกับส่งลูกบอล เมื่อรับลูกบอลแล้วให้ตอบคำถาม ตอบเสร็จจึงส่งลูกบอลคืนให้กับผู้นำกิจกรรม จากนั้นผู้นำกิจกรรมทำเช่นเดียวกัน (ตั้งคำถาม ขานชื่อ ส่งบอล) ให้คนอื่นต่อไปเรื่อยๆ โดยใช้คำถามเดิมประมาณ 5-6 คน หรือตามความเหมาะสม เล่นในลักษณะเช่นเดียวกัน แต่เปลี่ยนคำถามไปเรื่อยๆ ซึ่งผู้นำกิจกรรมควรส่งลูกบอลให้กับผู้เล่นอย่างทั่วถึง จนกว่าผู้นำกิจกรรมเห็นสมควร จึงยุติการเล่น

ตัวอย่างกิจกรรมบันทนาการสำหรับเด็กพิการที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน

เกมแนะนำตัวพร้อมของฝาก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
2. เพื่อฝึกไหวพริบของเด็ก

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

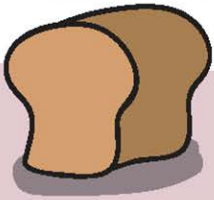
จำนวนผู้เล่น 40-50 คน

อุปกรณ์ ของที่กินได้

เวลาที่ใช้ 20-30 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท



วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้เล่นยืนเป็นรูปตัวยู หรือวงกลม
2. ผู้นำกิจกรรมชี้แจงว่า ต่อไปนี้จะให้ทุกคนแนะนำตัว โดยมีกติกาว่า เมื่อบอกชื่อตัวเองแล้ว ให้ตามด้วยของฝาก ซึ่งของฝากจะต้องเป็นของที่กินได้ จะเป็น ผัก ผลไม้ ขนม ก็ได้
3. ชื่อของฝากที่ตามหลังชื่อตัวเองจะต้องไม่ซ้ำกับคนอื่น
4. ถ้าคนใดบอกชื่อของฝากที่ตามหลังชื่อตัวเองไม่ถูกต้อง ไม่สอดคล้องกัน หรือบอกซ้ำกับคนอื่น ให้ทำกิจกรรมตามที่ผู้นำกิจกรรมกำหนด

เกมฉลากตัวเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้รู้จักกันเร็วขึ้น
2. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น 10-30 คน

อุปกรณ์ กระดาษใบเล็ก

เวลาที่ใช้ 15-20 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. จัดผู้เล่นเป็นวงกลมและให้แนะนำตัวทีละคน
2. ให้ผู้เล่นแต่ละคนเขียนอะไรก็ได้ที่บ่งบอกถึงลักษณะของตัวเอง เช่น ชื่อขึ้นต้นด้วยตัวอักษรอะไร มาจากที่ไหน ชื่อเล่นชื่ออะไร ไว้ผมทรงอะไร ผมสั้น / ผมยาว ลักษณะโดดเด่นบนใบหน้า เป็นต้น
3. เมื่อเขียนเสร็จ ผู้นำกิจกรรมจะรวบรวมกระดาษใบเล็กจากผู้เล่น ใส่กล่องไว้ ให้ผู้เล่นเดินมาหยิบไปคนละใบ ผู้เล่นเปิดอ่านข้อความในกระดาษ
4. ผู้นำกิจกรรมจะบอกให้ผู้เล่นตามหาบุคคลในกระดาษใบเล็กนั้น หากผู้เล่นตามหาผิดคน ให้คนที่ถูกทายผิด ช่วยตามหาบุคคลที่อยู่ในกระดาษ เช่น นาย ก ทายว่าคนในกระดาษคือนาย ข แต่กลับไม่ใช่นาย ข ดังนั้น นาย ข ต้องช่วยนาย ก หาบุคคลในกระดาษของนาย ก
5. เมื่อหาเจอแล้ว นาย ก ต้องช่วยนาย ข หาด้วย

เกมเชื้อโรค

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
2. เพื่อเสริมสร้างจินตนาการ

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น ไม่จำกัด

อุปกรณ์ ขวดเปล่า หรือสิ่งสมมุติอื่น

เวลาที่ใช้ 10-20 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้เล่นนั่งเป็นวงกลม ตรงกลางวงมีขวดเปล่าพร้อมฝาปิดวางอยู่ ผู้นำกิจกรรม อธิบายว่า ขวดนี้มีเชื้อโรคชนิดใหม่ที่ร้ายแรง ใครก็ตามที่เปิดขวดนี้จะได้รับเชื้อโรคนั้น และมีอาการแตกต่างกันไป หากผู้ติดเชื้อไปแตะใคร คนนั้นก็จะได้รับเชื้อไปด้วย
2. ผู้นำกิจกรรมเปิดขวดแสดงอาการของโรค เช่น คันทั้งตัว หัวเราะไม่หยุด มือสั่น จากนั้นค่อยๆ คลานไปแตะผู้เล่นคนอื่น
3. ผู้เล่นที่ถูกแตะ ต้องแสดงอาการเดียวกันกับคนที่แตะ แล้วคลานไปแตะขวดตรงกลาง จากนั้นคลานกลับมาด้วยอาการใหม่ๆ แล้วแตะผู้เล่นคนอื่นต่อไป

คำแนะนำ :

- ผู้นำกิจกรรมควรส่งเสริมให้ผู้เล่นแสดงลักษณะอาการของโรคที่แปลกๆ และดูตลกขบขัน

เกมเป่าลูกปิงปองข้ามแก้วน้ำ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
2. เพื่อให้เกิดความสามัคคี

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน

อุปกรณ์

1. แก้วน้ำ 5 ใบ
2. น้ำเปล่า
3. ลูกปิงปอง

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นเป็น 2 กลุ่มๆ ละเท่าๆ กัน
2. เติมน้ำเต็มแก้ว น้ำทั้ง 5 ใบวางเรียงต่อกัน
3. วางลูกปิงปองลงไปบนแก้วน้ำใบแรก
4. ให้แต่ละคนเป่าลูกปิงปองจากแก้วน้ำใบแรกไปจนถึงแก้วน้ำใบที่ 5
5. ทีมไหนเป่าลูกปิงปองครบทุกคนก่อนเป็นฝ่ายชนะ

คำแนะนำ :

- ในกรณีที่ผู้เล่นเป่าลูกปิงปองหล่นลงพื้น สามารถหยิบลูกปิงปองมาเริ่มใหม่ได้
- เพื่อนในกลุ่มเติมน้ำใส่แก้วในขณะที่กำลังแข่งขันได้

เกมประมูล

วัตถุประสงค์

เพื่อสร้างให้เด็กรู้ถึงความสำคัญและคุณค่าของสิ่งต่างๆ

ความเหมาะสมกับอายุ 5 ปีขึ้นไป

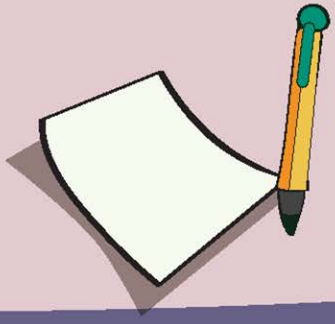
จำนวนผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน

อุปกรณ์ กระดาษ ปากกา

เวลาที่ใช้ 30 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท



วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละ 4-5 คน ผู้นำกิจกรรมอธิบายสถานการณ์ โลกกำลังจะแตก เรากำลังจะไปอยู่ดาวดวงใหม่ แต่ละกลุ่มจะได้รับเงินจำนวนหนึ่ง สามารถซื้ออะไรก็ได้ติดตัวไปเพื่อเริ่มต้นชีวิตใหม่ บนดาวดวงนั้นเงินไม่มีความหมาย
2. ผู้นำกิจกรรมแจกเงินแต่ละกลุ่มๆ มี 10 นาที ที่จะตกลงว่าจะซื้ออะไร จะใช้เงินแบบไหน
3. ผู้นำกิจกรรมเริ่มโชว์สิ่งของที่จะประมูลทีละอย่าง โดยเริ่มจากของที่มีมูลค่าน้อย เช่น ลูกอม น้ำผลไม้ ตามด้วยของที่มีมูลค่ามาก เช่น โทรทัศน์ คอมพิวเตอร์ รถ บ้าน ตามด้วยของที่มีความหมายทางจิตใจ เช่น ความรัก ความจริงใจ พ่อ แม่ เพื่อน ตามด้วยครอบครัว เป็นต้น ระหว่างเล่นต้องมีคนคอยเก็บเงิน คอยคุมเกม เมื่อสิ่งของถูกประมูลไปหมดแล้ว ผู้นำกิจกรรมแจกแจงการใช้เงินของแต่ละกลุ่ม ตามด้วยการสรุปและนำเสนอ

คำแนะนำ :

- ต้องเตรียมเขียนสิ่งที่จะให้ประมูลลงในกระดาษพร้อมราคาสินค้า
- ควรมีการตั้งคำถามนำ เช่น แต่ละกลุ่มทำงานกันแบบใด ใครมีหน้าที่อย่างไรในกลุ่ม แต่ละคนได้ในสิ่งที่ต้องการหรือไม่ ราคาสิ่งของตรงกับที่คิดไหม อะไรราคาถูก อะไรราคาแพง

เกมส่งบอลลอดใต้ขา

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 5 ปีขึ้นไป

จำนวนผู้เล่น มากกว่า 10 คน

อุปกรณ์ ลูกบอล

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละเท่าๆ กัน
2. ให้ผู้เล่นแต่ละกลุ่มยืนเรียงแถว
3. ผู้นำกิจกรรม ให้สัญญาณเริ่มเล่น
4. ผู้เล่นส่งบอลลอดใต้ขากลุ่มไหนส่งบอลถึงผู้เล่นคนสุดท้ายของแถวก่อน เป็นฝ่ายชนะ

เกมปฏิมากรรม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น
2. เพื่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น ไม่จำกัด

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

ปฏิมากร=ผู้ปั้นงาน ดินเหนียว

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้เล่นจับคู่กัน คนหนึ่งเป็นปฏิมากรอีกคนเป็นดินเหนียว
2. ปฏิมากรจัดท่าทางของดินเหนียวให้เป็นไปอย่างที่ต้องการ เช่น ร่าเริง ผิดหวัง ทำงานบ้าน หรืออิสระ ให้เวลา 3 นาที
3. ผู้นำกิจกรรมเดินดูอาจมีการสอบถามให้ปฏิมากร อธิบายผลงานของตนเอง จากนั้นสลับกันเล่น
4. ผู้เล่นจับกลุ่มใหม่เป็น 4 คน แล้วปั้นดินเหนียวแบบเดิมโดยมีปฏิมากร 2 คน ดินเหนียว 2 คน
5. ทำแบบนี้ไปเรื่อยๆ แล้วเพิ่มจำนวนเป็นเท่าตัว

คำแนะนำ :

- ควรกำหนดท่าทางให้สร้างสรรค์ เช่น ความไว้วางใจ ความรัก ความสุข เป็นต้น

เกมต่อตัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น
2. เพื่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น 30–50 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มหรือเล่นพร้อมกันทุกคนก็ได้
2. ผู้เล่นต้องต่อตัวตามคำสั่ง เช่น มีขา 3 ขา ผู้เล่นก็ต้องทำอย่างไรก็ได้ให้มีขายืนบนพื้นเพียง 3 ขาจากจำนวนผู้เล่นในกลุ่มทั้งหมด ใช้หูต่อหู ผู้เล่นจะต้องใช้หูของตนเองกับหูของเพื่อนติดกันให้หมด ใช้ศอกต่อศอก ผู้เล่นต้องจัดรูปแบบการยืนให้ศอกทั้งกลุ่มชนกันให้เป็นรูปหัวใจ ผู้เล่นต้องใช้ร่างกายเรียงกันให้เป็นรูปหัวใจ หรือจะนอนบนพื้นให้โค้งเป็นรูปหัวใจก็ได้
3. กลุ่มไหนทำเสร็จเร็วกว่าเป็นฝ่ายชนะ

เกมโยนเหรียญลงแก้ว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกการประมาณโดยใช้การสังเกต
2. เพื่อแสดงให้เห็นว่าความสำเร็จเป็นเรื่องของการฝึกฝน
3. เพื่อทำความรู้จักตนเองในอีกแง่มุมหนึ่ง
4. เพื่อแสดงให้เห็นว่าคนเรามีความแตกต่างกัน

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น 20-30 คน

อุปกรณ์ เหรียญ 10 บาท 3 เหรียญ / คน
แก้วน้ำใส 1 ใบ

เวลาที่ใช้ 10-20 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็น 2 กลุ่ม
2. ให้ผู้เล่นแต่ละคนของทั้ง 2 กลุ่ม โยนเหรียญลงในแก้ว (โยนลง 1 เหรียญ ได้ 10 คะแนน)
3. ผู้เล่นแต่ละคนมีสิทธิ์โยนได้คนละ 3 เหรียญ
4. เมื่อผู้เล่นทุกคน โยนเหรียญจนครบให้รวมคะแนน กลุ่มไหนคะแนนมากที่สุดเป็นฝ่ายชนะ

ตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการที่มีความบกพร่องทางร่างกาย

เกมคลานเปี้ยว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ
2. เพื่อสร้างความสามัคคี

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น กลุ่มละ 8-10 คน

อุปกรณ์ 1. ผ้า 2 ผืน

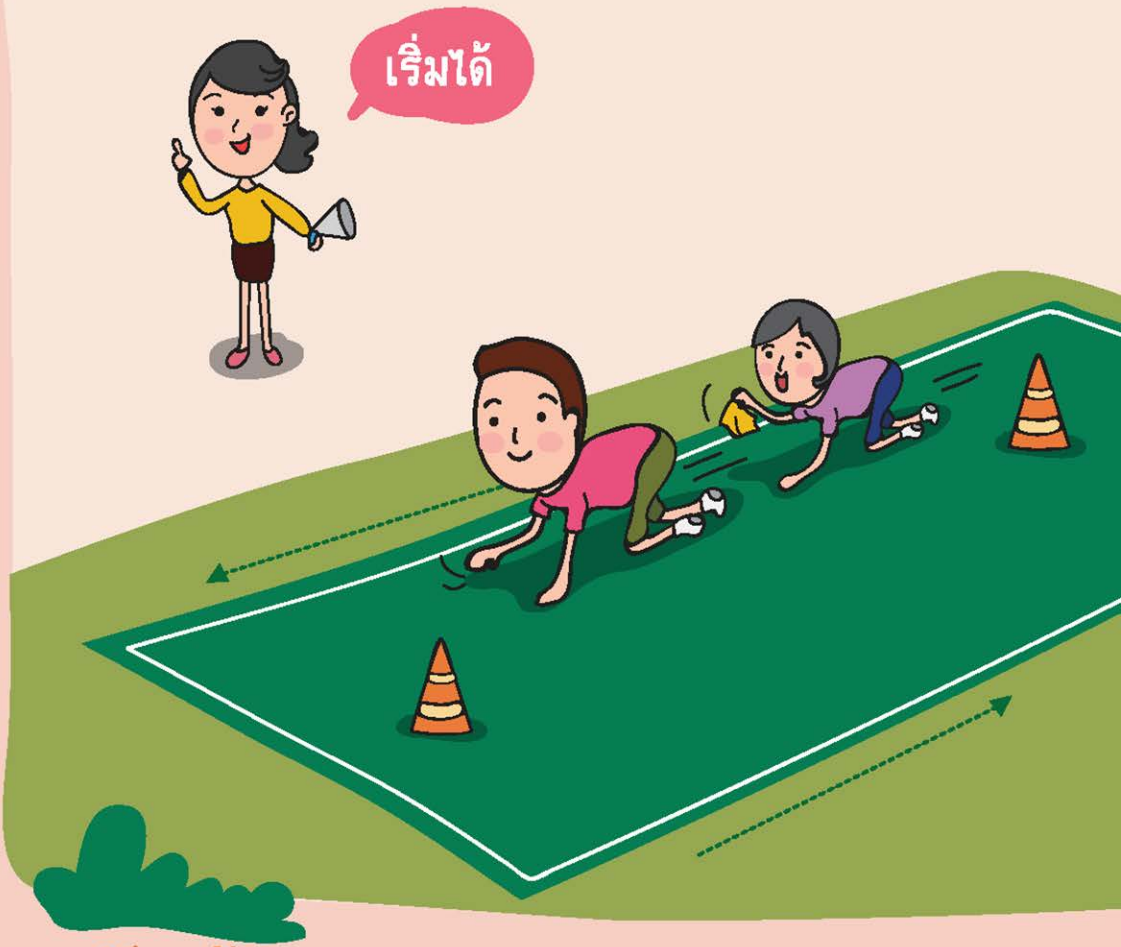
2. กรวย

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

แผนผัง



วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละ 8-10 คน ยืนเข้าแถวด้านหลังกรวย
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้ผู้เล่นแต่ละคนในกลุ่มคลานอ้อมกรวย 1 รอบ โดยนำผ้าแตะผู้เล่นของอีกกลุ่ม
3. ผู้เล่นของกลุ่มใดนำผ้าแตะผู้เล่นของอีกกลุ่มได้เป็นฝ่ายชนะ

คำแนะนำ :

- ระยะห่างของการวางกรวยนั้น ขึ้นอยู่กับลักษณะทางกายภาพของผู้เล่นและดุลยพินิจของผู้นำกิจกรรม

เกมเงียบ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกการสังเกตของเด็ก
2. เพื่อฝึกการเป็นผู้นำ / ผู้ตาม

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น 30-40 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

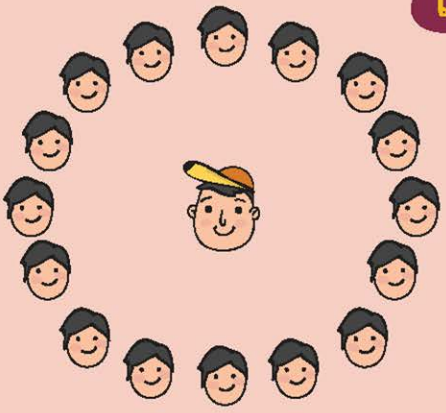
สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

แผนผัง

ผู้นำกิจกรรม

ผู้เล่น



วิธีการจัดกิจกรรม

1. จัดผู้เล่นให้ยืนหรือนั่งเป็นวงกลม
2. ผู้นำกิจกรรมเลือกหัวหน้า 1 คน เลือกผู้เล่นเพื่อเป็นคนจับผิด 1 คน
3. เริ่มเล่นโดย คนจับผิดยืนหันหน้าออกนอกวง ผู้นำกิจกรรมบอกให้หัวหน้าทำท่าทางอะไรก็ได้ ซ้ำๆ กัน 5-6 ครั้ง แล้วเปลี่ยนท่าทาง ผู้เล่นคนอื่นๆ ทำตาม (พยายามอย่าให้คนจับผิดสังเกตหัวหน้าได้)
4. ถ้าคนจับผิด ชี้ตัวหัวหน้าได้ หัวหน้าต้องเปลี่ยนเป็น คนจับผิด

เกมเสือ-ปืน-คน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกฝนการทำงานร่วมกันเป็นทีม
2. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น 30-60 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

แผนผัง

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็น 4 กลุ่มๆ ละ 8-12 คน
2. ผู้นำกิจกรรมชี้แจงกติกาการเล่นว่า
   - ต่อไปนี้จะให้ผู้เล่นทั้ง 4 กลุ่ม ตกลงกันก่อนว่า จะเป็น **เสือ ปืน** หรือ **คน**

   เสือ ชนะ คน *เพราะเสือกินคน*
   คน ชนะ ปืน *เพราะคนใช้ปืน*
   ปืน ชนะ เสือ *เพราะปืนยิงเสือ*

   - ให้ทุกกลุ่มประชุมตกลงกันว่า กลุ่มใดจะเป็น **เสือ** หรือ **ปืน** หรือ **คน**
   - เมื่อตกลงกันได้แล้ว ให้ 2 กลุ่มยืนเข้าแถวหน้ากระดานหันหลังให้กัน
   - ถ้าผู้เล่นในแต่ละกลุ่มตกลงกันว่า

เป็น**เสือ** : *ให้ผู้เล่นในกลุ่มทุกคนกระโดดกลับหลังหัน เผชิญหน้าคู่ต่อสู้ พร้อมกับยกมือทำท่าเสือตะปบ และส่งเสียงโฮก..โฮก พร้อมกัน*

เป็น**ปืน** : *ให้ผู้เล่นในกลุ่มทุกคนกระโดดกลับหลังหัน เผชิญหน้าคู่ต่อสู้ พร้อมกับยกมือซ้ายขวาทำท่ายิงปืนคู่ และส่งเสียง โป้ง..โป้ง พร้อมกัน*

เป็น**คน** : *ให้ผู้เล่นในกลุ่มทุกคนกระโดดกลับหลังหัน เผชิญหน้าคู่ต่อสู้ พร้อมกับเอามือกอดอก ยืนกางขาพองาม โดยไม่ต้องส่งเสียงอะไร*

3. การแพ้–ชนะ ให้ตัดสินกันที่เงื่อนไขและความพร้อมของกลุ่ม (ต้องทำท่าทางและส่งเสียงเหมือนกันทั้งทีม)

เกมสามช่ารวมอวัยวะ

วัตถุประสงค์

เพื่อฝึกทักษะความว่องไวในการปฏิบัติงาน

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น 30-60 คน

อุปกรณ์ 1. เพลงจังหวะสามช่า

2. นกหวีด

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

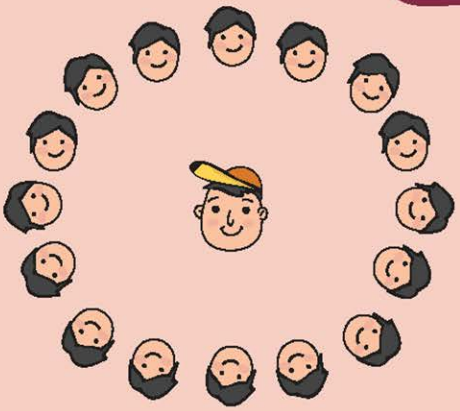
สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

แผนผัง

ผู้นำกิจกรรม

ผู้เล่น



วิธีการจัดกิจกรรม

ผู้นำกิจกรรมชี้แจงกติกาการเล่น

1. จัดผู้เล่นให้ยืนเป็นวงกลม
2. ผู้นำกิจกรรมเปิดเพลงจังหวะสามช่า และผู้เล่นเต้น เดินไปรอบๆ
3. เมื่อผู้นำกิจกรรมปิดเพลงและเป่านกหวีด ให้ผู้เล่นหยุดเต้น ผู้นำกิจกรรมสั่งให้ผู้เล่นรวมอวัยวะ เช่น
   - *7 มือ = ผู้เล่น นำมือมาประกบกัน 7 คน*

   แยกผู้เล่นที่ทำไม่ถูกไว้ด้วยกัน
4. เมื่อตรวจสอบเรียบร้อยให้เล่นเกมต่อไป โดยรวมกลุ่มอวัยวะไปเรื่อยๆ เช่น
   - *10 สะโพก = ผู้เล่น 10 คน สะโพกชนกัน*
   - *5 หู = ผู้เล่น 5 คน หูชนกัน*

คำแนะนำ :

- ผู้เล่นที่ไม่สามารถทำตามผู้นำกิจกรรมบอก ให้ทำกิจกรรมตามที่ผู้นำกิจกรรมกำหนด

เกมโคลนนิ่ง

อายุ 5-16 ปี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมจินตนาการของเด็ก
2. เพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อมัดเล็ก

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-16 ปี

จำนวนผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน

อุปกรณ์ ดินน้ำมัน หรือ ดินเหนียว

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

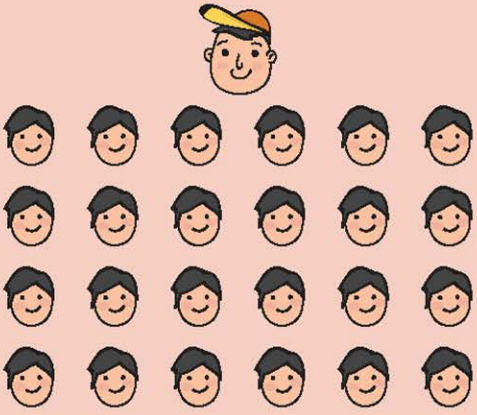
สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

แผนผัง

ผู้นำกิจกรรม

ผู้เล่น



วิธีการจัดกิจกรรม

1. แจกดินน้ำมัน หรือ ดินเหนียวให้ผู้เล่นคนละ 1 ก้อน
2. ผู้นำกิจกรรมบอกให้ผู้เล่นปั้นรูปอะไรก็ได้ 1 ชิ้น เช่น ช้าง, นก, ลูกบอล
3. ใครปั้นเสร็จก่อนเป็นผู้ชนะ

เกมนั่งเกี้ยว

อายุ 5-20 ปี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
2. เพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อแขน
3. เพื่อสร้างความสามัคคี

ความเหมาะสมกับอายุ ตั้งแต่ 5-20 ปี

จำนวนผู้เล่น กลุ่มละ 10-15 คน

อุปกรณ์ วีลแชร์

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

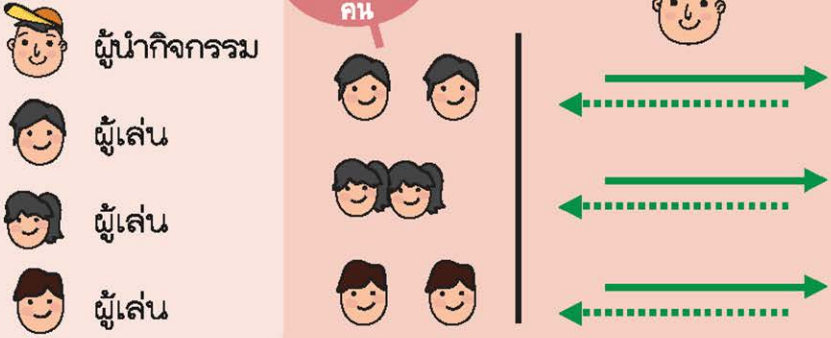
สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

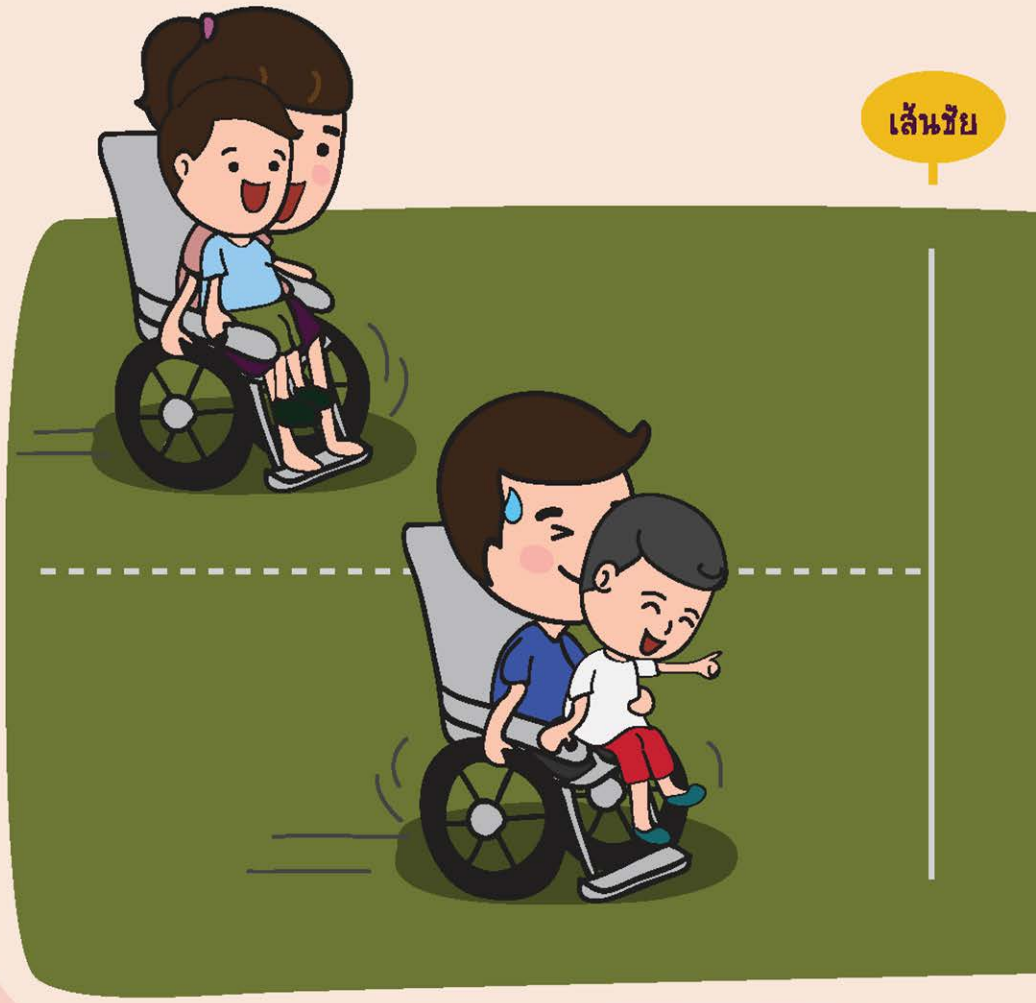
ไม่จำกัดเวลา

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

กลุ่มละ 10-15 คน

แผนผัง





วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละ 10-15 คน
2. ในแต่ละกลุ่ม ต้องให้มีผู้เล่นที่นั่งวีลแชร์อย่างน้อย 1 คน
3. ให้ผู้เล่น 1 คน ที่ไม่ได้นั่งวีลแชร์นั่งตักผู้เล่นที่นั่งวีลแชร์
4. ให้ผู้เล่นที่นั่งวีลแชร์เข็นวีลแชร์ส่งเพื่อนไปให้ถึงเส้นชัย
5. กลุ่มไหนส่งเพื่อนไปให้ถึงเส้นชัยได้ครบก่อนเป็นฝ่ายชนะ

เกมสีของฉัน

อายุ 4-12 ปี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ของเด็กในเรื่องศิลปะ
2. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
3. เพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกาย

ความเหมาะสมกับอายุ 4-12 ปี

จำนวนผู้เล่น กลุ่มละ 5 คน

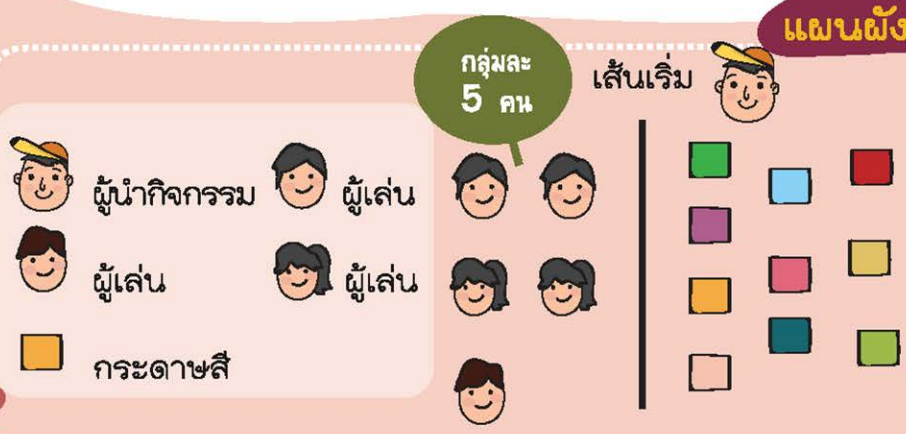
อุปกรณ์ 1. แผ่นกระดาษกว้าง 2 x 2 เมตร หรือวัสดุอื่นๆ ตามความเหมาะสม
2. กระดาษสีต่างๆ ขนาด 30 x 30 เซนติเมตร

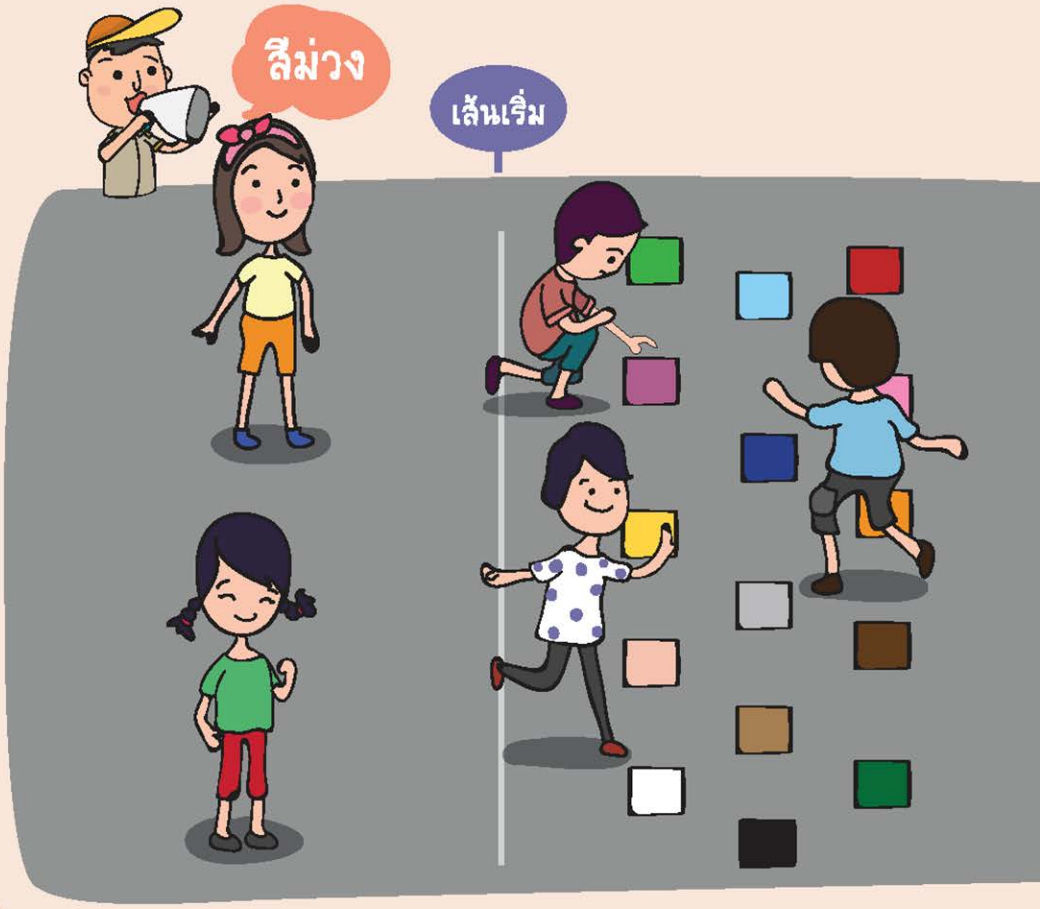
เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

แผนผัง





วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละ 5 คน และให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คน
2. ผู้นำกิจกรรมบอกสีที่ต้องการให้ผู้เล่น
3. ผู้เล่นคนไหนสามารถหาสีที่ผู้นำกิจกรรมต้องการได้ก่อนเป็นผู้ชนะ
4. กลุ่มไหนมีผู้ชนะมากที่สุดกลุ่มนั้นเป็นฝ่ายชนะ

เกมตอปิโดบก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมจินตนาการของเด็ก
2. เพื่อส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
3. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ ไม่จำกัดอายุ

จำนวนผู้เล่น กลุ่มละ 6-10 คน

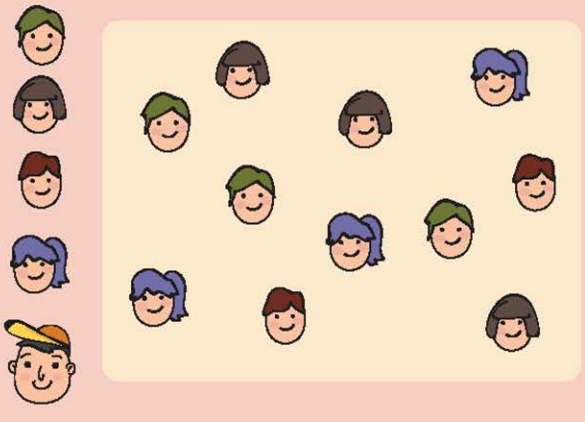
อุปกรณ์ ผ้าปิดตา

เวลาที่ใช้ ไม่จำกัดเวลา

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

แผนผัง



วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละ 6-10 คน
2. ให้แต่ละกลุ่มเลือกตอปิโด มา 1 คน (ให้ผูกผ้าปิดตาตามสีที่กำหนด) ที่เหลือเป็นผู้สั่งการ
3. ผู้สั่งการ จัดตอปิโดของแต่ละกลุ่ม อยู่ในบริเวณที่จัดให้ ให้ผู้สั่งการ สั่งตอปิโดของกลุ่มตัวเองให้ไปชนกับตอปิโดของกลุ่มอื่นๆ

   โดยมีคำสั่งดังนี้ ***หันซ้าย....องศา***

   หันขวา....องศา

   เดินหน้า....ก้าว

   ถอยหลัง....ก้าว

4. กลุ่มใดที่ถูกตอปิโดของกลุ่มอื่นๆ ชน ต้องออกจากเกม
5. กลุ่มที่เหลือเป็นฝ่ายชนะ

เกม Walk Rally

การแบ่งกลุ่ม & เวลา สำหรับกิจกรรม “Walk Rally”

การแบ่งกลุ่มสำหรับกิจกรรม “Walk Rally”

การแบ่งกลุ่มในการทำกิจกรรม “Walk Rally” นั้น ถือว่ามีความสำคัญมาก เนื่องจากสามารถสร้างเสริมให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะได้ เช่น การจัดกลุ่มบุคคลที่ไม่รู้จักกัน ให้มาอยู่รวมกัน เป็นต้น ทั้งนี้สิ่งที่จะมองข้ามไม่ได้คือ “ความยุติธรรม” ในการแบ่งกลุ่ม เช่น จำนวน ผู้ชาย, ผู้หญิง ในแต่ละกลุ่มควรที่จะเท่ากัน ซึ่งจะมีผลต่อการทำคะแนนในการทำกิจกรรมได้ จริงอยู่ผู้นำกิจกรรมอาจไม่ได้ให้ความสำคัญกับคะแนนในการตัดสิน แต่ผู้เล่นจะถือว่าคะแนนเป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากเราได้จูงใจในตอนแรก กิจกรรมในการแบ่งกลุ่มนั้น มีหลายวิธี แต่ไม่ควรแจ้งกับผู้เล่นว่าจะมีการแบ่งกลุ่มเพื่อทำกิจกรรม เพราะผู้เล่นจะมีการตกลง นัดแนะกันเองเพื่อให้อยู่รวมกับกลุ่มเพื่อนสนิท ซึ่งจะขัดกับวัตถุประสงค์ในการทำงานเป็นทีมได้ ฉะนั้นจึงควรใช้กิจกรรมนันทนาการที่มีอยู่มาใช้แทน เพื่อให้ผู้เล่นไม่สามารถล่วงรู้ถึงขั้นตอนการแบ่งกลุ่มดังกล่าว เช่น “หอยเปลี่ยนฝา”, “รวมเงิน”, “เลียนเสียงสัตว์”, “การนับเลขตามจำนวนกลุ่มที่ต้องการ” เป็นต้น จะเห็นว่าวิธีการในการแบ่งกลุ่มมีหลายวิธี ขึ้นอยู่ว่าผู้นำกิจกรรมจะเลือกใช้วิธีการใดให้เหมาะสมกับสถานการณ์

เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรม “Walk Rally”

หากเป็นบริเวณกลางแจ้ง ไม่ควรจัดให้มีเวลานานเกินไป เพราะจะทำให้ผู้เล่นเกิดความเหนื่อยล้าได้ หรือหากมีเวลาสั้นเกินไปก็อาจไม่สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ส่วนใหญ่นิยมใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที ถึง 2 ชั่วโมง สำหรับช่วงเวลาในการจัดนั้น ควรจัดในช่วงเวลาที่มีแสงแดดอ่อนเพื่อไม่ให้ผู้เล่นเกิดความเครียดมากนัก

การกำหนดเวลาในการดำเนินกิจกรรมนั้น จะแบ่งเวลาออกเป็น 5 ช่วง คือ

1) เวลาในการอธิบายกิจกรรม “Walk Rally” ทั้งหมด เช่น วิธีเล่น, แผนที่, กติกา
2) เวลาในการจัดกลุ่มเข้าฐาน (เริ่มต้น).....(ประมาณ 10 นาที)
   เวลาในการอธิบายกิจกรรมภายในฐาน.....(ประมาณ 3 นาที)
4) เวลาในการดำเนินกิจกรรมภายในฐาน....(ประมาณ 10 นาที)
5) เวลาเปลี่ยนฐาน / เข้าฐานต่อไป.....(ประมาณ 2 นาที)

จึงต้องมีการกำหนดผู้ควบคุมเวลาและให้สัญญาณเพื่อความเรียบร้อยในการดำเนินการต่อไป

ตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กพิการที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

เกมกู้ระเบิด

ผู้เล่น 20-30 คน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกการทำงานเป็นทีม
2. เพื่อสร้างความสามัคคี
3. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 10-18 ปี

จำนวนผู้เล่น 20-30 คน

อุปกรณ์ ขวดน้ำ-เชือก

เวลาที่ใช้ 30-45 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

15 เส้น

30-40 นาที

ยาวประมาณ 8-10 เมตร

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละเท่าๆ กัน
2. ผู้นำกิจกรรมอธิบายกติกา : วางขวดน้ำ แล้วกำหนดให้ย้ายขวดน้ำไปอีกที่หนึ่งประมาณ 10-20 เมตร โดยห้ามทุกส่วนของร่างกายโดนขวด มีเชือกให้ผู้เล่นมัดติดกับเอวของตนเองและเพื่อน 1 เส้น มัด 2 คน หรือ 4 คน หาจุดยืนกันเอง เริ่มเล่น เชือกจะต้องตึงทุกเส้น ต้องพยายามยกขวดไปอีกที่หนึ่งให้ได้
3. กลุ่มไหนย้ายขวดน้ำไปยังจุดที่ผู้นำกิจกรรมกำหนดได้ก่อน เป็นฝ่ายชนะ

เกมดื่มน้ำสาบาน

ผู้เล่น 30-60 คน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกความอดทน
2. เพื่อฝึกการทำงานเป็นทีม
3. เพื่อฝึกการควบคุมอารมณ์
4. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 10-18 ปี

จำนวนผู้เล่น 30-60 คน

อุปกรณ์

15 นาที

1. แก้วน้ำ
2. น้ำอัดลมหรือน้ำหวาน
3. น้ำรสขมหรือเค็ม ที่มีสีเดียวกับน้ำอัดลมหรือน้ำหวาน

เวลาที่ใช้ 15 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละ 10 คน
2. จัดเตรียมน้ำอัดลมหรือน้ำหวาน 9 แก้ว และน้ำรสขม / เค็ม 1 แก้ว ซ่อนอยู่ในกลุ่มแก้วของน้ำหวาน
3. ผู้นำกิจกรรมชี้แจงว่า ต่อไปนี้จะให้แต่ละกลุ่มออกมาดื่มน้ำสาบาน ซึ่งเตรียมไว้ให้ 10 แก้ว ในบรรดา 10 แก้วนั้น มี 1 แก้ว เป็นน้ำรสขม / เค็ม ที่ถือว่าเป็นยาพิษ
4. ในขณะที่กลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมาดื่มน้ำสาบาน ผู้นำกิจกรรมให้กลุ่มอื่นออกมาสังเกตว่าผู้เล่นในกลุ่มดื่มยาพิษ เพราะฉะนั้นคนที่ดื่มยาพิษจะต้องแสดงสีหน้าปกติไม่ให้กลุ่มอื่นจับได้
5. ให้แต่ละกลุ่มออกมาดื่มจนครบทุกกลุ่ม จากนั้นส่งตัวแทนมาทายว่าคนใดในแต่ละกลุ่มดื่มยาพิษ ถ้าทายถูกได้ 1 คะแนน ให้ผลัดกันทายจนครบทุกกลุ่ม กลุ่มใดมีคะแนนสูงสุดเป็นฝ่ายชนะ

เกมต่อของ

ผู้เล่น 15-50 คน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความสามัคคี
2. เพื่อฝึกฝนการทำงานเป็นทีม
3. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 10-18 ปี

จำนวนผู้เล่น 15-50 คน

อุปกรณ์ เสื้อผ้า
ของใช้ส่วนตัวของผู้เล่น

เวลาที่ใช้ 30-45 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

30-45 นาที

ของใช้ส่วนตัว

วิธีการจัดกิจกรรม

1. จัดผู้เล่นออกเป็นแถวๆ ละเท่าๆ กัน
2. ให้ผู้เล่นแต่ละคน นำทรัพย์สินที่มีอยู่ในตัวทั้งหมดเท่าที่จะหาได้มาต่อกันให้ยาวที่สุด เช่น ป้ายชื่อ เข็มขัด ฯลฯ
3. ห้ามใช้อวัยวะ เช่น ผม ขน แขน ขาเทียม ฯลฯ เอามาต่อกัน
4. แถวไหนต่อให้ยาวที่สุดเป็นฝ่ายชนะ

เกมบก น้ำ อากาศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดวิเคราะห์
2. เพื่อฝึกการตอบสนองต่อคำถาม
3. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 15-18 ปี

จำนวนผู้เล่น 30-50 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ 20-30 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ให้ผู้เล่นนั่งเป็นวงกลม
2. ให้ผู้เล่นพูดว่า บก น้ำ อากาศ
3. ถ้าผู้นำกิจกรรมชี้ที่ใครแล้วพูดว่า *"บก"* ให้พูดชื่อสัตว์บกมา 1 ชนิด, ถ้าพูดว่า *"น้ำ"* ให้พูด ชื่อสัตว์น้ำมา 1 ชนิด และถ้าพูดว่า *"อากาศ"* ให้พูดชื่อสัตว์ปีกมา 1 ชนิด
4. ถ้าใครพูดช้าหรือพูดไม่ถูกต้อง ให้เปลี่ยนไปเป็นผู้ช่วยผู้นำกิจกรรม แล้วทำกระบวนการตามข้อ 3

เกมรวมเงิน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดวิเคราะห์
2. เพื่อส่งเสริมการทำงานเป็นทีม และสร้างความสัมพันธ์ในหมู่คณะ
3. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 15-18 ปี

จำนวนผู้เล่น 30-50 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ 20-30 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

" รวมเงิน รวมเงินวันนี้ รวมกันให้ดีอย่าให้เกิน อย่าให้ขาด
ผู้หญิงมีค่า 1 บาท ผู้ชายเก่งกาจมีค่า 50 สตางค์ "

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ผู้นำกิจกรรม กำหนดให้ ผู้ชายมีค่า 50 สตางค์ ผู้หญิงมีค่า 1 บาท
2. ผู้นำกิจกรรมเริ่มเล่นเกมโดยบอกจำนวนเงินที่ต้องการรวม เช่น รวมเงิน 8 บาท ก็ให้ผู้เล่นรวมเงินกันให้ได้ 8 บาท ตามคำสั่ง
3. เมื่อผู้นำกิจกรรมสั่งหยุด ใครที่ยังไม่มีหรือรวมเงินผิดจากคำสั่ง ให้ทำกิจกรรมตามที่ผู้นำกิจกรรมกำหนด

คำแนะนำ :

- ก่อนเริ่มเล่นเกมในแต่ละรอบ ผู้นำกิจกรรม อาจจะกำหนดให้ผู้ชายหรือผู้หญิงมีค่าเป็นจำนวนเงินเท่าไหร่ก็ได้

เกมกระรอกกลับโพรง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์
2. เพื่อฝึกทักษะการฟัง
3. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 12-18 ปี

จำนวนผู้เล่น 30-50 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ 20-30 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. ให้ผู้เล่นยืนเป็นวงกลม
2. ผู้เล่นร้องเพลงอะไรก็ได้ พร้อมกับเดินเป็นวงกลมไปเรื่อยๆ
3. ผู้นำกิจกรรมสั่งให้รวมจำนวนกระรอกและจำนวนโพรง
4. ผู้เล่นรวมตัวตามคำสั่ง ใครทำไม่ถูกต้องให้ทำกิจกรรมตามที่ผู้นำกิจกรรมกำหนด

คำแนะนำ :

- ผู้นำกิจกรรมอาจกำหนดให้ผู้ชายเป็นกระรอก ผู้หญิงเป็นโพรง เมื่อผู้นำกิจกรรมสั่ง เช่น *“กระรอกสาม โพรงสอง”* ก็ให้รวมตัวกันให้ได้ตามคำสั่ง

เกมปูลงรูเกลียวสวาท

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดวิเคราะห์
2. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 12-18 ปี

จำนวนผู้เล่น 30-50 คน

อุปกรณ์ ไม่มีอุปกรณ์

เวลาที่ใช้ 10-15 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

เกมปูลงรู :

1. จัดผู้เล่นเป็นวงกลม แยกเพศชาย 1 วง เพศหญิง 1 วง ให้ผู้เล่นถามชื่อเพื่อนคนซ้ายมือและขวามือ เมื่อผู้นำกิจกรรมพูดคำว่า *"หนึ่ง"* ให้ผู้เล่นกำมือซ้ายหลวมๆ เป็นรู
2. ถ้าผู้นำกิจกรรมพูดคำว่า *"สอง"* ให้ผู้เล่นชูนิ้วชี้มือขวาขึ้น
3. ถ้าผู้นำกิจกรรมพูดคำว่า *"สาม"* ให้ผู้เล่นนำนิ้วชี้มือขวาวนปากรูของเพื่อนทางขวามือ
4. ถ้าผู้นำกิจกรรมพูดคำว่า *"สี่"* ให้เอานิ้วแหย่ลงไปในรู และถ้าผู้นำกิจกรรมพูดคำว่า *"ห้า"* มือที่ทำเป็นรูต้องพยายามจับปู (ที่เป็นนิ้ว) ให้ได้ ส่วนปู (นิ้ว) ต้องพยายามหนีออกจากรูให้ได้ คนที่ถูกจับได้ให้นั่งอยู่กลางวง

เกมเกลียวสวาท :

เมื่อมีผู้เล่นมานั่งอยู่ในวงเยอะพอสมควร ให้ผู้เล่นทั้งหมดจับมือกัน โดยคนที่จับจะต้องเป็นคนที่เราถามชื่อไว้ตั้งแต่แรก จากนั้นให้ผู้เล่นพยายามแกะวงออกให้เป็นวงกลมวงเดียว

เกมผึ้งแตกรัง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้รู้จักกันเร็วขึ้น
2. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

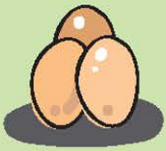
ความเหมาะสมกับอายุ	8-18 ปี
จำนวนผู้เล่น	30-50 คน
อุปกรณ์	ไม่มีอุปกรณ์
เวลาที่ใช้	20-30 นาที
สถานที่	ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. แบ่งผู้เล่นออกเป็นกลุ่มๆ ละ 3 คน ในกลุ่มจะต้องเป็นรัง 2 คน เป็นผึ้ง 1 คน
2. เมื่อผู้เล่นจับกลุ่มตามที่ผู้นำกิจกรรมกำหนดให้แล้ว ผู้เล่นที่เป็นรังให้จับมือกันไว้ทั้งสองข้าง
3. ผู้เล่นที่เป็นผึ้งจะอยู่ระหว่างผู้เล่นที่เป็นรังทั้ง 2 คน คืออยู่ตรงกลางอ้อมแขนที่อบอุ่น
4. คำสั่งที่ผู้นำกิจกรรมบอกผู้เล่น มีดังนี้
    - ***เปลี่ยนรัง*** หมายถึง ผู้ที่เป็นผึ้งเปลี่ยนไปอยู่รังอื่น ผู้ที่เป็นรังให้อยู่กับที่
    - ***ย้ายรัง*** หมายถึง ผู้ที่เป็นรังเปลี่ยนไป ผู้ที่เป็นผึ้งให้อยู่กับที่
    - ***รังแตก*** หมายถึง สร้างรังกันใหม่ ใครจะเป็นผึ้งหรือรังก็ได้ แต่ต้องให้ได้ครบตามจำนวน

เกมกลิ้งไข่



วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดวิเคราะห์
2. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ความเหมาะสมกับอายุ 8-18 ปี

จำนวนผู้เล่น 20-50 คน

อุปกรณ์ ไข่ไก่

เวลาที่ใช้ 10-15 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท

วิธีการจัดกิจกรรม

1. จัดผู้เล่นเป็น 2 กลุ่ม เพศชาย 1 กลุ่ม เพศหญิง 1 กลุ่ม ในแต่ละกลุ่มให้จับคู่กัน
2. ในแต่ละคู่ให้เลือกผู้เล่น 1 คน เป็นคนกลิ้งไข่ ผู้เล่นอีกคนอยู่เฉยๆ ไม่ต้องทำอะไร การเล่น คือ นำไข่ไก่สดมา 1 ฟอง แล้วนำไข่ไก่ใส่เข้าไปที่ขากางเกงแล้วพยายามกลิ้งไข่ไก่ขึ้นไปให้ได้ ไม่ว่าจะด้านหน้าหรือด้านหลังแล้วแต่ความถนัด กลิ้งไข่ไก่ให้ผ่านกางเกงและเสื้อผ้าให้โผล่ที่คอเสื้อหรือแขนเสื้อ แล้วแต่จะกำหนด

ผลการตัดสิน : คู่ไหนทำไข่ไก่แตก ถือว่าไม่ผ่าน
คู่ไหนกลิ้งไข่ผ่านไปได้โดยไข่ไม่แตกก็ถือว่าผ่าน

เกมส่งของตามเพลง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
2. เพื่อฝึกการตอบสนองต่อคำถาม

ความเหมาะสมกับอายุ 6-18 ปี

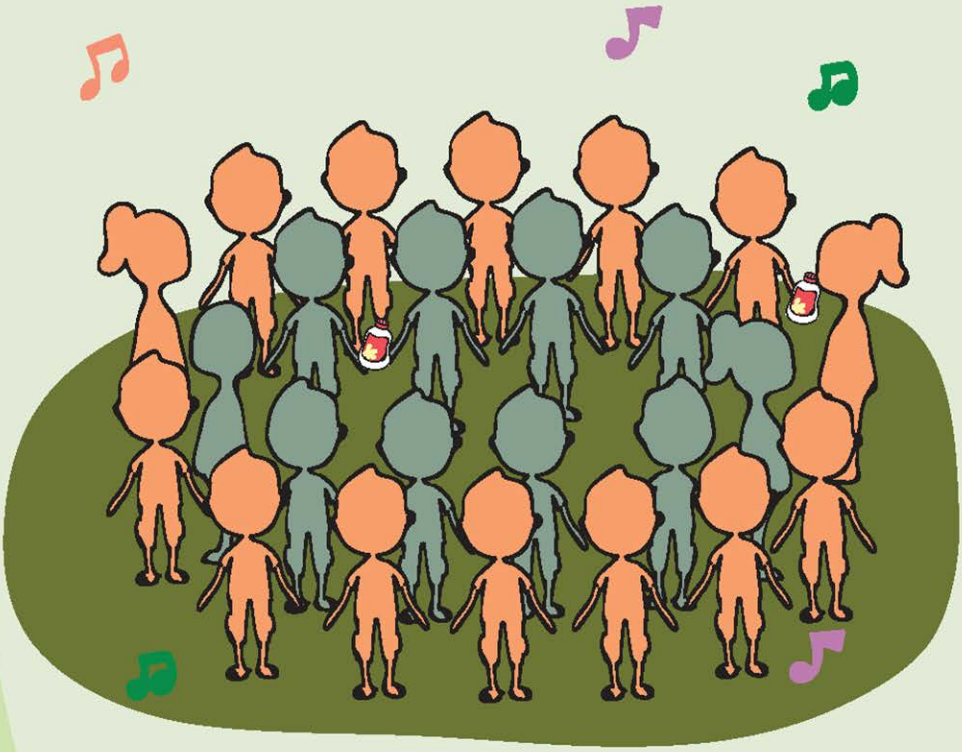
จำนวนผู้เล่น 30-50 คน

อุปกรณ์ แป้ง / เพลง

เวลาที่ใช้ 10-20 นาที

สถานที่ ลานกว้าง พื้นผิวเรียบ

หมายเหตุ เกมนี้สามารถบูรณาการใช้ได้กับเด็กพิการทุกประเภท



วิธีการจัดกิจกรรม

1. จัดผู้เล่นเป็นวงกลม 2 วง และหันหน้าเข้าหากัน
2. ส่งแป้งไปรอบๆ วงกลมพร้อมกับเปิดเพลง เมื่อเพลงหยุดแป้งอยู่ที่ใคร ให้รอคำสั่งจากผู้นำกิจกรรม เช่น เทแป้งใส่มือแล้วทาให้เพื่อน

วันคนพิการสากล

องค์การสหประชาชาติได้ประกาศให้ พ.ศ. 2524 เป็น "ปีคนพิการสากล" ส่งผลให้ทั่วโลกตระหนักถึงศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ของคนพิการ และตื่นตัวในการส่งเสริมและคุ้มครองสิทธิของคนพิการ รวมถึงสนับสนุนการสร้างเสริมศักยภาพของคนพิการ การเปิดโอกาสและสนับสนุนคนพิการให้สามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากทรัพยากรได้อย่างเท่าเทียมกับคนทั่วไป เพื่อนำไปสู่การดำรงชีวิตด้วยการพึ่งตนเองมากที่สุด **ใน พ.ศ. 2525 องค์การสหประชาชาติ ได้สถาปนาให้วันที่ 3 ธันวาคม ของทุกปี เป็น "วันคนพิการสากล" เพื่อรำลึกถึงวันที่ 3 ธันวาคม พ.ศ. 2525** ที่สมัชชาใหญ่แห่งองค์การสหประชาชาติรับรองแผนปฏิบัติการโลก ว่าด้วยเรื่องคนพิการพร้อมทั้งสนับสนุนให้ประเทศต่างๆ เฉลิมฉลองวันคนพิการสากลทุกปี เพื่อขับเคลื่อนปฏิบัติการส่งเสริมและคุ้มครองสิทธิของคนพิการอย่างต่อเนื่องทั่วโลก โดยเปิดโอกาสให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมจัดกิจกรรมรณรงค์ให้เกิดการส่งเสริม และพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการโดยอยู่บนฐานของสิทธิอย่างเป็นรูปธรรมและได้มาตรฐานในระดับสากล ตั้งแต่ พ.ศ. 2530 องค์การสหประชาชาติได้กำหนดหัวข้อวันคนพิการในแต่ละปีด้วย เช่น อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิของคนพิการ ศักดิ์ศรีและความยุติธรรมเพื่อคนทั้งมวล ทุกเรื่องคนพิการต้องมีคนพิการเป็นต้น *(3 ธันวาคม วันคนพิการสากล. 2558: ออนไลน์)*

วันคนพิการ

สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ได้ตระหนักว่าคนพิการเป็นทรัพยากรที่มีค่า หากได้รับการสงเคราะห์และพัฒนาทั้งในด้านการแพทย์ การศึกษา การอาชีพและการสังคม เพื่อให้มีโอกาสในการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความสามารถ การประกอบอาชีพ และการดำเนินชีวิตในสังคม ก็จะสามารถมีชีวิตและทำประโยชน์แก่สังคมได้ไม่แพ้คนปกติ จึงได้กำหนดไว้ในนโยบายของสภาสังคมสงเคราะห์ฯ พ.ศ. 2542-2545 ไว้ดังนี้ *"จัดตั้งศูนย์ส่งเสริมอาชีพและพัฒนาคนพิการ เพื่อให้การสงเคราะห์และการพัฒนาคนพิการ จัดให้มีการอบรมอาชีพแก่คนพิการ ช่วยให้คนพิการได้ประกอบอาชีพ ช่วยจำหน่ายผลิตภัณฑ์ของคนพิการเพื่อให้คนพิการมีรายได้เลี้ยงตนเองและครอบครัว พัฒนาคนพิการให้มีความรู้ความสามารถมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีส่วนร่วมในสังคมและพัฒนาสังคม"* สภาสังคมสงเคราะห์ฯ ได้เริ่มจัดงานวันคนพิการเป็นประจำตั้งแต่ พ.ศ. 2506 เป็นต้นมา **โดยกำหนดให้วันเสาร์สัปดาห์ที่ 2 เดือนพฤศจิกายนของทุกปีเป็น "วันคนพิการ"** ทั้งนี้ เพื่อให้คนพิการได้มีโอกาสพบปะแลกเปลี่ยนความรู้ความสามารถ ตลอดจนการฟื้นฟูสมรรถภาพและการพัฒนาคนพิการในด้านต่างๆ เช่น ด้านการแพทย์ การศึกษา การอาชีพและการสังคม เพื่อให้เกิดความเท่าเทียมกันของคนพิการและคนปกติทั่วไป *(สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์. 2558: 1)*

บรรณานุกรม

กรมพลศึกษา. (ม.ป.ป.). **คู่มือการจัดกิจกรรมนันทนาการให้แก่นักเรียนที่มีความพิการ.** ลพบุรี: โรงเรียนโสตศึกษาปานเลิศจังหวัดลพบุรี.

-------. (ม.ป.ป.). **คู่มือกิจกรรมนันทนาการสำหรับนักเรียนพิการประเภทต่างๆ ตั้งแต่อายุ 3-5 ปี.** ลพบุรี: ม.ป.พ.

-------. (ม.ป.ป.). **รายงานสรุปผลโครงการนันทนาการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคคลกลุ่มพิเศษและผู้ด้อยโอกาส ประจำปี 2557.** กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.

กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ. (2558). **ความรู้เกี่ยวกับคนพิการ.** สืบค้นเมื่อ 13 กันยายน 2558, จาก http://nep.go.th/th/disabilities-knowledge

-------. (2558). **รายงานข้อมูลสถานการณ์ด้านคนพิการในประเทศไทย.** สืบค้นเมื่อ 12 ตุลาคม 2558, จาก http://www.m-society.go.th/ewt_news.php?nid=15272

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. กรมพลศึกษา. (ม.ป.ป.). **แผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2555-2559).** กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2558). **ประกาศกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เรื่องประเภทและหลักเกณฑ์ความพิการ.** สืบค้นเมื่อ 8 ตุลาคม 2558, จาก http://www.person.ku.ac.th/new_personweb/per_6/per_6.../per_6_4-6.pdf

จรินทร์ อานีรัตน์. (2528). **นันทนาการชุมชน.** กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

มหาวิทยาลัยรามคำแหง. (2558). **วันคนพิการสากล 3 ธันวาคม.** สืบค้นเมื่อ 14 กันยายน 2558, จาก http://www.lib.ru.ac.th/journal/dec/dec03-DisabledDay.html

ราชบัณฑิตยสถาน. (2542). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542.** กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คพับลิเคชั่น.

สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2558). **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559).** สืบค้นเมื่อ 12 ตุลาคม 2558, จาก http://www2.oae.go.th/EVA/download/Plan/SummaryPlan11_thai.pdf

เอกสารโครงการจัดงานวันคนพิการ ครั้งที่ 49 ประจำปี 2558. (2558). กรุงเทพฯ: สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์.

Butler, George D. (1959). Introduction to Community Recreation. New York: Mc Graw Hill.

คณะผู้จัดทำ

จัดทำโดย สำนักนันทนาการ กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

ที่ปรึกษา .....

1.	ดร.กิตติพงษ์	โพธิมู	อธิบดีกรมพลศึกษา
2.	-		รองอธิบดีกรมพลศึกษา
3.	ดร.อัศวิน	มณีอินทร์	ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพการศึกษา สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตอ่างทอง
4.	นายไพศาล	สุขนิตย์ทรัพย์	ผู้อำนวยการโรงเรียนโสตศึกษาปานเลิศ จังหวัดลพบุรี
5.	นายนิวัติ	คัมภีร์นันท์	ผู้จัดการฝ่ายสร้างสรรค์และฝ่ายพัฒนาธุรกิจ บริษัท อาร์เอส จำกัด (มหาชน)
6.	ดร.ปัญญา	หาญลำยวง	ผู้อำนวยการสำนักนันทนาการ
7.	นางรุ่งอรุณ	เขียวนุ่มพวง	ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ
8.	นางอุทัยวรรณ	นพรัตน์	ผู้อำนวยการกลุ่มนันทนาการเด็กและเยาวชน
9.	นายสถาพร	เกษแก้ว	ผู้อำนวยการกลุ่มนันทนาการชุมชน
10.	นางพัชรา	เทียมเพ็ชร์	ผู้อำนวยการกลุ่มวิจัยและพัฒนา สำนักนันทนาการ
11.	นายทวีโชค	พงษ์ดี	ผู้อำนวยการกลุ่มนันทนาการสัมพันธ์
12.	นายเจริญ	ศรีปริวาทิน	รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการกลุ่มบริหารงานทั่วไป สำนักนันทนาการ

คณะกรรมการดำเนินงาน

1.	นายสถาพร	เกษแก้ว	ผู้อำนวยการกลุ่มนันทนาการชุมชน ประธานกรรมการ
2.	นายอดิศัย	ใจกาวัง	นักพัฒนาการกีฬาปฏิบัติการ กรรมการ
3.	นางสาวเลอลักษณ์	แสงอัมพร	นักพัฒนาการกีฬาปฏิบัติการ กรรมการ
4.	นายนัฐพล	น้อยคำเมือง	นักพัฒนาการกีฬาปฏิบัติการ กรรมการ
5.	นางจิดาภา	เจตนิมิตฐอาภา	นักพัฒนาการกีฬาชำนาญการ กรรมการและเลขานุการ

คณะอนุกรรมการฝ่ายติดตาม และประเมินผล

1.	นางพัชรา	เทียมเพ็ชร์	ผู้อำนวยการกลุ่มวิจัยและพัฒนา สำนักนันทนาการ ประธานอนุกรรมการ
2.	นายอดิศัย	ใจกาวัง	นักพัฒนาการกีฬาปฏิบัติการ รองประธานอนุกรรมการ
3.	นางจิดาภา	เจตนิมิตฐอาภา	นักพัฒนาการกีฬาชำนาญการ อนุกรรมการและเลขานุการ
4.	นายอรรถพล	สาวิกัน	เจ้าหน้าที่ อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
5.	นางสาวปวีณา	ก้องอมรทิพย์	เจ้าหน้าที่ อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

กิจกรรมสำนักงานสำหรับเด็กพิการ

จัดทำโดย สำนักบริหารการศึกษาพิเศษ กรมสามัญศึกษา
เลขที่ 154 ถ.พระรามที่ 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทรศัพท์ : 0-2214-0120, 0-2214-0135
โทรสาร : 0-2214-1507, 0-2216-4571
www.dpe.go.th

หนังสือเล่มนี้เป็นลิขสิทธิ์ของสำนักบริหารการศึกษาพิเศษ กรมสามัญศึกษา
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
ISBN : 978-616-297-276-6
พิมพ์ครั้งที่ 1 จำนวน 6,000 เล่ม