ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

សៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា

ចិត្តចលភាព

នាយកដ្ឋានអប់រំកុមារតូច ព.ស ២៥៦៦ គ.ស ២០២២

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

សៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា

ចិត្តចលភាព

នាយកដ្ឋានអប់រំកុមារតូច

PLAN INTERNATIONAL

ឆ្នាំ ២០២២

ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
លេខ: ១០៩៨ **អយក.**ប្រក

ប្រកាស
ស្តីពី
ការអនុញ្ញាតឱ្យបោះពុម្ពផ្សព្វផ្សាយ សៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា
រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

- បានឃើញរដ្ឋធម្មនុញ្ញនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
- បានឃើញព្រះរាជក្រឹត្យ នស/រកត/០៩១៨/៩២៥ ចុះថ្ងៃទី០៦ ខែកញ្ញា ឆ្នាំ២០១៨ ស្តីពីការតែងតាំងរាជរដ្ឋាភិបាលនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
- បានឃើញព្រះរាជក្រមលេខ នស/រកម/០៦១៨/០១២ ចុះថ្ងៃទី២៨ ខែមិថុនា ឆ្នាំ២០១៨ ដែលប្រកាសឱ្យប្រើច្បាប់ ស្តីពីការរៀបចំនិងការប្រព្រឹត្តទៅនៃគណៈរដ្ឋមន្ត្រី
- បានឃើញព្រះរាជក្រមលេខ នស/រកម/០១៩៦/០១ ចុះថ្ងៃទី២៤ ខែមករា ឆ្នាំ១៩៩៦ ដែលប្រកាសឱ្យប្រើច្បាប់ស្តីពីការបង្កើតក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
- បានឃើញព្រះរាជក្រមលេខ នស/រកម/១២០៧/០៣២ ចុះថ្ងៃទី០៨ ខែធ្នូ ឆ្នាំ២០០៧ ដែលប្រកាសឱ្យប្រើច្បាប់ស្តីពីការអប់រំ
- បានឃើញអនុក្រឹត្យលេខ ១៥៦ អនក្រ.បក ចុះថ្ងៃទី១៨ ខែកក្កដា ឆ្នាំ២០១៦ ស្តីពីការរៀបចំនិងការប្រព្រឹត្តទៅរបស់ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
- បានឃើញប្រកាសលេខ ១១១៩ អយក.ប្រក ចុះថ្ងៃទី១៣ ខែធ្នូ ឆ្នាំ២០១៦ ស្តីពីការរៀបចំនិងប្រព្រឹត្តទៅរបស់អគ្គនាយកដ្ឋានអប់រំ
- បានឃើញប្រកាសលេខ ៣០២ អយក.ប្រក ចុះថ្ងៃទី០៩ ខែមីនា ឆ្នាំ២០១៧ ស្តីពីការដាក់ឱ្យអនុវត្តក្របខណ្ឌកម្មវិធីសិក្សាចំណេះទូទៅ និងអប់រំបច្ចេកទេស
- តាមសំណើរបស់ក្រុមការងារបច្ចេកទេសពិនិត្យឡើងវិញ និងកែសម្រួលកម្មវិធីសិក្សាសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សារដ្ឋ

សម្រេច

ប្រការ១ .-

អនុញ្ញាតឱ្យបោះពុម្ព «**សៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា**» ដែលរៀបចំដោយក្រុមការងារបច្ចេកទេស និងកែសម្រួលកម្មវិធីសិក្សា ដើម្បីប្រើប្រាស់ជាសាធារណៈ។

អាសយដ្ឋានលេខ៨០ មហាវិថី ព្រះនរោត្តម ភ្នំពេញ កម្ពុជា ទូរស័ព្ទ: (៨៥៥-២៣) ២២០ ៦៧៣ / ២២០ ៣០៤ ទូរសារ: (៨៥៥-២៣) ២១៧ ២៥០ / ២១២ ៥១២
អ៊ីមែល: info@moeys.gov.kh / administration@moeys.gov.kh គេហទំព័រ: www.moeys.gov.kh

ប្រការ២ .-

សៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សានេះ មាន ៥(ប្រាំ) មុខវិជ្ជាគឺ៖

១- ចិត្តចលភាព

២- វិទ្យាសាស្ត្រ

៣- សិក្សាសង្គម

៤- បុរេគណិត

៥- ភាសាខ្មែរ

ខ្លឹមសារលម្អិតនៃសៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា ជាឧបសម្ព័ន្ធនៃប្រកាសនេះ។

ប្រការ៣ .-

អគ្គនាយកនៃអគ្គនាយកដ្ឋានរដ្ឋបាល និងហិរញ្ញវត្ថុ អគ្គនាយកនៃអគ្គនាយកដ្ឋានអប់រំ អគ្គនាយកនៃអគ្គនាយកដ្ឋានគោលនយោបាយនិងផែនការ អគ្គនាយកនៃអគ្គនាយកដ្ឋានឧត្តមសិក្សា អគ្គនាយកនៃអគ្គនាយកដ្ឋានយុវជន អគ្គនាយកនៃអគ្គនាយកដ្ឋានកីឡា អគ្គាធិការនៃអគ្គាធិការដ្ឋាន ប្រធាននាយកដ្ឋានអប់រំកុមារតូច ប្រធាននាយកដ្ឋានបុគ្គលិក ប្រធាននាយកដ្ឋានហិរញ្ញវត្ថុ ប្រធាននាយកដ្ឋានធានាគុណភាពអប់រំ និងគ្រប់ប្រធានអង្គភាពដែលពាក់ព័ន្ធ ត្រូវទទួលបន្ទុកអនុវត្តប្រកាសនេះតាមភារកិច្ចរៀងៗខ្លួន ចាប់ពីថ្ងៃចុះហត្ថលេខាតទៅ។

ថ្ងៃ ពុធ ៨រោច ខែ ជេស្ឋ ឆ្នាំខាល ចត្វាស័ក ព.ស.២៥៦៦

ធ្វើនៅរាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី ២២ ខែ មិថុនា ឆ្នាំ២០២២

បណ្ឌិតសភាចារ្យ **ហង់ជួន ណារ៉ុន**

កន្លែងទទួល៖

- ទីស្តីការគណៈរដ្ឋមន្ត្រី
- ខុទ្ទកាល័យរដ្ឋមន្ត្រី ក្រសួង អយក
  "ដើម្បីជូនជ្រាប"
- គ្រប់អង្គភាពក្រោមឱវាទក្រសួង អយក
- មន្ទីរអប់រំ យុវជន និងកីឡារាជធានី ខេត្ត
- ដូចប្រការ ៣
  "ដើម្បីអនុវត្ត"
- ឯកសារ កាលប្បវត្តិ នា.អកត អ.យ.ក

សមាសភាពគណៈកម្មការ

គណៈកម្មការដឹកនាំ

១- ឯកឧត្តមបណ្ឌិតសភាចារ្យ	ហង់ជួន ណារ៉ុន		រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
២- លោកជំទាវ	គឹម	សេដ្ឋានី	រដ្ឋលេខាធិការក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
៣- លោកជំទាវ	យុន	រចនា	អនុរដ្ឋលេខាធិការក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
៤- ឯកឧត្តម	ពុត	សាមិត្ត	អគ្គនាយកនៃអគ្គនាយកដ្ឋានអប់រំ
៥- ឯកឧត្តម	ឡេា	ឆវណ្ណា	អគ្គនាយករងនៃអគ្គនាយកដ្ឋានអប់រំ
៦- ឯកឧត្តម	ប្រាក់	កុសល	ប្រធាននាយកដ្ឋានអប់រំកុមារតូច

គណៈកម្មការនិពន្ធ និងរៀបរៀង

១- លោកស្រី	សុខ	សោភា	ប្រធានការិយាល័យពិនិត្យតាមដាន និងវាយតម្លៃ
២- លោកស្រី	អ៊ុក	សុផាន់ណារី	អនុប្រធានការិយាល័យមត្តេយ្យសិក្សា
៣- លោកស្រី	ជា	ដូរ៉ានី	អនុប្រធានការិយាល័យពិនិត្យតាមដាននិងវាយតម្លៃ
៤- លោក	ព្រំ	វិចិត្រ	អនុប្រធានការិយាល័យអប់រំកុមារតុច
៥- លោក	ញឹប	ស្រាង	អនុប្រធានការិយាល័យពិនិត្យតាមដាននិងវាយតម្លៃ
៦- លោកស្រី	លាន	វិមាល	មន្ត្រីនាយកដ្ឋានអប់រំកុមារតូច
៧- លោក	យូ	តុនី	មន្ត្រីការិយាល័យរដ្ឋបាល
៨- លោកស្រី	កោះ	សុឃារី	មន្ត្រីការិយាល័យពិនិត្យតាមដាន និងវាយតម្លៃ
៩- កញ្ញា	ទុំ	សុហ្វីយ៉ា	មន្ត្រីការិយាល័យពិនិត្យតាមដាន និងវាយតម្លៃ
១០- លោកស្រី	សាំនី	លីពី	គ្រូមត្តេយ្យសិក្សាថ្នាក់មត្តេយ្យសិក្សាអនុវត្ត(សគមម)

១១- ក្រុមបច្ចេកទេសអប់រំកុមារតូច នៃមន្ទីរអប់រំ យុវជន និងកីឡាខេត្តកំពង់ចាម

១២- ក្រុមបច្ចេកទេសអប់រំកុមារតូច នៃមន្ទីរអប់រំ យុវជន និងកីឡាខេត្តតាកែវ

១៣- ក្រុមបច្ចេកទេសអប់រំកុមារតូច នៃមន្ទីរអប់រំ យុវជន និងកីឡាខេត្តបន្ទាយមានជ័យ

១៤- ក្រុមបច្ចេកទេសអប់រំកុមារតូច នៃមន្ទីរអប់រំ យុវជន និងកីឡាខេត្តរតនគិរី

១៥- ក្រុមបច្ចេកទេសអប់រំកុមារតូច នៃមន្ទីរអប់រំ យុវជន និងកីឡាខេត្តស្វាយរៀង

១៦- អង្គការ PLAN INTERNATIONAL

១៧- អង្គការកុមារ និងអភិវឌ្ឍន៍

១៨- អង្គការខេមរា

១៩- សមាគមបណ្តុះកុមារ

គណៈកម្មការកំព្យូទ័រ និងរចនាបថ

១- លោកស្រី	វ័ន្ត	ម៉ារិន	ប្រធានការិយាល័យរដ្ឋបាល
២- លោក	ណយ	សុចិត្រា	អនុប្រធានការិយាល័យរដ្ឋបាល
៣- លោក	លី	ចាន់ថុល	អនុប្រធានការិយាល័យរដ្ឋបាល
៤- លោក	ទៀង	សុភាព	អនុប្រធានការិយាល័យរដ្ឋបាល
៥- លោក	សៅ	ដារ៉ីដ	មន្ត្រីជំនួយការបច្ចេកទេស

គណៈកម្មការត្រួតពិនិត្យ និងផ្ទៀងផ្ទាត់

១- លោកស្រី	ផ្លុង	មុនីកុសល	អនុប្រធាននាយកដ្ឋានអប់រំកុមារតូច
២- លោក	ឈួន	ប៊ុនឈឿន	អនុប្រធាននាយកដ្ឋានអប់រំកុមារតូច
៣- លោក	ឃិន	ធី	អនុប្រធាននាយកដ្ឋានអភិវឌ្ឍន៍កម្មវិធីសិក្សា
៤- លោកបណ្ឌិត	ឈូក	ច័ន្ទឆាយា	អនុប្រធាននាយកដ្ឋានបណ្តុះបណ្តាល និងវិក្រឹតការ
៥- លោក	ប៉ាត់	គឹមនីន	នាយកសាលាមធ្យមសិក្សាគរុកោសល្យមត្តេយ្យមជ្ឈិម
៦- លោកស្រី	សេង	សុខវណ្ណា	នាយិការងសាលាមធ្យមសិក្សាគរុកោសល្យមត្តេយ្យមជ្ឈិម

រចនារូបភាពដោយ លោក អេត អូ

មុខកថា

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា បានធ្វើការកែលម្អកម្មវិធីសិក្សាលម្អិតសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា ស្របទៅនឹងក្របខណ្ឌកម្មវិធីសិក្សាចំណេះទូទៅ និងអប់រំបច្ចេកទេស សំដៅពង្រឹងការកសាងធនធានមនុស្សប្រកបដោយសក្តានុពល ក្នុងគោលដៅឆ្ពោះទៅកាន់សង្គមពុទ្ធិ និងវិបុលភាព ធានាបាននូវកម្លាំងពលកម្ម ដែលមានចំណេះដឹងបំណិន ជំនាញវិជ្ជាជីវៈ មានវប្បធម៌ជ្រៅជ្រះ មានផលិតភាព និងភាពប្រកួតប្រជែងខ្ពស់ នៅក្នុងប្រព័ន្ធសេដ្ឋកិច្ចសកលភាវូបនីយកម្ម ឆ្លើយតបយ៉ាងសមស្រប និងទាន់ពេលវេលាទៅនឹងគោលនយោបាយរបស់រាជរដ្ឋាភិបាល និងសេចក្តីត្រូវការរបស់ប្រទេសជាតិ ជាពិសេសក្នុងពេលដែលកម្ពុជាបានកំណត់ចក្ខុវិស័យប្រែក្លាយពីប្រទេសមានប្រាក់ចំណូលមធ្យមកម្រិតទាបនាបច្ចុប្បន្ន ទៅជាប្រទេសដែលមានប្រាក់ចំណូលកម្រិតមធ្យមនៅឆ្នាំ២០៣០ និងក្លាយទៅជាប្រទេសអភិវឌ្ឍន៍នៅឆ្នាំ២០៥០។

ផ្អែកលើមូលដ្ឋាននេះ ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា បានរៀបចំសៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា ជាយន្តការអនុវត្តកម្មវិធីសិក្សាលម្អិតសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា ពង្រឹងនិងលើកកម្ពស់ការបង្រៀននិងរៀន ដើម្បីបណ្ដុះសញ្ញាណ ឧបនិស្ស័យ បុគ្គលិកលក្ខណៈ និងបំណិនសតវត្សរ៍ទី២១ ដល់កុមារតូច ឱ្យប្រែក្លាយជាពលរដ្ឋពេញលេញនៅពេលអនាគត។

សៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សានេះ ត្រូវបានបញ្ចូលខ្លឹមសារសំខាន់ៗទាក់ទងនឹងគរុកោសល្យដើម្បីឆ្លើយតបសមភាពយេនឌ័ររវាងកុមារីនិងកុមារា ដែលមានទិដ្ឋភាពគ្រប់ដណ្តប់ទាំងផ្នែកទ្រឹស្តីនៃការអប់រំកុមារតូច និងវិធីសាស្ត្រអនុវត្តការបង្រៀននិងរៀននៅគ្រប់កម្រិតមត្តេយ្យសិក្សា ក្នុងន័យអភិវឌ្ឍសមត្ថភាពកុមារតូចលើផ្នែករាងកាយ និងសុខភាព ផ្នែកសីលធម៌ និងវប្បធម៌ ផ្នែកចិត្តសង្គម និងអារម្មណ៍ ផ្នែកពិចារណា និងការយល់ដឹង និងផ្នែកភាសា ដែលជាមូលដ្ឋានគ្រឹះក្នុងការជួយកុមារតូច ឆ្ពោះទៅបន្តការសិក្សា ប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពនៅគ្រប់កម្រិត។

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា មានសុទិដ្ឋិនិយមថា គ្រប់អង្គភាពថ្នាក់ជាតិ ថ្នាក់ក្រោមជាតិ ដៃគូអភិវឌ្ឍ និងគ្រប់ភាគីពាក់ព័ន្ធទាំងអស់ នឹងចូលរួមសហការនិងគាំទ្រដល់ការអនុវត្តសៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សានេះ ឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ ដើម្បីជាឧត្តមប្រយោជន៍សម្រាប់កុមារតូចនៅកម្ពុជា ។

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា សូមថ្លែងអំណរគុណយ៉ាងជ្រាលជ្រៅបំផុតចំពោះ ក្រុមការងារបច្ចេកទេសពិនិត្យឡើងវិញ និងកែសម្រួលកម្មវិធីសិក្សាសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា និងដៃគូអភិវឌ្ឍ ជាពិសេសអង្គការ **Plan International** ព្រមទាំងអ្នកពាក់ព័ន្ធទាំងអស់ ដែលបានចូលរួម និងដើរតួនាទីស្នូលក្នុងការសម្របសម្រួល ដឹកនាំរៀបចំតាក់តែងសៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សានេះឱ្យសម្រេចជាផ្លែផ្កាឡើងនាខណៈនេះ។

ថ្ងៃ ... ខែ ... ឆ្នាំខាល ចត្វាស័ក ព.ស.២៥៦៦

រាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី ... ខែ ... ឆ្នាំ២០២២

រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

បណ្ឌិតសភាចារ្យ **ហង់ជួន ណារ៉ុន**

អារម្ភកថា

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា បានធ្វើមូលដ្ឋានីយកម្មក្របខណ្ឌកម្មវិធិសិក្សាចាប់កម្រិតមត្តេយ្យសិក្សារហូតដល់មធ្យមសិក្សាចំណេះទូទៅនិងអប់រំបច្ចេកទេស និងបានដាក់ចេញវិធានជាយុទ្ធសាស្ត្រកំណែទម្រង់វិស័យអប់រំ យុវជន និងកីឡា សំដៅជានាប្រសិទ្ធភាព និងគុណភាពលទ្ធផលសិក្សានៅគ្រប់កម្រិត។

ទន្ទឹមនឹងនេះ សៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា ត្រូវបានក្រុមការងារបច្ចេកទេសពិនិត្យឡើងវិញ និងកែសម្រួលកម្មវិធីសិក្សាសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សានៃក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ដោយមានចូលរួមពីអង្គភាពថ្នាក់ជាតិ ថ្នាក់ក្រោមជាតិ ដៃគូអភិវឌ្ឍ និងគ្រប់ភាគីពាក់ព័ន្ធទាំងអស់ ជាពិសេសកិច្ចសហការគាំទ្រទាំងផ្នែកបច្ចេកទេស និងធនធានថវិកាពីអង្គការ **Plan International** រៀបចំឡើងក្នុងគោលដៅលើកកម្ពស់ស័ក្តិសិទ្ធភាព នៃដំណើរការសកម្មភាពបង្រៀននិងរៀន ឱ្យមានភាពកាន់តែប្រសើរឡើងនៅកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សា។

សៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា មាន ៥(ប្រាំ) មុខវិជ្ជាគឺ **មុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព មុខវិជ្ជាវិទ្យាសាស្ត្រ មុខវិជ្ជាសិក្សាសង្គម មុខវិជ្ជាបុរេគណិត និងមុខវិជ្ជាភាសាខ្មែរ**។ ក្រុមការងារ បានសិក្សាប្រមូលដកស្រង់ខ្លឹមសារពីឯកសារពាក់ព័ន្ធចាំបាច់ក្នុងបរិបទប្រទេសកម្ពុជា ប្រៀបធៀបទៅនឹងបរិបទបណ្ដាប្រទេសមួយចំនួនក្នុងតំបន់ ធ្វើការបន្សុំ និងសំយោគ ដើម្បីប្រែក្លាយពីទ្រឹស្តីនៃការអប់រំកុមារតូច ទៅជាវិធីសាស្ត្របង្រៀននិងរៀនជាក់ស្តែងនៅកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សា។ សៀវភៅសិក្សាគោលនេះ បានបង្ហាញនិងលើកឡើងពីទស្សនាទានទូទៅនៃសកម្មភាពបង្រៀននិងរៀននៅកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សា គោលដៅសិក្សាតាមមុខវិជ្ជានីមួយៗ វិធីសាស្ត្របង្រៀននិងរៀន ការរៀបចំបរិស្ថាន សាលា/ថ្នាក់មត្តេយ្យសិក្សា និងវង្វាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សារបស់កុមារ ព្រមទាំងគរុកោសល្យបង្រៀននិងរៀន ដើម្បីឆ្លើយតបសមភាពយេនឌ័ររវាងកុមារីនិងកុមារានៅមត្តេយ្យសិក្សា។

ក្នុងនាមក្រុមការងារបច្ចេកទេសពិនិត្យឡើងវិញ និងកែសម្រួលកម្មវិធីសិក្សាសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា នៃក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា យើងខ្ញុំ សូមសម្តែងនូវកតញ្ញូតាធម៌ដ៏ជ្រាលជ្រៅជូនចំពោះ**ឯកឧត្តមបណ្ឌិតសភាចារ្យ ហង់ជួន ណារ៉ុន** រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ដែលជាមគ្គុទេសក៍ដ៏ឆ្នើម ប្រកបដោយឆន្ទៈមុតស្រួចលើការអនុវត្តយុទ្ធសាស្ត្រកំណែទម្រង់ និងដឹកនាំការអភិវឌ្ឍវិស័យអប់រំ ប្រកបដោយវឌ្ឍនភាពជាបន្តបន្ទាប់ក្នុងចក្ខុវិស័យវែងឆ្ងាយ។ ជាមួយនេះ សូមថ្លែងអំណរគុណយ៉ាងជ្រាលជ្រៅចំពោះបុគ្គលិកអប់រំគ្រប់លំដាប់ថ្នាក់ ដៃគូអភិវឌ្ឍ និងគ្រប់ភាគីពាក់ព័ន្ធទាំងអស់ ជាពិសេសអង្គការ **Plan International** ដែលបានគាំទ្រ និងសម្របសម្រួលការរៀបចំតាក់តែង និងអភិវឌ្ឍសៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា ដ៏មានសារសំខាន់នេះ រហូតសម្រេចបានជាស្ថាពរ។

ក្រុមការងារបច្ចេកទេសពិនិត្យឡើងវិញ
និងកែសម្រួលកម្មវិធីសិក្សាសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សា

គឹម សេដ្ឋានី

មាតិកា

ប្រកាស i
សមាសភាពគណៈកម្មការ ii
បុព្វកថា iv
អារម្ភកថា v
បញ្ជីរូបភាព x
សទ្ទានុក្រម xi
សេចក្តីផ្តើម 1

ជំពូក១
ទស្សនាទាននៃការបង្រៀន និងរៀនមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព

១.១.ទស្សនាទានទូទៅ 3
១.១.១.ចិត្តចលភាពជាអ្វី? 3
១.១.២.ទ្រឹស្តីនៃចិត្តចលភាព 3
១.១.២.១- ចលករតូច 3
១.១.២.២- ចលករធំ 4
១.១.២.៣- ការអភិវឌ្ឍ និងការសម្របសម្រួលរាងកាយ 4
១.១.២.៤ ដំណាក់កាលនៃការរៀនចលនា 5
១.២- ការវិវឌ្ឍខួរក្បាលកុមារ 5
១.៣- ទស្សនៈ និងរបកគំហើញក្នុងបរិបទថ្មី 7
១.៣.១- ចិត្តវិទ្យាអភិវឌ្ឍន៍ 7
១.៣.២- ទ្រឹស្តីគរុកោសល្យ និងអំណះអំណាងគរុកោសល្យ 7
១.៤- អន្តរបញ្ញត្តិចិត្តចលភាពសម្រាប់កុមារ 9
១.៥- អន្តរាគមន៍គ្រប់ជ្រុងជ្រោយសម្រាប់កុមារ 9
១.៥.១- ការអភិវឌ្ឍចលករតូច 10
១.៥.២- ការអភិវឌ្ឍចលករធំ 10
១.៥.៣- យេនឌ័រ និងចិត្តចលភាព 10

ជំពូក២
គោលដៅសិក្សា នៃមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព

២.១- ក្របខ័ណ្ឌអភិវឌ្ឍសមត្ថភាពរបស់កុមារ 12
២.១.១- បំណិនចលករតូច 12
២.១.២- បំណិនចលករធំ និងការរីកចម្រើនរាងកាយ និងចលនា 12
២.២ គោលដៅនៃការរៀនសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករ 12
២.៣- គោលដៅសិក្សា នៃសំណុំសកម្មភាពទាំង៥ 15
២.៣.១- ចលនាមូលដ្ឋាន 15
២.៣.២ . ចលនាចរន្ត 15
២.៣ ៣. ល្បែងចលនា 16

២.៣.៤.ហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន 16
២.៣.៥.ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/ចលនាតាមបទភ្លេង 16
២.៤- ការផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងបរិបទវិទ្យាសាស្ត្រ និងជីវភាពរស់នៅ 17
២.៤.១- ការរៀនបំណិន៣យ៉ាងក្នុងការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករ 17
២.៤.២- ការបណ្ដុះស្មារតីកុមារ 18

ជំពូក៣

វិធីសាស្ត្រអនុវត្តការបង្រៀន និងរៀនមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព

៣.១- សញ្ញាណចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា 19
៣.២- ប្រធានបទ/វិស័យបញ្ញត្តិកម្មរបស់ចិត្តចលភាពនៅកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សា 19
៣.២.១- ចលនាមូលដ្ឋាន 19
៣.២.២- ចលនាចរន្ត 20
៣.២.៣- ល្បែងចលនា 24
៣.២.៤- ហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន 25
៣.២.៥- ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/ ចលនាតាមបទភ្លេង 25
៣.៣- វិធីសាស្ត្របង្រៀនចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា 26
៣.៣.១- វិធីសាស្ត្របង្រៀន 28
៣.៣.២- គោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌល 28
៣.៤- ការគ្រប់គ្រងដំណើរការរៀននិងបង្រៀន 32
៣.៤.១- យុទ្ធសាស្ត្រសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករ 32
៣.៤.១.១- ការប្រើប្រាស់ការបង្រៀនជាក់ស្ដែង 32
៣.៤.១.២- ការប្រើប្រាស់ល្បែង 34
៣.៤.១.៣- ការប្រើប្រាស់កន្លែងហាត់ប្រាណ 36
៣.៤.២. ភាពរីកចម្រើននៃការអនុវត្តចិត្តចលភាព 44

ជំពូក៤

ការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា នៃមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព

៤.១- យន្តការអនុវត្ត 46
៤.១.១- តួនាទី សាលាមត្តេយ្យ ដើម្បីរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា 46
៤.១.២- តួនាទីគ្រូ ក្នុងការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា 47
៤.១.៣- ទីធ្លា(ការរៀបចំទីធ្លាក្រៅថ្នាក់ និងក្នុងថ្នាក់) 48
៤.១.៣.១- ទីធ្លាក្រៅថ្នាក់ 48
៤.១.៣.២- ទីធ្លាក្នុងថ្នាក់ 49
៤.១.៣.៣- ការពិចារណាលើសុវត្ថិភាព 49
៤.២- ការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា 50
៤.៣. ការរៀបចំសម្រាប់សំណុំសកម្មភាព 50
៤.៤- តម្រូវការធនធានសម្ភារៈរូបវ័ន្តសិក្សា 53
៤.៥- គោលការណ៍ ឬបញ្ញត្តិប្រតិបត្តិ 53

៤.៦- ការស្វែងរកការគាំទ្រផ្សេងៗ....54
៤.៦.១. ការគាំទ្រពីមាតាបិតា/អ្នកអាណាព្យាបាល....55
៤.៦.២- ការគាំទ្រពីសហគមន៍ អាជ្ញាធរដែនដី សប្បុរសជន....55

ជំពូក៥

ការពិនិត្យតាមដាន និងវាយតម្លៃ

៥.១- ចំពោះគ្រូ....56
៥.២- ចំពោះកុមារ....56
៥.២.១- ការសង្កេត....56
៥.២.២- ការវាយតម្លៃ....56
៥.២.២.១- ការវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សាប្រចាំថ្ងៃ....57
៥.២.២.២- ការវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សាប្រចាំត្រីមាស....57
៥.២.២.៣- ការវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សាប្រចាំឆ្នាំ....57

ឧបសម្ព័ន្ធ

ឧបសម្ព័ន្ធទី១ ផ្នែកខ្លឹមសារនៃសកម្មភាពគោល....58
ល្បែងចលនាបែបអប់រំបរិយាបន្ន....62
១. ល្បែងការគប់ ឬបោះបាល់....63
២. ល្បែងប្រមៀលបាល់ចូលផ្ទះទន្សាយ....65
៣.ល្បែងបោះបាល់ផ្តួលកូនកើយ....66
៤. ល្បែងកណ្តុរចូលរន្ធ....68
៥.ល្បែងចាក់សោផ្ទះ....70
៦.ល្បែងដោះឡេវ....72
ល្បែងចលនា....75
១- ល្បែង «ប្រណាំងដើរយឺត»....76
២- ល្បែង «ដងទឹកដាក់ដប»....76
៣- ល្បែង «ជិះសេះប្រណាំង»....77
៤- ល្បែង «ធ្វើមនុស្សយន្ត»....78
៥- ល្បែង «បីដកមួយ»....79
៦- ល្បែង «រូបចម្លាក់មានចលនា»....80
៧- ល្បែង «ទន្សាយរត់ចូលទ្រុង»....80
៨- ល្បែង «ហុច និងចាប់បាល់»....81
៩- ល្បែង «បោះបាល់ចូលរង្វង់»....82
១០- ល្បែង «លោតអន្ទាក់»....83
១១- ល្បែង «វារដូចក្តាមប្រណាំងគ្នា»....83
១២- ល្បែង «រត់ដេញចាប់ជើងមួយ»....84

១៣- ល្បែង «ប្រណាំងឡាន» 85
១៤- ល្បែង «ដឹកដៃកូនប្រសារទៅលេងម៉ែក្មេក» 85
១៥- ល្បែង «បោះបាល់/វត្ថុចូលកន្ត្រកប្រណាំងគ្នា» 86
១៦- ល្បែង «ដើរកាន់ទឹកប្រណាំងគ្នា» 87
១៧- ល្បែង «ចាប់កូនខ្លែង» 88
១៨- ល្បែង «បោះបាល់/វត្ថុចូលរាងការេ» 89
១៩- ល្បែង «ដង្កូវវារទៅមុខប្រណាំងគ្នា» 90
២០- ល្បែង « គាបវត្ថុនៅនឹងខ្នងប្រណាំងគ្នា» 90
២១- ល្បែង « គាបវត្ថុនឹងភ្លៅដោយដើរ ឬលោតប្រណាំងគ្នា» 91
ល្បែងចលនាម្រាមដៃ 93
១- ល្បែង « ចាក់ទឹកដូង» 94
២- ល្បែង «ចាក់ឡុកឡាក់ ឬចាក់ជីយ៉ា» 94
៣- ល្បែង «បូតសណ្តែក» 95
៤- ល្បែង «ដំណើរនៃម្រាមដៃ» 96
៥- ល្បែង «ចាក់ក្រឡេក» 97
៦- ល្បែង « ម្រាមដៃនៅឯណា ?» 97
៧- ល្បែង «បាយខុំ» 99
៨- ល្បែង «ផ្ទាត់កៅស៊ូគងគ្នា ឬចាប់គូ» 99
ហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន 101
ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង 106
ឧបសម្ព័ន្ធទី ២
គរុកោសល្យរៀន និងបង្រៀនដើម្បីឆ្លើយតបសមភាពយេនឌ័ររវាងកុមារី និងកុមារានៅមត្តេយ្យសិក្សា 110
ឯកសារពិគ្រោះ 121

បញ្ជីរូបភាព

រូបភាពទី១៖ ការអភិវឌ្ឍកុមារក្នុងកំឡុងពេល១០០០ថ្ងៃដំបូង
រូបភាពទី២៖ ចលនាមូលដ្ឋាន (កុមារបោះបាល់ចូលកន្ត្រក)
រូបភាពទី៣៖ ចលនាមូលដ្ឋាន (សកម្មភាពកុមារវារចូលកង)
រូបភាពទី៤៖ ចលនាចរន្ត(កុមារដើរលើដុំឈើ ដើរលើសម្បកកង់ឡាន ដើរលើបន្ទះក្តារ)
រូបភាពទី៥៖ កុមារចុះជណ្តើរ និងលោតជើងម្ខាង
រូបភាពទី៦៖ កុមារដើរលើបន្ទះខ្សែ និងលោតលើដុំឈើ
រូបភាពទី៧៖ កុមារដើរតាមទិសនៃរាងធរណីមាត្រ និងដើរក្តាម
រូបភាពទី៨៖ កុមារលោតជាមួយកង និងលោតរំលងវត្ថុ
រូបភាពទី៩៖ កុមារដើរលើបន្ទះឈើ កៅអី បន្ទះក្តារ ដើរត្រាប់តាមសត្វជើងបួន
រូបភាពទី១០៖ ល្បែងលាក់កន្សែង និងល្បែងត្រេះបាល់ចូលកន្ត្រក
រូបភាពទី១១៖ ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង
រូបភាពទី១២៖ ហាត់ប្រាណតាមចង្វាក់ភ្លេង
រូបភាពទី១៣៖ ការអនុវត្ត(កុមារលូនចូលក្នុងសម្បកកង់ឡាន)
រូបភាពទី១៤៖ ល្បែងឆត្រយោង
រូបភាពទី១៥៖ ដោតអង្កាំ
រូបភាពទី១៦៖ ចងខ្សែអាវ បិទឡេវអាវ និងចងខ្សែកាបូប
រូបភាពទី១៧៖ ការអនុវត្តសកម្មភាពឡើងនិងចុះកៅអី លោតវាយវត្ថុដែលចងព្យួរ និងលោតអន្ទាក់
រូបភាពទី១៨៖ សកម្មភាពអនុវត្ត កុមាររត់ឆ្លងកាត់ឧបសគ្គ លោតផ្លោះរបង និងរំលងខ្សែគ្រវី
រូបភាពទី១៩៖ សកម្មភាពអនុវត្ត រត់ឆ្លងកាត់ឧបសគ្គ លោតប៉ះវត្ថុដែលចងព្យួរ និងលោតចុះក្រោម
រូបភាពទី២០៖ ការរៀបចំសម្ភារៈ និងទីកន្លែង
រូបភាពទី២១៖ ការរៀបចំបរិស្ថានទីធ្លាក្រៅថ្នាក់
រូបភាពទី២២៖ សកម្មភាពអនុវត្តចលករតូច
រូបភាពទី២៣៖ សម្ភារៈទាក់ទងនឹងចលករធំ
រូបភាពទី២៤៖ រូបភាពឧបសម្ព័ន្ធ

សទ្ទានុក្រម

១. **ចលករ** ៖ សំដៅដល់សកម្មភាពធ្វើចលនា

២. **ស្វយ័ត** ៖ សេរីភាពក្នុងការគ្រប់គ្រងរបស់ខ្លួន, គ្រប់គ្រងដោយខ្លួនឯង

៣. **អឌ្ឍគោល** ៖ ពាក់កណ្តាលនៃគោល (សំដៅដល់អឌ្ឍគោលខួរក្បាល មានពីរគឺអឌ្ឍគោលខួរឆ្វេង និងអឌ្ឍគោលខួរស្តាំ)

៤. **អន្តរបញ្ញត្តិ** ៖ សេចក្តីដែលគេរៀបចំរវាង....(ឧទាហរណ៍៖ អន្តរបញ្ញត្តិចិត្តចលភាព)

៥. **តេស្តសម្មតិកម្ម** ៖ ជាការវាស់វែងសមត្ថភាពនៃការអនុវត្តតាមការសន្មត របស់បញ្ញត្តិចិត្តចលភាព

៦. **វិស័យបញ្ញត្តិកម្ម** ៖ ជាផ្នែកនីមួយៗស្របតាមច្បាប់ដែលអនុវត្តនៅក្នុងចិត្តចលភាព

៧. **បញ្ញត្តិប្រតិបត្តិ** ៖ គឺជាគោលការណ៍អនុវត្តប្រកបដោយច្បាប់នៃចិត្តចលភាព

៨. **ការភ្ញោច** ៖ សំដៅដល់ប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទទាំងមូលដែលប្រតិកម្មទៅរកទិសនៃរំញោច

សេចក្ដីផ្ដើម

បដិវត្តឧស្សាហកម្មទី៤.០ មានក្នុងយុទ្ធសាស្ត្រចតុកោណដំណាក់កាលទី៤ នីតិកាលទី៦របស់រាជរដ្ឋាភិបាល បានផ្ដល់ឱ្យកម្ពុជានូវឱកាសសម្រាប់វិទ្យាសាស្ត្រ និងបច្ចេកវិទ្យា។ នៅក្នុងអាទិភាពនៃការប្រើប្រាស់បច្ចេកវិទ្យានៅក្នុងបំណិនសតវត្សទី២១នេះ ទាមទារឱ្យកម្ពុជាអភិវឌ្ឍ សមត្ថភាពធនធានមនុស្សដោយចាប់ផ្ដើមពីកុមារតូច។ ក្នុងនោះផងដែរ ដើម្បីអភិវឌ្ឍសមត្ថភាពដទៃទៀត ការអភិវឌ្ឍជាអាទិភាពនោះ គឺការអភិវឌ្ឍរូបរាងកាយ។ ដើម្បីអភិវឌ្ឍរូបរាងកាយបានរឹងមាំ កុមារត្រូវការធ្វើចលនា សំដែងចេញនូវអ្វីៗដោយឯកឯងគ្មានការបង្ខិតបង្ខំ។ នៅពេលបានធ្វើចលនាផ្សេងៗតាមចំណង់ និងតម្រូវការរបស់ខ្លួនហើយ កុមារនឹងទទួលបាននូវភាពងាយស្រួលក្នុងការធ្វើចលនារបស់រាងកាយបន្តិចម្ដងៗ ហើយនឹងធ្វើឱ្យកាយវិការផ្សេងៗរបស់ខ្លួនមានភាពកាន់តែជាក់លាក់ឡើងៗ និងអាចឈានទៅត្រួតត្រាលើផ្នែកចលករបានយ៉ាងល្អប្រសើរ។ ក្រៅពីការរីកចម្រើនផ្នែកចលករ កុមាររកឃើញ និងយល់ដឹងពីអ្វីៗដែលនៅជុំវិញខ្លួនតាមរយៈការសម្របសម្រួលនៃវិញ្ញាណទាំងប្រាំ និងដោយសារភាពម្ចាស់ការរបស់ខ្លួនដែលមាន លក្ខណៈប្រសើរឡើងជាលំដាប់ទៅលើចលនាផ្សេងៗដែលខ្លួនធ្វើ។ តាមរយៈការលេងល្បែងផ្សេងៗ កុមារសិក្សាស្វែងយល់ និងស្គាល់ពីរាងកាយរបស់ខ្លួនកាន់តែច្បាស់ ហើយកុមារទទួលបានការសម្របសម្រួលមួយយ៉ាងប្រសើរ លើកាយវិការផ្សេងៗរបស់ខ្លួន។ កុមារហ្វឹកហាត់លើលំនឹងរបស់ខ្លួន។ លូន វត់ ដើរ លោត គឺសុទ្ធសឹងជាកាយវិការដែលផ្ដល់ឱ្យកុមារ អាចក្លាយទៅជាមនុស្សម្នាក់កាន់តែមានភាពប៉ិនប្រសប់ និងរហ័សរហួនថែមទៀត។ នៅពេលដែលកុមារកាន់តែមានភាពរហ័សរហួន កុមារនឹងទទួលបាននូវភាពម្ចាស់ការដ៏ប្រសើរលើរាងកាយ និងវិញ្ញាណទាំង៥របស់ខ្លួន។កុមារនឹងកាន់តែមានសមត្ថភាពចាប់ និងទទួលយកព័ត៌មានពីខាងក្រៅបានកាន់តែច្រើន និងពង្រីកគំនិតកាន់តែសម្បូរបែប និងទូលាយឡើង។ ទាំងនេះហើយ វាមានភាពចាំបាច់បំផុតចំពោះការហាត់រៀនរបស់វ័យកុមារតូច ដែលជាវ័យសំខាន់បំផុត ក្នុងការកសាងនូវមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ និងអភិវឌ្ឍគ្រប់ផ្នែក ទាំងរាងកាយ បញ្ញា ស្មារតី ភាសា សង្គម និងអារម្មណ៍។ ការអភិវឌ្ឍគ្រប់ផ្នែកនេះ ត្រូវមានទំនាក់ទំនងរវាងរូបរាងកាយ និងឥរិយាបថ ផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងបរិស្ថានដែលផ្ដើមឡើងដោយការធ្វើចលនា និងបញ្ញាដើម្បីការលូតលាស់ និងក្លាយជាមនុស្សពេញវ័យ។ ប្រសិនបើកុមារមានការអភិវឌ្ឍបានប្រសើរនោះ កុមារពិតជានឹងទទួលបានលក្ខណសម្បត្តិបានល្អប្រសើរពេញមួយជីវិត។ ដើម្បីទទួលបាននូវលទ្ធផលជាផ្លែផ្កាទាំងនេះ ទាមទារឱ្យអ្នកដែលនៅជុំវិញ និងអ្នកពាក់ព័ន្ធនឹងកុមារទាំងអស់ ត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ជួយពួកគេ ឆ្លើយតបនឹងតម្រូវការ អភិវឌ្ឍពេញលេញនិងគ្រប់ជ្រុងជ្រោយរបស់កុមារ។ ហេតុនេះ ទើបនៅសាលាមត្តេយ្យ បានបង្កើតនូវមុខវិជ្ជាជាច្រើន ដែលជាការត្រៀមបុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់កុមារដើម្បីត្រៀមខ្លួនចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សា។ មុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព ក៏ជាមុខវិជ្ជាមួយក្នុងចំណោមមុខវិជ្ជាទាំង៥នៅមត្តេយ្យសិក្សាផងដែរ។

ការបង្រៀន រៀនចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា មានគោលបំណង ឱ្យកុមារសប្បាយរីករាយក្នុងការសិក្សាស្វែងយល់ និងយល់ដឹងអំពីកាយ លំហ ពេលវេលា ការសម្របសម្រួលចលនាទៅនឹងបរិស្ថានកំណត់បាននូវព្រំដែនចលនានៃរាងកាយ និងកម្លាំង រួមទាំងបទពិសោធន៍ នៃលទ្ធភាពធ្វើចលនារបស់ខ្លួន

ដោយគោរពតាមបុគ្គលភាពរបស់កុមារម្នាក់ៗ។ គោលដៅនៃការសិក្សាចិត្តចលភាព គឺពង្រឹងចលករធំ និង ចលករតូចឱ្យមានភាពរឹងមាំ ដើម្បី ឱ្យកុមារមានលទ្ធភាពទៅសិក្សាមុខវិជ្ជាដទៃទៀតនៅគ្រប់ភូមិសិក្សា។

ចិត្តចលភាពមានសារៈសំខាន់ណាស់ ជួយឱ្យកុមារអាចអនុវត្តមុខងារប្រចាំថ្ងៃដូចជា ដើរ រត់ សម្រាប់បម្លាស់ទី និងបំណិនផ្សេងៗទៀតទាក់ទងនឹងចលនាម្រាមដៃ សម្រាប់បំណិនថែរក្សាខ្លួនប្រាណ ប្រចាំថ្ងៃដូចជាការស្លៀកពាក់ ការគូរ ការកាត់ និងការប្រឈមទប់ទល់នឹងឧបសគ្គជាដើម។ សមត្ថភាព ចិត្តចលភាពក៏មានឥទ្ធិពលលើមុខងារប្រចាំថ្ងៃផ្សេងទៀតដែរ ដូចជា សមត្ថភាពរបស់កុមារក្នុងការរក្សា ឥរិយាបថត្រឹមត្រូវ ការអង្គុយត្រង់ ដើម្បីចូលរួមក្នុងការរៀនដែលជះឥទ្ធិពលដល់ការសិក្សារបស់កុមារ។ នៅមត្តេយ្យសិក្សា ការរៀនចិត្តចលភាពមានវិសាលភាពគ្របដណ្តប់លើថ្នាក់ទាំងបីកម្រិត គឺថ្នាក់កម្រិត ទាប មធ្យម និងខ្ពស់ ហើយក៏មានវិសាលភាពលើការអនុវត្តសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃរបស់កុមារតូចនៅតាមផ្ទះ ផងដែរ។ ការបង្រៀនកុមារលើបំណិនចិត្តចលភាព គឺជាមូលដ្ឋានគ្រឹះ ឈានទៅរកការអភិវឌ្ឍបំណិនរឹង គឺការប្រើប្រាស់ចលនាសរុបនៃរាងកាយ គឺចលករធំ និងចលករតូច ដើម្បីឈានទៅអនុវត្តសកម្មភាពប្រចាំ ថ្ងៃ និងការសិក្សានូវមុខវិជ្ជាផ្សេងៗគ្រប់ភូមិសិក្សា។ បើមិនមានការត្រៀម និងការហ្វឹកហាត់ឱ្យត្រឹមត្រូវ តាមក្បួនខ្នាតទេ រាងកាយរបស់កុមារនឹងមិនអភិវឌ្ឍនស្របនឹងកម្រិតអាយុ ហើយការអភិវឌ្ឍផ្នែករូបរាង កាយ និងសុខភាពរបស់កុមារក៏មិនពេញលេញ និងគ្រប់ជ្រុងជ្រោយដែរ។ ហេតុនេះ នៅមត្តេយ្យសិក្សា ចិត្តចលភាពដើរតួនាទីយ៉ាងសំខាន់សម្រាប់ការពង្រឹងរាងកាយ សុខភាព ចំណេះដឹង សង្គម អារម្មណ៍ និងភាសា រួមចំណែកឆ្លើយតបនឹងគោលដៅអភិវឌ្ឍន៍ប្រកបដោយចីរភាព ត្រង់ចំណុច៤.២ ដែលចែងថា "ត្រឹមឆ្នាំ២០៣០ ធានាថាកុមារី និងកុមារាទាំងអស់ ទទួលបានការអប់រំកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សា ការថែរក្សា ការអភិវឌ្ឍកុមារតូចប្រកបដោយគុណភាព ដូច្នេះពួកគេត្រៀមខ្លួនជាស្រេចសម្រាប់ការអប់រំកម្រិតបឋម សិក្សា"។

ជំពូក១

ទស្សនាទាននៃការបង្រៀន និងរៀន

មុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព

ជំពូក១ ទស្សនាទាននៃការបង្រៀន និងរៀនមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព

១.១.ទស្សនាទានទូទៅ

១.១.១.ចិត្តចលភាពជាអ្វី?

ចិត្តចលភាព គឺជាសមត្ថភាពរៀនដែលធ្វើឱ្យមានលទ្ធផលនៃចលនាដែលបានកំណត់ជាមុន ជាមួយនឹងភាពជាក់លាក់។ ការរៀនចិត្តចលភាព គឺជាការផ្លាស់ប្តូរ នៃសមត្ថភាពក្នុងការអនុវត្តបំណិន ដែលជាលទ្ធផលនៃការអនុវត្តឬបទពិសោធន៍។ ការអនុវត្តឥតឈប់ឈរ នៃចលករធំ ចលករតូច ជាក់លាក់មួយនឹងនាំឱ្យមានដំណើរការប្រសើរឡើងយ៉ាងខ្លាំង នៃចលកររាងកាយ ប៉ុន្តែមិនមែនចលនាទាំងអស់សុទ្ធតែជាចិត្តចលភាពនោះទេ។ គ្រប់ការសំដែងចេញនូវចលនាទាំងអស់ អាស្រ័យដោយមាន ទំនាក់ទំនងយ៉ាងសំខាន់បំផុត និងមិនអាចខ្វះបានទៅនឹងខួរក្បាល និងសមត្ថភាពបញ្ញារបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ។

នៅសាលាមត្តេយ្យ ការរៀនចិត្តចលភាព មិនសង្កត់ធ្ងន់តែទៅលើលទ្ធផលខាងរាងកាយ ឬលើលំនាំនៃការហាត់រៀនចលនាប៉ុណ្ណោះទេ តែត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ ទៅលើរាងកាយ លំហ និងពេលវេលា។ ពោលគឺការស្វែងយល់ និងការយល់ដឹងពីរាងកាយ ពីព្រំដែនរបស់ខ្លួនទៅលើការដកបទពិសោធន៍លទ្ធភាពរបស់ខ្លួនដោយយកចិត្តទុកដាក់ទៅលើបរិស្ថាន ហើយក៏មានទំនាក់ទំនងជាមួយការអប់រំកាយ និងកីឡានៅសាលាបឋមសិក្សា ភូមិសិក្សាដទៃទៀត និងលំហាត់ប្រាណប្រចាំថ្ងៃផងដែរ ។

១.១.២.ទ្រឹស្តីនៃចិត្តចលភាព

ចិត្តចលភាពគឺជាចលនា និងសកម្មភាពរបស់សាច់ដុំ ។ កាលណានិយាយពីចិត្តចលភាព គឺគេគិតទៅដល់ ចលករតូច និងចលករធំ ការអភិវឌ្ឍ និងការសម្របសម្រួលនៃរាងកាយ។

១.១.២.១ ចលករតូច

ចលករតូច តម្រូវឱ្យប្រើសាច់ដុំតូចៗដើម្បីធ្វើចលនា ដោយប្រើ កដៃ ម្រាមដៃ ជើង ម្រាមជើង។ ការងារទាំងនេះមានលក្ខណៈជាក់លាក់ដូចក្នុងធម្មជាតិ ដូចជាលេងព្យ៉ាណូ, ការសរសេរដោយប្រុងប្រយ័ត្ន, និងចលនាស្រាលៗ។ ចលនានេះ ទាមទារឱ្យមានការប្រើប្រាស់ជាប្រចាំ ជាទូទៅមានការបាត់បង់នូវចលករ តូចក្នុងរយៈពេលដែលមិនបានប្រើប្រាស់។ ជាទូទៅ ចលករតូចត្រូវបានបាត់បង់ច្រើនជាងចលករធំ។ ចលករតូចអាចក្លាយជាចុះខ្សោយដោយហេតុផលមួយចំនួន។ សម្រាប់ការចុះខ្សោយអាចជា៖ ការរងរបួស, ជំងឺដាច់សរសៃឈាមខួរក្បាល, ការខូចទ្រង់ទ្រាយពីកំណើត, ជំងឺខួរក្បាល និងពិការភាពនៃការលូតលាស់។ បញ្ហាខួរក្បាលខួរឆ្អឹងខ្នង, សរសៃប្រសាទ, គ្រឿងសាច់ដុំឬសន្លាក់ក៏អាចជះឥទ្ធិពលដល់ចលករតូច និងបន្ថយការគ្រប់គ្រងបានដែរ។ ការប្រើប្រាស់ចលករតូច នៅមត្តេយ្យសិក្សា ភាគច្រើន ផ្តោតលើចលនាម្រាមដៃ។ ការហ្វឹកហាត់ចលនាម្រាមដៃនេះ បានជំរុញឱ្យកុមារមានភាពប៉ិនប្រសប់ និងរឹងមាំលើការប្រើប្រាស់ម្រាមដៃកាន់តែប្រសើរឡើង ហើយឈានទៅរកការសរសេរ ការគូសវាស ការគូរ ការកាត់ ការត្បាញ ក្រង សូនរូប ឬការចាប់កាន់ ទប់លំនឹងវត្ថុ ដោយមិនកំពប់។ ហេតុនេះការរៀនចិត្តចលភាពសម្រាប់ចលករតូច គឺដើម្បីពង្រឹង ចលនាម្រាមដៃឱ្យមានភាពរឹងមាំ ឈានទៅអនុវត្តសកម្មភាពផ្សេងៗ លើមុខវិជ្ជាភាសាខ្មែរ (បុរេសំណេរ) សិក្សាសង្គម (សកម្មភាពកសាង) និងមុខវិជ្ជាដទៃទៀត ព្រមទាំងតម្រូវការក្នុងជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ ដែលត្រូវការប្រើប្រាស់ចលនាតូចៗ។

១.១.២.២ ចលករធំ

ចលករធំ គឺជាការធ្វើចលនារាងកាយទាំងមូល ពាក់ព័ន្ធនឹងសាច់ដុំធំ សាច់ដុំតូច នៃរាងកាយដើម្បីបំពេញមុខងារប្រចាំថ្ងៃដូចជាឈរ ដើរ រត់ លោត អង្គុយ ការទប់លំនឹង និងការលូន ។ ចលករធំក៏មានបំណិនសម្របសម្រួលដៃផងដែរ ដូចជា បំណិនលេងបាល់ (បោះបាល់ ចាប់បាល់ទាត់) ការជិះកង់ និងហែលទឹកជាដើម។ ភាគច្រើន នៃការអភិវឌ្ឍចលករធំ ច្រើនកើតឡើងក្នុងវ័យកុមារភាព។ កម្រិតនៃការអនុវត្តចលករធំនេះ អភិវឌ្ឍទៅបានអាស្រ័យលើការប្រើប្រាស់វា។ ប្រសិនបើមិនបានប្រើប្រាស់ទេវានឹងមិនមានការអភិវឌ្ឍទេ។

ចលករធំ អាចបែងចែកជាពីរក្រុមតូចៗទៀតគឺ **បំណិនបម្លាស់ទី** ដូចជា៖ រត់ លោត រំអិល ហែលទឹក និងចលនា **បំណិនត្រួតពិនិត្យគោលដៅ** ដូចជាបោះ ចាប់ និងទាត់។

១.១.២.៣- ការអភិវឌ្ឍ និងការសម្របសម្រួលរាងកាយ

ការអភិវឌ្ឍចិត្តចលភាព អាចរីកចម្រើននៅក្នុងផ្នែកផ្សេងៗនៃរាងកាយ តាមរយៈការសម្របសម្រួលរាងកាយ និងតាមគោលការណ៍ចំនួន៣គឺ៖

- ***ការអភិវឌ្ឍពីក្បាលដល់ជើង៖*** ក្បាលមានការរីកចម្រើនលឿនជាងដៃ។ ស្រដៀងគ្នានេះដែរ ការសម្របសម្រួលដៃមានការរីកចម្រើនមុនការសម្របសម្រួលជើង និងម្រាមជើង។

ឧទាហរណ៍៖ ទារក អាចធ្វើតាមអ្វីមួយដោយភ្នែកមុនពេលពួកគេអាចប៉ះឬចាប់យកវាបាន។

- ***ចលនានៃអវយវៈ*** ចលនានៃអវយវៈដែលជិតដងខ្លួន អភិវឌ្ឍមុនផ្នែកដែលនៅឆ្ងាយ។

ឧទាហរណ៍៖ ទារករៀនគ្រប់គ្រងស្មាមុនដៃ ឬម្រាមដៃ ចលនាម្រាមដៃល្អគឺជាការវិវត្តចុងក្រោយនៅក្នុងខ្លួន។

- ***លំនាំសរុបជាក់លាក់៖*** ការអភិវឌ្ឍចលនាសាច់ដុំធំ មុនចលនាសាច់ដុំតូច។

ឧទាហរណ៍៖ កុមារម្នាក់អាចចាប់យកវត្ថុធំៗ បន្ទាប់មកទៅចាប់យកវត្ថុដែលតូចនៅចន្លោះមេដៃ និងម្រាមដៃ ការធ្វើចលនាមុនដំបូងពាក់ព័ន្ធនឹងក្រុមសាច់ដុំធំ នៅពេលកុមារលូតលាស់ចលនាល្អជាងមុន គេអាចធ្វើអ្វីដែលជាក់លាក់បាន។

ចំពោះកុមាររយៈពេលដ៏សំខាន់សម្រាប់ការទទួលបានចលករ គឺកុមារនៅថ្នាក់មត្តេយ្យអាយុ៣-៥ឆ្នាំរចនាសម្ពន្ធដែលជាគ្រឹះនៃប្រព័ន្ធប្រសាទបង្ហាញពីការអភិវឌ្ឍគួរឱ្យចាប់អារម្មណ៍ ការគិតចងក្រងទុកឱ្យបានល្អ។ កត្តាជាច្រើនរួមចំណែកដល់កុមារអភិវឌ្ឍចលកររបស់ពួកគេ។ លើកលែងតែការរងទុក្ខ និងភាពពិការធ្ងន់ធ្ងរ ដែលត្រូវបានគេរំពឹងថា នឹងអភិវឌ្ឍសមត្ថភាពចលនាមូលដ្ឋាន និងចលករទាប។ ការអភិវឌ្ឍចលករមានការរីកចម្រើនជា៧ដំណាក់កាលពេញមួយជីវិតរបស់មនុស្សម្នាក់ៗគឺការឆ្លុះបញ្ចាំងគ្រឹះបំណិនកីឡា ការលូតលាស់ ការកែលម្អ ការអនុវត្តដល់កំពូល និងការតម្រង់។ ការអភិវឌ្ឍ គឺទាក់ទងនឹងអាយុ តែមិនមែនទាំងអស់នោះទេ។ ចំពោះអាយុត្រូវបានគេមើលឃើញថា ការអភិវឌ្ឍធម្មតានឹងទទួលបានចលករធំ ដែលត្រូវបានប្រើ សម្រាប់ការត្រួតពិនិត្យមុខងារ និងការផ្លាស់ទីតាមលំដាប់លំដោយ រហូតដល់កុមារអាយុ៥ឆ្នាំ។

១.១.២.៤ ដំណាក់កាលនៃការរៀនចលនា

ការរៀនពីចលនា គឺជាការផ្លាស់ប្តូរមួយដែលបណ្តាលមកពីការអនុវត្តជាក់ស្តែង។ ជារឿយៗ វាពាក់ព័ន្ធនឹងការកែលម្អភាពត្រឹមត្រូវនៃចលនាទាំងសាមញ្ញ និងស្មុគស្មាញនៅពេលដែលមានការផ្លាស់ប្តូរបរិយាកាសរបស់មនុស្សម្នាក់។ ម្យ៉ាងទៀត វាជាបំណិនអចិន្ត្រៃយ៍ដែលមានសមត្ថភាពក្នុងការឆ្លើយតបសមស្របត្រូវបានទទួល និងរក្សាទុក។ ដំណាក់កាលនៃការរៀនចលនាមានបីដំណាក់កាល គឺដំណាក់កាលយល់ដឹង ដំណាក់កាលផ្សារភ្ជាប់ និងដំណាក់កាលស្វយ័ត។

- **ដំណាក់កាលយល់ដឹង៖**

ជាដំណាក់កាលគិតជាបឋមចាប់ផ្តើមជាមួយ«អ្វីដែលត្រូវធ្វើ»សកម្មភាពនៃការយល់ដឹងដែលត្រូវបានពិចារណាត្រូវបានទាមទារដើម្បីឱ្យអ្នកសិក្សាអាចកំណត់យុទ្ធសាស្ត្រសមស្របដើម្បីឆ្លុះបញ្ចាំងឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ នូវគោលដៅដែលចង់បាន។ យុទ្ធសាស្ត្រល្អត្រូវបានរក្សាទុក ហើយយុទ្ធសាស្ត្រ មិនមានប្រសិទ្ធភាពត្រូវបានបោះបង់ចោល។ ការអនុវត្តត្រូវបានធ្វើឱ្យបានប្រសើរយ៉ាងខ្លាំងក្នុងរយៈពេលខ្លី។

ឧទាហរណ៍៖ ធ្វើចលនាតាមរឿងនិទាន អំពីមេមាន់នាំកូនទៅរកចំណី៖ កុមារស្តាប់ការណែនាំរបស់គ្រូ បន្ទាប់មកគេកំណត់ក្នុងចិត្តថា តើត្រូវធ្វើចលនាបែបណា ដើម្បីឱ្យត្រូវនឹងសាច់រឿង ដូចជា សកម្មភាពលោតរំលងអូរ សកម្មភាពរើសដុំឈើចេញពីផ្លូវគប់ទៅក្រៅ...

- **ដំណាក់កាលផ្សារភ្ជាប់៖**

ដំណាក់កាលនេះ បានកំណត់វិធីដែលមានប្រសិទ្ធភាពបំផុតក្នុងការបំពេញភារកិច្ច ហើយចាប់ផ្តើមធ្វើការកែសម្រួលក្នុងការអនុវត្ត។ ការកែលម្អកាន់តែច្រើនឡើងៗបន្តិចម្តងៗ ហើយចលនាកាន់តែមានភាពស៊ីសង្វាក់គ្នា។ ដំណាក់កាលនេះ អាចមានរយៈពេលយូរ និងមានភាពស្ទាត់ បំណិនប្រសិទ្ធភាព និងសោភណភាព។

ឧទាហរណ៍៖ បន្ទាប់ពីកុមារស្តាប់ការណែនាំរបស់គ្រូរួចហើយ កំណត់បានសកម្មភាពនៅក្នុងចិត្តបានហើយ គេក៏យកសកម្មភាពនោះមកអនុវត្ត..........

- **ដំណាក់កាលស្វយ័ត**

ដំណាក់កាលនេះ ត្រូវបានគេដាក់ឈ្មោះថា«ស្វយ័ត»ពីព្រោះអ្នកអនុវត្តឥឡូវ អាចបំពេញភារកិច្ចបានដោយស្វ័យប្រវត្តិដោយមិនចាំបាច់យកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការអនុវត្ត។

ឧទាហរណ៍៖ ការដើរ ការនិយាយ..

មុននឹងផ្សារភ្ជាប់ទ្រឹស្តី ទៅនឹងការអនុវត្តចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា គ្រូគប្បីសិក្សាពីទ្រឹស្តីគរុកោសល្យមួយចំនួន ដែលទាក់ទងនឹងគ្រឹះវិទ្យាសាស្ត្រ និងអំណះអំណាងគរុកោសល្យមួយចំនួនផងដែរ ដើម្បីឱ្យស្របនឹងកម្រិតអាយុរបស់កុមារ រួមផ្សំនឹងការអនុវត្តគ្រប់ជ្រុងជ្រោយ។

១.២- ការវិវឌ្ឍខួរក្បាលកុមារ

៨៥% នៃការអភិវឌ្ឍខួរក្បាល កើតមានអំឡុងរយៈពេល១០០០ថ្ងៃដំបូងនៃជីវិតកុមារហើយ ការរីកចម្រើនយ៉ាងឆាប់រហ័សនេះ បន្តមានរហូតដល់អាយុ៦ឆ្នាំ។

រូបភាពទី១៖ ការអភិវឌ្ឍកុមារក្នុងកំឡុងពេល១០០០ថ្ងៃដំបូង

គុណភាពនៃការថែទាំ ដែលកុមារទទួលបានអំឡុងពេលពីរ បីឆ្នាំដំបូង រួមមានការថែទាំសុខភាព អាហារូបត្ថម្ភ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងសង្គម ការភ្ញោច ការអប់រំមុនចូលសាលារៀន ការអប់រំនៅទារកដ្ឋាន ការអប់រំនៅសាលាមត្តេយ្យសិក្សារដ្ឋ ឬមត្តេយ្យសិក្សាសហគមន៍ នឹងមានឥទ្ធិពលយូរអង្វែងដល់ខួរក្បាលកុមារ។

ការរៀនសូត្រគឺមានតាំងពីកំណើតមកម្ល៉េះ។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយសង្គម និងការភ្ញោចដ៏សកម្មដល់កុមារបានទាន់ពេលវេលា តាមអាយុកាល គឺជាអាហារដ៏សំខាន់សម្រាប់ការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលកុមារ។ វាប្រៀបដូចជាការផ្ដល់ចំណីអាហារដល់កុមារដូច្នោះដែរ។ ការភ្ញោចគឺមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍខួរក្បាល។ការនាំកុមារតូចធ្វើចលនា គឺជាការភ្ញោចដ៏សំខាន់ សម្រាប់កុមារក្នុងវ័យនេះ។

ការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលនិងប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទ ក្នុងវ័យកុមារភាពក៏នៅតែបន្តកើតមានគួរឱ្យកត់សម្គាល់ដែរ។ ការលូតលាស់ខួរក្បាល និងប្រព័ន្ធប្រសាទកាន់តែប្រសើរឡើង គឺឥរិយាបថ និងការយល់ដឹងកាន់តែស្មុគស្មាញ ដែលធ្វើឱ្យកុមារកាន់តែមានសមត្ថភាព។

ខួរក្បាលមានពីរផ្នែក គឺអឌ្ឍគោលខួរខាងឆ្វេង និងអឌ្ឍគោលខួរខាងស្ដាំ។ អឌ្ឍគោលខួរទាំងពីរមានការរីកចម្រើនក្នុងអត្រាផ្សេងៗគ្នា ដោយអឌ្ឍគោលខាងឆ្វេងមានការរីកចម្រើនយ៉ាងពេញលេញ ក្នុងវ័យកុមារភាព(អាយុ២ទៅ៦ឆ្នាំ) អឌ្ឍគោលនេះ មានផ្ទុកជាពិសេសគឺភាសា ការសរសេរ និងបំណិនគណិតវិទ្យា...។ រីឯសមត្ថភាពផ្នែកច្នៃប្រឌិត ផ្នែកសិល្បៈ តន្ត្រី ឬមុខងារនៃការប្រើប្រាស់រាងកាយ ច្រើនស្ថិតនៅអឌ្ឍគោលខាងស្ដាំ។ តែទោះជាអឌ្ឍគោលទាំងពីរមានមុខងារផ្សេងៗគ្នាក៏ដោយ ក៏ម៉ាសនៃខួរក្បាលទាំងពីរ តែងតែសម្របមុខងាររបស់ខ្លួន ហើយធ្វើការជាមួយគ្នា។ ទិដ្ឋភាពមួយទៀតនៃការអភិវឌ្ឍខួរក្បាល គឺការប្រើដៃ ឬចំណង់ចំណូលចិត្តក្នុងការប្រើដៃម្ខាង។ ក្នុងពេលនេះ ត្រូវបង្កើនការយកចិត្តទុកដាក់ពង្រឹងសមត្ថភាពលើការប្រើដៃម្ខាងនេះ ដើម្បីឱ្យមានភាពរឹងមាំ។ ប្រជាជនទូទៅ ប្រហែល៩០% ច្រើនប្រើដៃស្ដាំ។ ការបង្ខំ ឬដាក់ទណ្ឌកម្មឱ្យប្រើដៃម្ខាងណាមួយនោះ ដែលគេមិនមានចំណង់ចំណូលចិត្ត គឺជាការបំបាក់ស្មារតីធ្វើឱ្យកុមារវង្វេងវង្វាន់ក្នុងពេលប្រើដៃ។ ជាធម្មតាការកាន់ដៃស្ដាំត្រូវបានផ្សារភ្ជាប់ជាមួយឥទ្ធិពលខាងស្ដាំនៃខួរក្បាល និងប្រើដៃឆ្វេង ដោយឥទ្ធិពលខួរក្បាលខាងស្ដាំ។ ទោះជាខួរក្បាលមានអឌ្ឍគោលពីរផ្សេងគ្នា ក៏ខួរក្បាលត្រូវបានបែងចែកជាផ្នែកផ្សេងៗ និងមានមុខងារផ្សេងៗគ្នាដែរ។ ក្នុងចំណោម

ផ្នែកផ្សេងៗនៃខួរក្បាល មានផ្នែកមួយដែលហៅថាខួរតូច ហើយមានមុខងារទទួលខុសត្រូវចំពោះចលនា។ ខួរតូច គឺជាផ្នែកបន្ថែមនៃខួរក្បាលដែលមានសារៈសំខាន់សម្រាប់ចិត្តចលភាព។ ខួរតូចគ្រប់គ្រងចលករតូចក៏ដូចជាតុល្យភាព និងការសម្របសម្រួល។

១.៣- ទស្សនៈ និងរបកគំហើញក្នុងបរិបទថ្មី

១.៣.១- ចិត្តវិទ្យាអភិវឌ្ឍន៍

កុមារអាយុពី៣ដល់៦ឆ្នាំ គឺជាវ័យកុមារភាពដំបូង ឬឆ្នាំនៃមត្តេយ្យសិក្សា។ វ័យនេះ កុមាររីកលូតលាស់ឆាប់រហ័សទាំងរូបរាងកាយ និងបញ្ញា ស្មារតី រួមនឹងការយល់ដឹង។ ការបង្ហាញជាពិសេសក្នុងវ័យកុមារភាពគឺជាការពិតដែលថា ការអភិវឌ្ឍត្រូវបានរួមបញ្ចូលយ៉ាងពិតប្រាកដ គឺការផ្លាស់ប្តូរជីវសាស្ត្រ ចិត្តសាស្ត្រ និងសង្គម បានកើតឡើងនៅពេលនេះ ក៏ដូចពេញមួយជីវិត និងមានទំនាក់ទំនងគ្នាទៅវិញទៅមក។ ទោះជាមានការរីកលូតលាស់ឆាប់រហ័សយ៉ាងនេះក៏ដោយ ក៏មានការយឺតយ៉ាវផងដែរ។ ឥទ្ធិពលសំខាន់មួយចំនួនលើការអភិវឌ្ឍរាងកាយនិងសុខភាព ធ្វើឱ្យកុមារផ្លាស់ប្តូររាងកាយ។ កុមារបាត់បង់ខ្លាញ់ដែលមានតាំងពីនៅជាទារក ក្នុងអាយុប្រហែល៣ឆ្នាំ។ កុមារនៅអាយុនេះ ឆាប់ទទួលនូវភាពស្គមស្គាំង អវយវៈរបស់កុមារលូតលាស់កាន់តែវែង ហើយសាច់ដុំពោះបង្កើតបានជាការរឹតបន្តឹងរូបរាងរបស់ក្រពះ។ ក្នុងដំណាក់កាលដំបូងនៃជីវិតនេះ កុមារាមានម៉ាសសាច់ដុំច្រើនជាងកុមារី។ សមាមាត្ររាងកាយរបស់កុមារនៅកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សាក៏បន្តផ្លាស់ប្តូរផងដែរ នូវក្បាលរបស់ពួកគេ ដោយក្បាលនៅបន្តការធំ ប៉ុន្តែតូចជាងកាលពួកគេនៅចេះដើរតេះតះ ។ កុមារអាយុ៣ឆ្នាំ អាចនឹងមានកម្ពស់ប្រហែល ០.៩៦ម៉ែត្រ និងទម្ងន់ស្មើនឹង១៤.៤៩គីឡូក្រាម។ ក្នុងរយៈពេល៣ឆ្នាំទៅមុខទៀត កុមារដែលមានសុខភាពល្អ លូតលាស់បន្ថែមកម្ពស់១.០១ម៉ែត្រទៅ១.០៤ម៉ែត្រ និងទម្ងន់ស្មើនឹង១៦.៣គីឡូក្រាម ទៅ១៧.២១គីឡូក្រាម។ នៅអាយុ៦ឆ្នាំកុមារអាចនឹងមានកម្ពស់ប្រហែល ១.១៦ម៉ែត្រ និងទម្ងន់ស្មើនឹង២០.៨៣គីឡូក្រាម។ ជាការពិត តួលេខទាំងនេះគឺជាមធ្យមភាគ និងជាភាពខុសគ្នារបស់កុមារ អាស្រ័យលើស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ច សង្គម អាហារូបត្ថម្ភ សុខភាព និងកត្តាតំណពូជ។

១.៣.២- ទ្រឹស្តីគរុកោសល្យ និងអំណះអំណាងគរុកោសល្យ

តាមការស្រាវជ្រាវវិទ្យាសាស្ត្រ គេអាចទទួលបានអំណះអំណាងមូលដ្ឋានផ្នែកគរុកោសល្យខ្លះៗទៅលើចំណេះដឹងវិទ្យាសាស្ត្រនានាថែមទៀតលើអំណះអំណាងមុនៗ។ ព័ត៌មានវិទ្យាសាស្ត្រនេះអាចឱ្យគេយល់យ៉ាងច្បាស់អំពីការលូតលាស់ប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទ (ខួរក្បាល និងសរសៃ) ក្នុងដំណាក់កាលដំបូងនៃជីវិតរបស់កុមារ។ ក្នុងវ័យកុមារតូច មានបាតុភូតពិសេសក្នុងការប្តូររូបរាង។ បាតុភូតនេះ មានឥទ្ធិពលទៅលើរបៀបចំ ការទទួលអារម្មណ៍ ការវិភាគ ការយល់ ការគ្រាប់តាមសកម្មភាពនានា។ ក្នុងការផ្លាស់ប្តូរនេះ គេគិតលើកត្តាពីរគឺ ភាពទុំខាងរាងកាយ និងភាពទុំខាងសរសៃប្រសាទ។ មានន័យថា កាលណាគេនិយាយពីរាងកាយ គឺគេអាចមើលឃើញនិងវាស់វែងបាន *ឧទាហរណ៍៖* កុមារ ខ្វះអាហារូបត្ថម្ភ។ រីឯភាពទុំខាងសរសៃប្រសាទ គឺជាសញ្ញាណដែលគេមិនអាចមើលឃើញ បានច្បាស់លាស់ឡើយ ប៉ុន្តែគេអាចមើលឃើញភាពទុំនេះតាមរយៈសកម្មភាព និងឥរិយាបថរបស់កុមារ។

ល្បឿននៃការលូតលាស់មានសភាពខុសគ្នាទៅតាមវ័យនិងក្រោមឥទ្ធិពលនៃរបបអាហារ

អនាម័យ សុខភាព និងមជ្ឈដ្ឋានដែលនៅជុំវិញកុមារ។ ហើយក្នុងអាយុកុមារតូចនេះដែរ គេដឹងថា សរីរៈកោសិការស្ថិតនៅក្នុងដំណាក់កាលលូតលាស់យ៉ាងពេញទំហឹង និងប្រកបដោយគ្រោះថ្នាក់ដោយ សារមានការប៉ះទង្គិចមកពីមជ្ឈដ្ឋានខាងក្រៅ។ បានសេចក្តីថា សរីរៈទាំងឡាយរបស់កុមារក្រោមអាយុ៦ឆ្នាំ ជាសរីរៈដែលទទួលការជំរុញពីមជ្ឈដ្ឋានខាងក្រៅ។ ហេតុនេះ អ្នកទទួលបន្ទុកការអប់រំកុមារតូច ទោះក្នុងគ្រួសារក្តី ក្នុងទារកដ្ឋានក្តី ឬក្នុងសាលាមត្តេយ្យក្តី និងអ្នកពាក់ព័ន្ធ ត្រូវតែមានទំនួលខុសត្រូវ។

គេអាចអប់រំកុមារតូច នៅពេលដែលខួរក្បាល និងប្រព័ន្ធប្រសាទកំពុងតែមានការលូតលាស់។ ពេលនោះ កុមារកំពុងតែប្រុងប្រៀបខ្លួនយ៉ាងសកម្មក្នុងការអភិវឌ្ឍ**សកម្មភាព**របស់គេ។ ពាក្យថា "**សកម្មភាព**" មានន័យថា ការធ្វើចលនា ឬធ្វើអំពើដែលជំរុញឱ្យធ្វើសកម្មភាព។

អ្នកដឹកនាំសកម្មភាពជាមួយកុមារតូច ត្រូវចេះរៀបចំសកម្មភាពឱ្យស្របនឹងអាយុ និងការលូតលាស់ទាំងរូបរាងកាយ និងប្រព័ន្ធប្រសាទ។ សកម្មភាពអាចជា៖

- សកម្មភាពដែលមានហេតុផល
- សកម្មភាពផ្តល់ផលប្រយោជន៍អ្វីមួយ
- សកម្មភាពមិនងាយស្រួលពេក ឬលំបាកពេក
- សកម្មភាពសេរី ឬជាសកម្មភាពដែលមនុស្សធំជាអ្នកផ្តល់ឱ្យ
- សកម្មភាពដែលស្របនឹងសមត្ថភាពរបស់កុមារ
- សកម្មភាពដែលកុមារអាចប្រើគ្រប់មធ្យោបាយដែលខ្លួនគេមាន ដើម្បីឱ្យគេមានឱកាស ប៉ះ ស្ទាប មើល រិះរក ចុចគន្លឹះ បញ្ចេញមនោសញ្ចេតនា ស្តាប់ និយាយ ធ្វើ។ល។

តើសញ្ញាណអ្វីខ្លះ ដែលអាចឱ្យដឹងថា កុមារម្នាក់ជាក្មេងសកម្ម?

គេអាចហៅថាកុមារម្នាក់សកម្មបាន លុះត្រាតែកុមារនោះមានការយកចិត្តទុកដាក់ទៅលើរបស់អ្វីមួយដែលនៅជុំវិញខ្លួនគេ និងមានភាពរីករាយនឹងអំពើដែលគេបានធ្វើផ្ទាល់ បានបង្ហាញគំនិតខ្លួន បានទទួលការជាសតឿនទាំងខាងបរិមាណ និងគុណភាព។ បានន័យថា គេជាម្ចាស់សកម្មភាព។ការបង្ខំកុមារឱ្យធ្វើអ្វីមួយដែលគេមិនចង់ មិនអាចឱ្យគេទទួលផលបានល្អឡើយ។ មនុស្សធំដែលនៅជុំវិញកុមារ ត្រូវរិះរកគ្រប់មធ្យោបាយ និងបង្កើតសកម្មភាពសមស្រប ឱ្យត្រូវនឹងចំណង់របស់កុមារសម្រាប់ឱ្យកុមារអនុវត្តសកម្មភាព។ ពេលនោះកុមារនឹងក្លាយជាកុមារសកម្ម។ គួរចងចាំថា បើចង់ឱ្យកុមារមានសកម្មភាព មនុស្សធំមិនគួរធ្វើសកម្មភាពច្រើនជាងកុមារទេ ហើយបើចង់ឱ្យកុមារក្លាយជាកុមារសកម្ម គេមិនអាចរង់ចាំកុមារអាយុ៦ទៅ៧ឆ្នាំទើបធ្វើសកម្មភាពនោះទេ ព្រោះថា ខួរក្បាលផលិតខ្នែងបន្តសរសៃប្រសាទ ក៏បង្កើតសារជាតុស្រោបសរសៃប្រសាទមានដំណើរយឺតដែរ។

សកម្មភាពរបស់កុមារមាន ដើរ លូន វារ លោត...។សកម្មភាពខ្លះ កុមារអាចទទួលបាន ឬមិនអាចទទួលបាន។ មានលំហាត់អប់រំកាយខ្លះកុមារអាចធ្វើបាន ប៉ុន្តែវានឹងអសារឥតការទៅវិញ ប្រសិនបើកុមារមិនបានរៀបចំខ្លួននិងធ្វើលំហាត់នោះទេ។ សកម្មភាពនៃអ្នកអប់រំទាំងឡាយ អាចមានលទ្ធផលវិជ្ជមានក្នុងការពង្រីកលទ្ធភាព បើជាការអប់រំសកម្មភាពរបស់គេ ស្របទៅតាមកាលៈទេសៈ។ ប៉ុន្តែ បើការអប់រំសកម្មភាពមិនស្របនឹងកាលៈទេសៈទេ គេនឹងទទួលបានលទ្ធផលអវិជ្ជមាន។ហេតុនេះហើយ គេមិនត្រូវបង្ខំកុមារឱ្យអនុវត្តសកម្មភាព មិនស្របនឹងអាយុដែលអាចចាប់យកបាន និងមិនស្របនឹងកាលៈទេសៈ

នោះទេ។

ដូចនេះ អ្នកអប់រំ គួរតែផ្តល់ឱ្យកុមារនូវទង្វើទាំងឡាយណាដែលនាំឱ្យកុមារមានចំណាប់អារម្មណ៍ និងទង្វើទាំងឡាយណាដែលប្រកបដោយបរិមាណ និងគុណភាពស្របនឹងកាលៈទេសៈផងដែរ។ រីឯសាលាមត្តេយ្យ ក៏ក្លាយជាទីកន្លែងដែលបំពេញនូវកង្វះខាតផ្នែកអប់រំដែលគ្រួសារកុមារមិនអាចធ្វើបាន។

១.៤- អន្តរបញ្ញត្តិចិត្តចលភាពសម្រាប់កុមារ

នៅសាលាមត្តេយ្យ ចិត្តចលភាពមានសារៈសំខាន់បំផុត ព្រោះធម្មជាតិកុមារមិនត្រូវការភាពនឹងថ្កល់ទេ គឺត្រូវការចលនាជានិច្ច។ ចលនាជាមធ្យោបាយប្រកបដោយអាទិភាពដែលតាមរយៈមធ្យោបាយនេះ កុមារទទួលបានចំណេះដឹង។

ចិត្តចលភាព ផ្តល់អត្ថប្រយោជន៍ពិសេសលើការយល់ដឹងអំពីខ្លួនឯង(រាងកាយ) អំពីបរិស្ថាន លំហ និងពេលវេលា។ នៅពេលកុមារមានចំណេះដឹងល្អកាន់តែច្រើនអំពីរាងកាយខ្លួនឯង អំពីលទ្ធភាពនៃចលនា និងអំពីភាពម្ចាស់ការលើចលនាទាំងឡាយ កុមារនឹងចេះរកទិសដៅក្នុងលំហ និងពេលបានកាន់តែច្រើន។ ការស្គាល់ខ្លួនឯងបានច្បាស់ និងការអភិវឌ្ឍបានល្អ នូវការសម្របសម្រួលរវាងចលនាផ្សេងៗ អាចឱ្យកុមារមានភាពងាយស្រួលក្នុងការអនុវត្តសកម្មភាពផ្សេងៗក្នុងថ្នាក់រៀន។ ការស្គាល់ទិសនៃលំហជួយសម្រួលឱ្យកុមារស្គាល់ទិសក្នុងការអាន និងសរសេរពីឆ្វេងទៅស្តាំ ពីលើចុះក្រោម។ ការស្គាល់ និងចេះបែងចែកពេលបច្ចុប្បន្ន អតីតកាល និងអនាគតកាល ព្រមទាំងស្គាល់លក្ខណៈខុសគ្នារវាងចលនាលឿន យឺត អ្វីដែលត្រូវធ្វើទាំងអស់គ្នា អ្វីដែលត្រូវធ្វើម្នាក់ម្តង ចេះរង់ចាំវេន ហើយអាចជួយកុមារក្នុងការរៀនអាន និងសរសេរបានផងដែរ។

ចំពោះកុមារ សកម្មភាពចិត្តចលភាព គឺជាមូលដ្ឋានសម្រាប់ការហាត់រៀនទាំងអស់។ ហេតុនេះ ចិត្តចលភាព មានសារៈសំខាន់នៅក្នុងសាលាមត្តេយ្យ ដែលជាមូលដ្ឋានគ្រឹះក្នុងការរៀនមុខវិជ្ជាភាសាខ្មែរ គណិតវិទ្យា និងការអនុវត្តសកម្មភាពសិប្បកម្មកសាង និងមុខវិជ្ជាផ្សេងៗដទៃទៀត ហើយគេនឹងត្រៀមខ្លួនកាន់តែប្រសើរដើម្បីចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សា។ ការពង្រឹងចលករតូច នៅក្នុងមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា គឺសំដៅលើការពង្រឹងចលនាម្រាមដៃឱ្យរឹងមាំ។ ចំណែកការរៀនគូស គូរ កាត់ បិទ ត្បាញ ក្រង... លើមុខវិជ្ជាភាសាខ្មែរ និងសិក្សាសង្គម គឺជាការបង្កើតថ្មី ការរចនា ការច្នៃប្រឌិតដោយប្រើប្រាស់ចលនាម្រាមដៃជាមធ្យោបាយ។ ប្រសិនបើ ចលករតូចរបស់កុមារមិនមានភាពប្រសើរទេពួកគេ ក៏មិនអាចទៅចាប់កាន់ ឬសរសេរ គូរ បានល្អដែរ ហើយក៏មិនអាចមានសមត្ថភាពពេញលេញក្នុងការបំពេញកិច្ចការសម្រាប់មុខវិជ្ជាដទៃ។

១.៥- អន្តរាគមន៍គ្រប់ជ្រុងជ្រោយសម្រាប់កុមារ

នៅក្នុងសាលាមត្តេយ្យ កុមារត្រូវបានហ្វឹកហាត់នៅក្នុងការរៀនសូត្រដែលមានរចនាសម្ព័ន្ធ និងអន្តរកម្មសង្គម។ កុមារនឹងរៀនពីល្បែង និងសកម្មភាពប្រកួតសមត្ថភាព។ សមត្ថភាពនេះ ក៏មានទំនាក់ទំនងជាមួយនឹងការអភិវឌ្ឍរូបរាងកាយផងដែរ។ គ្រូត្រូវដឹងថា តើចលករតូច និងចលករធំរបស់កុមារ គ្រូអនុវត្តរបៀបម៉េច និងអនុវត្តបែបណា ផ្សារភ្ជាប់ទ្រឹស្តីនៃការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលទៅនឹងការអភិវឌ្ឍរូបរាងកាយបែបណាទើបទទួលជោគជ័យ ហើយត្រូវស្វែងយល់ថាតើបំណិនរាងកាយប្រភេទណា សម្រាប់សិស្សកម្រិតណា?

១.៥.១- ការអភិវឌ្ឍចលករតូច

ការអភិវឌ្ឍរាងកាយល្អ ចលករតូចក៏ប្រសើរ អាចប្រើប្រាស់ដៃ និងម្រាមដៃបានច្បាស់លាស់។ នៅអាយុ២ទៅ៣ឆ្នាំ កុមារអាចបង្កើតវត្ថុដោយប្រើដៃរបស់គេ។ ពួកគេអាចលេងល្បែងសាងសង់ចេញពីដុំប្លុក ហើយគេក៏អាចបញ្ចូលវត្ថុទៅក្នុងចន្លោះដែលត្រូវគ្នាដូចជាដាក់រង្វង់មូលចូលទៅក្នុងប្រហោងមូល។ កុមារនៅអាយុនេះ ច្រើនប្រើដៃម្ខាងញឹកញាប់ជាងដៃម្ខាងទៀត ដែលជាការចាប់ផ្តើមក្លាយជាខាងឆ្វេង ឬខាងស្តាំ។ នៅអាយុ៣ទៅ៤ឆ្នាំ កុមារចាប់ផ្តើម ចេះប្រើ ខ្សែរូត ឬខ្ទាស់ ហើយចូលចិត្តស្លៀកពាក់ដោយខ្លួនឯង គេក៏អាចប្រើកន្ត្រៃកាត់ក្រដាស។ នៅអាយុនេះ កុមារអាចប្រើ សម ស្លាបព្រាក្នុងការបរិភោគ ហើយក៏អាចកាន់ប៊ិកឬខ្មៅដៃ (ប៊ិកដើមធំ)ក្នុងការសរសេរដែរ។ ពួកគេក៏អាចប្រើចលនាមួលដោយដៃដូចជាមួលបើកគម្រប និងបិទគម្របជាដើម។កុមារអាយុ៤ទៅ៥ឆ្នាំ ការពង្រឹងចលករតូចកាន់តែប្រសើរ។ បំណិន សិល្បៈ ការកាត់ បិទ ត្បាញ ក្រង... ការចម្លងតាមរូបរាងផ្សេងៗ ដូចជារង្វង់ ការេ និងការសរសេរអក្សរធំៗ ក៏កាន់តែប្រសើរឡើងដែរ។

១.៥.២- ការអភិវឌ្ឍចលករធំ

តាមទ្រឹស្តីនៃការអភិវឌ្ឍ កុមារអាយុពី៣ទៅ៤ឆ្នាំ អភិវឌ្ឍចលករធំ គេអាចឡើងជណ្តើរដោយយកជើងទាំងសងខាងដាក់លើកាំនីមួយៗនៃជណ្តើរមុននឹងបន្តទៅកាំបន្ទាប់។ ផ្ទុយទៅវិញ មនុស្សពេញវ័យដាក់ជើងមួយលើកាំនីមួយៗតាមលំដាប់លំដោយ។ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយកុមារតូច ត្រូវតែត្រូវការជំនួយ ដើម្បីការពារការធ្លាក់ក្នុងករណីដែលពួកគេមិនទាន់មានភាពរឹងមាំក្នុងបំណិន។ កុមារក្នុងអាយុនេះ ចូលចិត្តចុះជណ្តើរថយក្រោយ និងវិលជុំ (ឡើងចុះៗ)។ ពួកគេអាចលោត និងលោតខ្ពស់នៅពេលដែលសាច់ដុំជើងគេកាន់តែរឹងមាំ ហើយថែមទាំងអាចលោតជើងមួយក្នុងរយៈពេលខ្លី។ ក្នុងអាយុនេះ កុមារក៏មានការលូតលាស់ផ្នែកខាងលើនៃរាងកាយបានល្អប្រសើរផងដែរ។ ជាលទ្ធផល សមត្ថភាពនៃការចាប់កាន់ ការបោះរបស់ពួកគេកាន់តែប្រសើរឡើងក្នុងល្បឿន និងភាពត្រឹមត្រូវ។ លើសពីនេះ ពួកគេអាចវាយបាល់ជាមួយដំបងនៅនឹងកន្លែង។ នៅពេលការសម្របសម្រួលរាងកាយទាំងមូលបានប្រសើរហើយ កុមារអាចកាច់ចង្កូតកង់ឬម៉ូតូជ័រ និងអាចទាត់បាល់។ កុមារអាយុ ៥ទៅ៦ឆ្នាំ ពួកគេអាចរត់លឿន និងចាប់ផ្តើមជិះកង់ ព្រមទាំងចាប់ផ្តើមធ្វើជាម្ចាស់នៃទម្រង់លេងថ្មី ដូចជាចេះរំអិល និងលោតដោយខ្លួនឯង។ គេអាចលោតឬឡើងខ្សែពួរ ឬជិះស្គី ឬហែលទឹក។ លើសពីនេះ កុមារក្នុងវ័យនេះចូលចិត្តលេងកីឡាដូចជាបាល់ទាត់ បាល់បោះ ឬកីឡាកាយសម្ព័ន្ធ ឬរាំ ឬហាត់ការ៉ាតេជាដើម។

១.៥.៣- យេនឌ័រ និងចិត្តចលភាព

យេនឌ័រ ដើរតួនាទីយ៉ាងសំខាន់ក្នុងការអភិវឌ្ឍកុមារ។ កុមារីទំនងជាត្រូវបានគេមើលឃើញថាមានបំណិនខាងផ្នែកចក្ខុវិស័យគឺការងារដែលនៅនឹងមួយកន្លែង។ ចំណែកឯកុមារាវិញភាគច្រើនមានបំណិនធ្វើចលនាទៅលើវត្ថុ។ នៅពេលស្រាវជ្រាវការអភិវឌ្ឍចលករចំពោះកុមារដែលមានអាយុចូលសាលាមត្តេយ្យសិក្សា កុមារីទំនងជាត្រូវបានគេមើលឃើញថាមានបំណិន ដូចជា៖ ការលោត ផ្លោះ ឬបំណិនដោយប្រើដៃតែប៉ុណ្ណោះ។ កុមារាត្រូវបានគេមើលឃើញថាបាន អនុវត្តបំណិនចលករធំ ដូចជាការទាត់ ឬគប់បាល់ឬវាយដំបង។ នេះជា ភាពខុសគ្នាជាក់លាក់ទាក់ទងនឹងយេនឌ័រនៅក្នុងការអនុវត្តការចោល ការគប់ ការលេងដែលមានគុណភាព ប៉ុន្តែមិនចាំបាច់ក្នុងការអនុវត្តការបោះចោលបរិមាណទេ។

អ្នកលេងកីឡាបុរស និងស្ត្រីបានបង្ហាញគំរូចលនាស្រដៀងគ្នានៅក្នុងសកម្មភាពដើមដៃ និងកំភួនដៃប៉ុន្តែមានភាពខុសគ្នានៅក្នុងសកម្មភាពដើរ ការបោះជំហានទៅមុខ និងសកម្មភាពគាំទ្រ។

ក្នុងដំណាក់កាលកុមារភាពនៃការអភិវឌ្ឍ ភាពខុសគ្នារវាងយេនឌ័រ អាចជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងទៅលើចលករ។ នៅក្នុងអត្ថបទ«ការស្រាវជ្រាវអំពីអាយុ និងភាពខុសគ្នារវាងយេនឌ័រនៅក្នុងចលករដាក់លាក់របស់កុមារនៅមត្តេយ្យសិក្សា» ឃើញថា កុមារីបានទទួលពិន្ទុខ្ពស់ជាងកុមារាលើការងារដែលមើលទៅលើចលនានៃរូបភាព និងគំនូសតាងក្រាហ្វិច។ លទ្ធផលនៃការសិក្សានេះបង្ហាញថា កុមារីទទួលបានការធ្វើលំហាត់ប្រាណដោយដៃលឿនជាងកុមារា។ លទ្ធផលនៃតេស្តអាចត្រូវបានកំណត់ចំពោះគុណប្រយោជន៍នៃឧបករណ៍វាយតម្លៃផ្សេងៗគ្នា ដែលត្រូវបានប្រើ។ បន្ថែមពីនេះទៀតភេទផ្សេងៗគ្នានៃចិត្តចលករ មើលទៅវាហាក់ដូចជាប៉ះពាល់ដោយកត្តាបរិស្ថានផងដែរ។ នៅក្នុងខ្លឹមសារ «ឪពុកម្តាយ និងគ្រូតែងតែលើកទឹកចិត្តកុមារីឱ្យចូលរួមក្នុង សកម្មភាព(ស្ងាត់ស្ងៀម) ដែលតម្រូវជាមួយ ចលករតូចក្នុងខណៈពេល ដែលពួកគេលើកកម្ពស់ការចូលរួមរបស់កុមារា ក្នុងសកម្មភាពចលនាដែលមានថាមពល»។ នៅក្នុងកំណត់ហេតុនៃអត្ថបទ«ភេទខុសគ្នានៅក្នុងចិត្តចលករដែលមានប្រសិទ្ធភាព ពីវ័យកុមារទៅវ័យជំទង់» (ដោយLisa Barrett) ភស្តុតាងនៃចិត្តចលករផ្អែកលើយេនឌ័រ បង្ហាញថា ជាក់ស្តែងកុមារាជាទូទៅមានបំណិនក្នុងការគ្រប់គ្រងវត្ថុ និងបំណិនរៀបចំវត្ថុ។ កិច្ចការទាំងនេះរួមមានការ បោះ ទាត់ និងចាប់។ បំណិនទាំងនេះត្រូវបានសាកល្បង និងសន្និដ្ឋានថា កុមារាអនុវត្តបានល្អប្រសើរជាមួយការងារទាំងនេះ។ ភាគច្រើននៃការអភិវឌ្ឍគឺបំណិនដែលសក្តិសមគឺ(ចលករធំ) សម្រាប់កុមារា ហើយបំណិនសាមញ្ញៗ(ចលករតូច)គឺសម្រាប់កុមារី។

តែទោះជាការបកស្រាយខាងលើ បង្ហាញពីធម្មជាតិពីរ ដែលមានភាពលម្អៀងទៅលើកុមារា និងកុមារីក៏ដោយ ក៏ការបង្រៀនដែលអាចឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័រសម្រាប់មុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព គឺការជួយឱ្យកុមារានិងកុមារី បានពង្រឹងចលនារាងកាយ បានរៀននូវទស្សនាទាននៃសមភាពយេនឌ័រ និងទទួលបាននូវសក្តានុពលនៃការអភិវឌ្ឍចលនាតូចនិងចលនាធំដូចៗគ្នា។ គ្រូមិនត្រូវបន្តទម្លាប់ចាស់ដែលជាទម្លាប់អវិជ្ជមាន ហើយក៏ជាកត្តារាំងស្ទះ មិនឱ្យកុមារី និងកុមារាមានសមត្ថភាពបំពេញនូវសក្តានុពល របស់ខ្លួនក្នុងការអភិវឌ្ឍសមត្ថភាពធ្វើចលនារាងកាយ ដោយសារតែទម្លាប់តៗគ្នា ឬដោយសារតែឧបសគ្គនៃសម្លៀកបំពាក់នោះឡើយ។ ការបន្តទស្សនៈលំអៀងយេនឌ័រ ដូចជាការគិតថា (កុមារាទើបអាចលេងបាល់បានកុមារី ត្រូវលេង ត្រែះ ឬ ហក់មឹកជាដើម) ការអនុវត្តទាំងនេះនិងអាចធ្វើឱ្យទទួលបាននូវសក្តានុពលនៃការអភិវឌ្ឍខុសគ្នាមិនខាន ។

ដូចនេះក្នុងនាមជាគ្រូមត្តេយ្យ ត្រូវមានការឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីជំនឿរបស់ខ្លួនផ្ទាល់ ទៅលើតួនាទីយេនឌ័រ ដែលមានតាំងពីយូរយារណាស់មកហើយនៅក្នុងផ្នត់គំនិតរបស់សង្គម រួចរក្សាទុកតែជំនឿទាំងឡាយណាដែលនាំឱ្យប្រព្រឹត្តបានដូចគ្នាទៅលើកុមារទាំងពីរភេទ។ គ្រូត្រូវផ្តល់ឱកាសស្មើគ្នា រវាងកុមារីនិងកុមារា ក្នុងការចូលរួម និងរៀនសូត្រលើគ្រប់សកម្មភាពនៃចលករដែលហៅថា គរុកោសល្យនៃការបង្រៀនដែលឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័រ ។

ជំពូក២

គោលដៅសិក្សា នៃមុខវិជ្ជា

ចិត្តចលភាព

ជំពូក២ គោលដៅសិក្សា នៃមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព

២.១- ក្របខ័ណ្ឌអភិវឌ្ឍសមត្ថភាពរបស់កុមារ

ក្របខ័ណ្ឌអភិវឌ្ឍសមត្ថភាពកុមារក្នុងការអនុវត្តចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា ផ្តោតលើ៖

- **វិជ្ជាសម្បទា៖** កុមាររៀបរាប់ពីរបៀបធ្វើចលនាឬលើសពីនេះទៅតាមទម្រង់ផ្សេងៗនៃសកម្មភាពមួយបានត្រឹមត្រូវ តាមរយៈការអនុវត្តជាក់ស្តែង។
- **បំណិនសម្បទា៖** កុមារប្រាប់បានពីការអនុវត្តសកម្មភាពមួយបានរហ័សរហួន និងរឹងមាំដែលផ្តើមចេញពីចលនាមូលដ្ឋានងាយៗទៅលំបាកតាមរយៈការធ្វើចលនាផ្សេងៗ។
- **ចរិយាសម្បទា៖** កុមារមានទំនួលខុសត្រូវ ក្លាហាន ជឿជាក់លើសមត្ថភាព និងកម្លាំងរបស់ខ្លួន ថាមានសុវត្ថិភាព ក្នុងពេលធ្វើសកម្មភាពឆ្លងកាត់ឧបសគ្គ បានត្រឹមត្រូវ តាមរយៈការធ្វើចលនាផ្សេងៗ។

២.១.១- បំណិនចលករតូច

- **វិជ្ជាសម្បទា៖** ប្រាប់ពីរបៀបធ្វើចលនាដៃតាមទម្រង់ផ្សេងៗ ដោយការធ្វើអ្វីមួយ ឬលេងល្បែង
- **បំណិនសម្បទា៖** កំណត់ចំណុចគោលនៃចលនាដោយការទប់លំនឹង និងសម្របសម្រួលទៅនឹងភ្នែកក្នុងពេលធ្វើអ្វីមួយឬលេងល្បែងបានរឹងមាំ ។
- **ចរិយាសម្បទា៖** មានអំណត់ តស៊ូព្យាយាម និងសប្បាយរីករាយក្នុងពេលធ្វើអ្វីមួយឬលេងបានរឹងមាំល្អ និងជោគជ័យ ។

២.១.២- បំណិនចលករធំ និងការរីកចម្រើនរាងកាយ និងចលនា

- **វិជ្ជាសម្បទា៖** បង្ហាញពីរបៀបដើរ រត់ លោត ឬលើសពីនេះ ទៅតាមទម្រង់ផ្សេងៗនៃសកម្មភាពរួមមួយ។
- **បំណិនសម្បទា៖** អនុវត្តសកម្មភាពមួយបានទន់ភ្លន់ រហ័សរហួន និងរឹងមាំដោយការផ្តើមចេញពីចលនាមូលដ្ឋានងាយៗទៅលំបាក ចាប់ពីចំនួនពីរឡើងទៅ ក្នុងនោះមានការដើរ រត់ លោត ឬលើសពីនេះ តាមរយៈល្បែងចលនា។
- **ចរិយាសម្បទា៖** ក្លាហាន ជឿជាក់លើសមត្ថភាព និងកម្លាំងរបស់ខ្លួន ថាមានសុវត្ថិភាពក្នុងការធ្វើសកម្មភាពឆ្លងកាត់ឧបសគ្គ។

២.២ គោលដៅនៃការរៀនសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករ

ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករជាមូលដ្ឋានអាចឱ្យកុមារមានទំនុកចិត្តលើចលនារបស់ពួកគេ និងជួយពួកគេក្នុងវិស័យជាច្រើននៃជីវិតរបស់ពួកគេ។ គោលដៅរៀនសូត្រសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករផ្តោតលើតម្រូវការដើម្បីជួយកុមារអភិវឌ្ឍទាំងបំណិនចលករតូចនិងចលករធំដែលជះឥទ្ធិពលដល់កាយសម្បទាភាពរហ័សរហួន និងការសម្របសម្រួលរាងកាយ។ នៅពេលកុមារទទួលបានបំណិនចលករ ពួកគេចាប់ផ្តើមយល់ពីការអនុវត្តសុខភាព និងសុវត្ថិភាពផ្សេងៗ។

ខាងក្រោមនេះ ជាគោលដៅសិក្សា និងឧទាហរណ៍ខ្លះៗសម្រាប់គ្រូ ដើម្បីកំណត់បាននូវវត្ថុបំណង និងលទ្ធផលរំពឹងទុកនៃការសិក្សាចិត្តចលភាព ៖

គោលដៅសិក្សាទី១ និងទី២

- គោលដៅសិក្សាទី១៖ រីករាយតាមរយៈការចូលរួមក្នុងសកម្មភាពផ្សេងៗគ្នានៃសកម្មភាពសិក្សា
- គោលដៅសិក្សាទី២៖ បង្ហាញការគ្រប់គ្រង ការសម្របសម្រួលនិងតុល្យភាពក្នុងកិច្ចការចលករជំ

បំណិន	ការអភិវឌ្ឍ
ការយល់ដឹងអំពីរាងកាយៈអ្វីដែលរាងកាយបានធ្វើ	
• បំណិន ផ្លាស់ប្តូរទីតាំង(ឧទាហរណ៍៖ ការដើរ ការរត់,ការលេងហាក់លោត,ការលោតជើងមួយ, ការលោតរំលង)	• ការចូលរួមក្នុងសកម្មភាព • ធ្វើចលនាជុំវិញបន្ទប់ដោយកុំឱ្យប៉ះទង្គិចជាមួយគ្រឿងសង្ហារឹម និងមិត្តភក្តិ • ដើរឡើងចុះជណ្តើរមិនមានការជួយដោយប្រើជើងឆ្លាស់គ្នា
• បំណិន នៅនឹងមួយកន្លែង(ការទប់លំនឹង, ពត់, កោង, រមួល,លាតសន្ធឹង,រញ្ជួយ,យោល,ងាក, រុញ,ច្រាន) • បំណិនធ្វើចលនា(ឧទាហរណ៍៖ បោះ,ចោល, ចាប់ លោតផ្លោះ,ទាត់,វាយ,រំកិល)	• ផ្លាស់ប្តូរល្បឿន(ឧទាហរណ៍៖ ពីយឺតទៅលឿន)
ការយល់ដឹងពីលំហ៖ ទីកន្លែងដែលរាងកាយធ្វើចលនា	
• ការប្រើប្រាស់ចន្លោះផ្ទាល់ខ្លួន និងទូទៅ	• ទប់ទល់នឹងឧបសគ្គ(ឧទាហរណ៍៖ ឆ្លងកាត់ផ្លូវឡើងលើ ឬចុះក្រោម)
• ធ្វើចលនាក្នុងទិសដៅផ្សេងគ្នា (ឧទាហរណ៍៖ ទៅមុខ ទៅក្រោយ) • ធ្វើចលនានៅគន្លងផ្លូវផ្សេងគ្នា ឧទាហរណ៍៖ ត្រង់ កោង កាច់ចុះ កាច់ឡើង • ធ្វើចលនាលើកម្រិតផ្សេងគ្នា៖ (ឧទាហរណ៍៖ ទាប មធ្យម ខ្ពស់)	• រក្សាតុល្យភាព/ទប់លំនឹង
ការយល់ដឹងពីការខិតខំប្រឹងប្រែង៖ របៀបដែលរាងកាយធ្វើចលនា	

• ប្រើប្រាស់កម្លាំង (ឧទាហរណ៍៖ ធ្ងន់ ស្រាល) • ប្រើប្រាស់ពេលវេលា(ឧទាហរណ៍៖លឿន យឺត) ការដឹងពីទំនាក់ទំនង៖ ផ្នែកនៃរាងកាយធ្វើចលនា • តើផ្នែកណាខ្លះនៃរាងកាយជាប់ទាក់ទងគ្នាទៅវិញទៅមកយ៉ាងដូចម្ដេចនៅពេលធ្វើចលនា? • តើកុមារជាប់ទាក់ទងនឹងមនុស្ស និងវត្ថុយ៉ាងដូចម្ដេច?	• ស្គាល់ទីតាំងផ្សេងគ្នា៖ ក្រោមជង្គង់, កម្រិតចង្កេះ, នៅខាងលើក្បាល • មានសមត្ថភាពប្រើដៃ ធ្វើចលនាក្នុងកម្រិតផ្សេងគ្នា ឬប្រើឧបករណ៍ **កំណត់សម្គាល់៖** គ្រូត្រូវមានភាពបត់បែនក្នុងការផ្ដល់នូវឱកាសរៀនសូត្រសមស្របដោយផ្អែកលើសមត្ថភាព ចំណាប់អារម្មណ៍ និងតម្រូវការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

- **គោលដៅសិក្សាទី៣៖** បង្ហាញពីការគ្រប់គ្រង និងការសម្របសម្រួលក្នុងកិច្ចការចលករតូច

បំណិន	**ការអភិវឌ្ឍ**
គន្លឹះចំណេះដឹង/បំណិន/ការបោះ ការចោលសំខាន់ៗ • រៀបចំវត្ថុដោយប្រើកម្លាំងនិងកាយវិការ ប្រើការសម្របសម្រួលដោយផ្ទាល់ដៃដើម្បីបំពេញកិច្ចការចលករតូច	**ឧទាហរណ៍នៃអ្វីដែលការរៀនសូត្ររបស់កុមារបានអភិវឌ្ឍដូចជា...** • រៀបចំលេងដោយបញ្ចូលការសូនរូប • ប្រើការបិទលើរបស់របរ(ក្រដាសពណ៌,អង្កាំ, ឈើដោតការ៉េមនៅលើក្រដាស • កាន់ក្រដាសដោយដៃម្ខាង ហើយកាត់មួយផ្សេងទៀត • ប្រើកន្ត្រៃកាត់រាងដោយបន្ទាត់ត្រង់ និងបន្ទាត់កោង • សាងសង់សំណង់ជាមួយដុំប្លុក **ចំណាំ៖** គ្រូត្រូវមានភាពបត់បែនក្នុងការ ផ្ដល់នូវឱកាសរៀនសូត្រសមស្របដោយផ្អែកលើសមត្ថភាពចំណាប់អារម្មណ៍ និងតម្រូវការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

គោលដៅសិក្សាទី៤៖ អភិវឌ្ឍទម្លាប់មានសុខភាពល្អ និងការយល់ដឹងពីសុវត្ថិភាពនៅផ្ទះ ក្នុងសាលា និងនៅទីសាធារណៈ

បំណិន	ការអភិវឌ្ឍ
• យល់ពីសារៈសំខាន់នៃការធ្វើឱ្យមានសុខភាពល្អ • រៀនពីការធ្វើអាកប្បកិរិយាឱ្យសមរម្យដែលណែនាំឱ្យធ្វើជាមួយបុគ្គល និងក្រុមប្រកបដោយសុវត្ថិភាព	• និយាយអំពីហេតុអ្វីដែលពួកគេត្រូវការញ៉ាំអ្វីដែលល្អៗ, ត្រូវការសម្រាក,ធ្វើលំហាត់ប្រាណដើម្បីឱ្យមានសុខភាពល្អ • ស្តាប់ និងអនុវត្តតាមច្បាប់សាមញ្ញៗ/ការណែនាំក្នុងការលេងល្បែង • និយាយអំពីអ្វីដែលធ្វើឱ្យគេមានសុវត្ថិភាពពេលនៅផ្ទះ, ក្នុងសាលា ,នៅទីសាធារណៈ (ឧទាហរណ៍៖ ពេលជិះរថយន្តក្រុង,ឆ្លងផ្លូវ,លេងនៅសួនកុមារ លេងនៅផ្ទះ ឬនៅសាលារៀន) • និយាយអំពីសារៈសំខាន់នៃសុវត្ថិភាពលើដងផ្លូវ **ចំណាំៈ** គ្រូត្រូវមានភាពបត់បែនក្នុងការផ្តល់នូវឱកាសរៀនសូត្រសមស្របដោយផ្អែកលើសមត្ថភាពចំណាប់អារម្មណ៍ និងតម្រូវការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

២.៣- គោលដៅសិក្សា នៃសំណុំសកម្មភាពទាំង៥

២.៣.១- ចលនាមូលដ្ឋាន

ចលនាមូលដ្ឋាន មានគោលដៅ ហ្វឹកហាត់រាងកាយទាំងមូល ឱ្យមានភាពរឹងមាំ ស្របនឹងការសម្របសម្រួលសាច់ដុំតូច និងសាច់ដុំធំ ផ្សារភ្ជាប់នឹងបរិស្ថាន ដើម្បីជាមូលដ្ឋានគ្រឹះឈានទៅរកការរៀនសូត្រមុខវិជ្ជាដទៃទៀតប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។ ការហ្វឹកហាត់ចលនាមូលដ្ឋានទាមទារឱ្យមានសកម្មភាពចម្បងដូចជា៖ ដើរ រត់ លោត លូន វារ តោង ឡើងចុះវិញ បង្វិល ទាញដែលជាចលនាមួយដើម្បីឱ្យអនុវត្តសកម្មភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សាដែលជួយឱ្យកុមារមានការអភិវឌ្ឍគ្រប់ផ្នែក។ ហេតុនេះហើយបានជាតម្រូវឱ្យមានការហ្វឹកហាត់ចលនាមូលដ្ឋានក្នុងកម្មវិធីសិក្សានៅសាលាមត្តេយ្យ ។

២.៣.២ . ចលនាចរន្ត

គោលដៅសិក្សាសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលនាចរន្ត គឺការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករជួយឱ្យកុមារមានទំនុកចិត្តក្នុងការធ្វើចលនានិងជួយពួកគេឱ្យមានសុខភាពល្អនៃជីវិត។ គោលដៅរៀនសូត្រសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករ ផ្តោតលើតម្រូវការជួយកុមារអភិវឌ្ឍបំណិនចលករធ្វើឱ្យកាយ សម្បទា

មានភាពរហ័សរហួន និងការសម្របសម្រួលរាងកាយ។ នៅពេលកុមារទទួលបានបំណិនចលករពួកគេចាប់ផ្ដើមយល់ពីការអនុវត្តសុខភាពនិងសុវត្ថិភាពផ្សេងៗ។ ការសិក្សាពីចលនាចរន្ត ក៏ជាការហ្វឹកហាត់បង្កើនកម្លាំង និងសម្របសម្រួលរវាងចលនាសាច់ដុំដៃ និងសាច់ដុំភ្នែក ចលនាសាច់ដុំតូច និងសាច់ដុំធំ និងការប្រឈមទប់ទល់នឹងឧបសគ្គក្នុងពេលធ្វើសកម្មភាពចលនាសាមញ្ញ ទៅច្រើនចលនា ជាចង្វាក់ ជាពិសេសទាក់ទងនឹង រាងកាយ ពេលវេលា លំហ ពិសេសយល់ដឹងអំពីការតម្រង់ទិសនៃរាងកាយ។

២.៣ ៣. ល្បែងចលនា

ចំពោះកុមារការធ្វើសកម្មភាព និងការលេងគឺដើម្បីស្វែងយល់និងហាត់រៀន។តាមរយៈការលេងដែលជាធាតុមួយនៃចិត្តចលភាព កុមារនឹងទទួលបាននូវ រាងកាយមាំមួន ស្វាហាប់ ទន់ភ្លន់រហ័សរហួន សម្របសម្រួលចលនាបានកាន់តែល្អ និងលូតលាស់សមសួនមានតុល្យភាពនឹងរូបរាងកាយ។ ទាំងនេះ ជាគោលដៅនៃការលេងល្បែងចលនា។ មិនតែប៉ុណ្ណោះ គោលដៅនៃការលេងល្បែងចលនា ជួយឱ្យកុមារមានភាពសប្បាយរីករាយ ក្លាហានមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អការយល់ចិត្តគ្នា ការជួយគ្នា គិតគូរដល់អ្នកដទៃ អធ្យាស្រ័យឱ្យគ្នា និងសាមគ្គីគ្នា ការគោរពលក្ខខណ្ឌនៃការលេង មានគំនិតចង់ឈ្នះដោយភាពត្រឹមត្រូវ ទទួលស្គាល់ការចាញ់ រៀនពីកំហុសដែលបានជួបប្រទះ ប្រព្រឹត្តខ្លួនឱ្យមានតម្លៃ និងមានបំណិនស្រាវជ្រាវរុករកនៅក្នុងបរិស្ថាន មានគំនិតផ្តួចផ្តើម ច្នៃប្រឌិត ពង្រីកចំណេះដឹង និងដកពិសោធន៍សញ្ញាណទាំងឡាយអំពីខ្លួនឯង លំហ និងពេលវេលា។

២.៣.៤.ហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន

សកម្មភាពហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន ឬការនិទានរឿងដោយច្នៃប្រឌិត ធ្វើឱ្យកុមារចូលរួមយ៉ាងសកម្មក្នុងការហាត់ធ្វើចលនា ចេះបត់បែន មានភាពសប្បាយរីករាយ មានបម្រុងប្រយ័ត្នស្ដាប់ដោយការយកចិត្តទុកដាក់ តស៊ូព្យាយាម អំណត់ក្នុងការធ្វើចលនា កាត់បន្ថយបាននូវភាពតានតឹងអារម្មណ៍ មានទម្លាប់ល្អ មានសីលធម៌រស់នៅល្អក្នុងសង្គម បណ្ដុះគំនិតចងចាំ ប្រាជ្ញាឈ្លាសវៃ ។ ការនិទានរឿងរបស់គ្រូ ជួយឱ្យកុមារបង្កើតនូវភាពស្រមើស្រមៃ ចេះបង្កើតរូបារម្មណ៍ អភិវឌ្ឍបុគ្គលិកលក្ខណៈតាមធម្មជាតិរបស់កុមារដែលត្រូវការខ្យល់ ពន្លឺគ្រប់គ្រាន់ ចេះដកដង្ហើម(បញ្ចេញបញ្ចូល) ពង្រឹងស្មារតីកុមារក្នុងការចាប់យកចំណេះដឹង ស្គាល់រាងកាយខ្លួនឯង និងសម្ភារៈ។ ការបញ្ចេញសមត្ថភាពងាយៗប្រកបដោយសុខភាព សុវត្ថិភាពនិងការទទួលខុសត្រូវ។

២.៣.៥.ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/ចលនាតាមបទភ្លេង

ការនាំកុមារហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/ចលនាតាមបទភ្លេង ធ្វើឱ្យកុមារ ចូលរួមយ៉ាងសកម្មក្នុងការហាត់ធ្វើចលនា កាយវិការប្រកបដោយភាពស្វាហាប់ សប្បាយរីករាយ កាត់បន្ថយបាននូវភាពតានតឹងអារម្មណ៍។ ទន្ទឹមនឹងនេះ ការធ្វើចលនាតាមចង្វាក់ភ្លេង ជួយឱ្យកុមារអភិវឌ្ឍបុគ្គលិកលក្ខណៈតាមរយៈការប្រើប្រាស់ចលនារាងកាយទាំងមូល ធ្វើឱ្យកុមារអាចកសាងចំណេះដឹង មានសក្ដានុពលក្នុងការបន្តទៅរៀននៅថ្នាក់លើទៀតប្រកបដោយលទ្ធផលល្អ ឆ្លើយតបទៅនឹងគោលដៅអប់រំជាតិ។បើកុមារមានចំណង់ចំណូលចិត្តក្នុងការហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/ចលនាតាមបទភ្លេង គឺកុមារបានរួមចំណែក

លើកកម្ពស់សុខភាពខ្លួនដោយខ្លួនឯង។

គ្រូបង្រៀនមានតួនាទីសំខាន់ក្នុងការជួយកុមារឱ្យសម្រេចបានគោលដៅសិក្សាសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករ។ គោលបំណងនៃការសិក្សានេះគឺដើម្បីអភិវឌ្ឍបំណិនចលកររបស់កុមារ និងណែនាំចំណេះដឹងពីសុខភាព និងសុវត្ថិភាពដើម្បីឱ្យកុមារមានទំនួលខុសត្រូវកាន់តែខ្លាំងឡើង ចំពោះសុខភាព អនាម័យ និងសុវត្ថិភាពផ្ទាល់ខ្លួននៅឆ្នាំក្រោយទៀត។

២.៤- ការផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងបរិបទវិទ្យាសាស្ត្រ និងជីវភាពរស់នៅ

ការអភិវឌ្ឍចលករសំដៅលើការផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថរបស់ចលនាពេញមួយជីវិត ជាមួយនឹងការផ្លាស់ប្តូរ ដែលត្រឹមត្រូវតាមលំដាប់លំដោយ និងទាក់ទងនឹងកម្រិតអាយុ។ មិនមែនកុមារទាំងអស់សុទ្ធតែអាចបង្ហាញពីដំណាក់កាលចាស់នៃបំណិនជាក់លាក់មួយនោះទេ ប៉ុន្តែវាសំខាន់ណាស់ក្នុងការណែនាំពួកគេពីរបៀបដែលអនុវត្តបំណិននិងផ្តល់នូវឱកាសជាច្រើនសម្រាប់ការអនុវត្ត។ គ្រូត្រូវការកែប្រែឬសម្របសម្រួលសកម្មភាពទៅនឹងក្រុមអាយុផ្សេងៗគ្នា និងជ្រើសរើសឧបករណ៍ដែលសមស្របទៅនឹងកម្រិតអាយុ និងបង្រៀនសកម្មភាពពីសាមញ្ញ ទៅស្មុគស្មាញ និងបំបែកការណែនាំជាជំហានតូចៗ។ជាមួយគ្នានេះដែរ ការសិក្សាចិត្តចលភាពនៅសាលារៀន ត្រូវតែផ្សារភ្ជាប់ជាមួយនឹងជីវភាពរស់នៅរបស់កុមារ។គ្រូត្រូវតែទំនាក់ទំនងជាប្រចាំជាមួយមាតាបិតា អាណាព្យាបាលកុមារ ដោយឱ្យពួកគាត់យកបំណិនពីសាលារៀន ទៅបន្តក្នុងជីវភាពរស់នៅ ដូចជាការទប់លំនឹងប្រឈមទប់ទល់នឹងឧបសគ្គដូចជា ការឡើងចុះទីចំណោត ឬកាំជណ្តើរ និងការអនុវត្តបំណិនចលករតូច ដើម្បីឱ្យកុមារប្រើប្រាស់បំណិនផ្ទាល់ខ្លួនដូចជា បិទឡេវអាវ ចងខ្សែស្បែកជើង រូតខោ មួលគម្របដបឬវត្ថុផ្សេងៗ ដោយមិនពឹងមនុស្សធំ។

២.៤.១- ការរៀនបំណិន៣យ៉ាងក្នុងការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករ

ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលកររួមមានការរៀន៣យ៉ាង៖

- ការទទួលយកបំណិនចលករ (ចលករតូច ចលករធំ)
- សុខភាព និងភាពមាំមួន (ទម្លាប់មានសុខភាពល្អ)
- ការដឹងពីសុវត្ថិភាពរាងកាយ (នៅផ្ទះ ក្នុងសាលារៀន នៅតាមទីសាធារណៈ)។

ការទទួលយកបំណិនចលករ ធ្វើឱ្យកុមារអភិវឌ្ឍបំណិនមូលដ្ឋានសម្រាប់ពួកគេដើម្បីទទួលបានប្រសិទ្ធភាព និងគុណភាព។សុខភាព និងភាពរឹងមាំ គឺជាការលើកកម្ពស់ការយល់ដឹងរបស់កុមារអំពីទម្លាប់សុខភាពល្អ និងអភិវឌ្ឍកាយសម្បទារឹងមាំ ដើម្បីទទួលបានការលូតលាស់ល្អ។ ជាចុងក្រោយកុមាររៀនអំពីសារៈសំខាន់នៃសុវត្ថិភាព និងវិធីដែលពួកគេអាចការពារគ្រោះថ្នាក់នៅផ្ទះ នៅសាលារៀន និងនៅតាមទីសាធារណៈនានាដែលស្ថិតនៅក្នុងស្ថានភាពនៃការយល់ដឹងអំពីសុវត្ថិភាព។

ក. ការទទួលយកបំណិនចលករ

- **បំណិនចលករតូច៖**

បំណិនចលករតូច ពាក់ព័ន្ធទៅនឹងការសម្របសម្រួល និងការគ្រប់គ្រងកដៃ ម្រាមដៃ និងដៃក្នុងការបំពេញកិច្ចការជាក់លាក់មួយដោយភាពជាក់លាក់។ ការទទួលបានបំណិនចលករតូចជួយកុមារ

ឱ្យមានភាពឯករាជ្យជាងមុនក្នុងការធ្វើសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ។ ការពង្រឹងបំណិនចលករតូច ក៏អនុញ្ញាតឱ្យកុមារបំពេញកិច្ចការជួយខ្លួនឯង ដូចជាការចងខ្សែស្បែកជើង ពាក់ស្បែកជើង រូតនិងបិទឡេវនៅលើសម្លៀកបំពាក់ ហើយពួកគេក៏អាចប្រើការគូរ ការសរសេរ និងសិល្បៈដូចជាកាន់ខ្មៅដៃ កាន់ជីស និងផាត់ពណ៌... ដែលតម្រូវឱ្យមានការគ្រប់គ្រងដៃបានល្អប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។

ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករតូច អាចឱ្យកុមារមានភាពប៉ិនប្រសប់ក្នុងការប្រើម្រាមដៃ ដើម្បីបង្កើតស្នាដៃសិល្បៈ។ កុមារត្រូវតែបានផ្តល់ឱកាសរៀនសូត្រឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីអនុវត្តការងារជាច្រើនដើម្បីអភិវឌ្ឍបំណិនចលករតូច។ ជាទូទៅការគ្រប់គ្រងសាច់ដុំផ្នែកកណ្តាលនៃរាងកាយលឿនជាងផ្នែកខាងចុងនៃរាងកាយ។ *ឧទាហរណ៍៖* កុមារជាធម្មតាអភិវឌ្ឍសាច់ដុំនៃដើមដៃ និងស្មារបស់ពួកគេមុនដើង។ ក្នុងន័យបែបនេះ កុមារគួរតែត្រូវបានផ្តល់ឱកាសឱ្យប្រើដៃដើម្បីអភិវឌ្ឍកិច្ចការផ្សេងៗដូចជាការកាត់ បិទពោយ ក្រង និងសំណង់អគារ(ដុំប្លុក) នៅក្នុងដំណាក់កាលដំបូងនៃការអភិវឌ្ឍចលករតូច។ នៅពេលដែលពួកគេទទួលបានទំនុកចិត្តកាន់តែខ្លាំងក្នុងការប្រើប្រាស់ដៃ ពួកគេនឹងអនុវត្តភាពជាក់លាក់ខ្ពស់ក្នុងការប្រើប្រាស់ម្រាមដៃដើម្បីរៀបចំវត្ថុដូចជាការប្រើប្រាស់កន្ត្រៃ ខ្សែស្បែកជើង ខ្សែរូត ...។

សកម្មភាពខាងលើជួយអភិវឌ្ឍសាច់ដុំដៃរបស់កុមារ។ ការពង្រឹងសាច់ដុំដៃជួយកុមារឱ្យមានភាពច្បាស់លាស់ក្នុងការអនុវត្តបំណិនដែលស្មុគស្មាញដូចជាការកាត់ ដោតសរសៃអំបោះជាដើម។

- **បំណិនចលករធំ**

បំណិនចលករធំពាក់ព័ន្ធនឹងការប្រើប្រាស់សាច់ដុំធំៗនៅក្នុងដៃ ជើង និងដងខ្លួនក្នុងពេលធ្វើចលនា។ដោយការប្រើសាច់ដុំធំៗកុមារអាចអនុវត្តបំណិនចលនាមូលដ្ឋានដែលរួមមាន៖ បំណិនផ្លាស់ប្តូរទីតាំង បំណិននៅនឹងមួយកន្លែង និងបំណិនសម្របសម្រួលរាងកាយ។

២.៤.២- ការបណ្តុះស្មារតីកុមារ

ការរៀនចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា បណ្តុះស្មារតីកុមារឱ្យ៖

- មានភាពសប្បាយរីករាយ បង្កើននូវទំនាក់ទំនងចិត្តសង្គមកាន់តែប្រសើរ
- បង្កើនការរុករក ស្រាវជ្រាវនៅក្នុងបរិស្ថាន
- បង្ហាញគំនិតផ្ទាល់ខ្លួន
- បញ្ចេញឱ្យឃើញយ៉ាងច្បាស់នូវសកម្មភាពរាងកាយ
- បង្កើនការចង់ចេះ ចង់ដឹង
- មានគំនិតផ្តួចផ្តើម
- គិតគូរដល់អ្នកដទៃ
- គោរពច្បាប់ ទទួលស្គាល់ការពិត
- មានគំនិតច្នៃប្រឌិត
- ការលេង គឺជាការរៀន។

ជំពូក៣

វិធីសាស្ត្រអនុវត្តការបង្រៀន និងរៀន មុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព

៣.១- សញ្ញាណចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា

ការសិក្សាចិត្តចលភាព គឺដើម្បីបង្កើនសមត្ថភាពក្នុងការអនុវត្តបំណិននូវអត្រានៃជោគជ័យ ភាពជាក់លាក់ និងកាត់បន្ថយការប្រើប្រាស់ថាមពលដែលត្រូវការសម្រាប់ដំណើរការ។

យោងតាមបរិបទខាងលើ ទើបការរៀនចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា មានកម្មវិធីច្បាស់លាស់។ ក្នុងនោះ ការប្រើប្រាស់ចលករធំ សម្រាប់មុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព សម្រាប់អភិវឌ្ឍរាងកាយទាំងមូល និងពង្រឹងឱ្យកាន់តែប្រសើរ ដើម្បីនាំកុមារទៅរកភាពជោគជ័យក្នុងការប្រើប្រាស់រាងកាយ ស្គាល់ពីរាងកាយរបស់ខ្លួនច្បាស់ មានសមត្ថភាពស្រាវជ្រាវយ៉ាងសកម្ម ប្រើប្រាស់ភាសានិយាយស្របនឹងសកម្មភាព និងអាចបង្កើតរូបតំណាង។ រីឯការប្រើប្រាស់ចលករតូច គឺអភិវឌ្ឍចលនាម្រាមដៃឱ្យមានភាពរឹងមាំ ដើម្បី ពង្រឹងបំណិននៃការចាប់កាន់ ដោត ក្រង សរសេរ និងគូសវាស ហើយឈានទៅការប្រើមុខងាររវាងចលនាសាច់ដុំភ្នែក និងសាច់ដុំដៃ ឱ្យមានតុល្យភាព ។ អាចនិយាយបានថា ការរៀនមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា គឺជាមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃការអភិវឌ្ឍសុខភាពរាងកាយទាំងចលករតូច និង ចលករធំប្រាជ្ញាស្មារតី និងកំណត់នូវទិសនៃលំហបានច្បាស់លាស់។

៣.២- ប្រធានបទ/វិស័យបញ្ញត្តិកម្មរបស់ចិត្តចលភាពនៅកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សា

ប្រភេទនៃចិត្តចលភាព

៣.២.១- ចលនាមូលដ្ឋាន

ចលនាមូលដ្ឋានគឺជា ចលនាដែលប្រើប្រាស់រាងកាយទាំងមូល ដោយប្រើប្រាស់ចលករធំ និងចលករតូចតាមដំណើរវិវត្តនៃធម្មជាតិរបស់កុមារ ដូចជា លូន វារ តោង ដើរវត់ លោត គប់ បោះ...ជាដើម។

ឧទាហរណ៍៖ កុមារបោះបាល់ចូលកន្ត្រក

រូបភាពទី២៖ ចលនាមូលដ្ឋាន (កុមារបោះបាល់ចូលកន្ត្រក)

រូបភាពទី៣៖ ចលនាមូលដ្ឋាន (សកម្មភាពកុមារវារចូលកង)

៣.២.២- ចលនាចរន្ត

ចលនាចរន្តគឺជាបណ្តុំចលនាមូលដ្ឋានចាប់ពី២ឡើងទៅដែលមានទ្រង់ទ្រាយសកម្មភាពច្រើនគួបផ្សំជាមួយចលករតូចដែលមានដំណើរការទំនាក់ទំនងជាចរន្ត ដើម្បីចាប់យកចំណេះដឹងទាំងឡាយអំពីរាងកាយ លំហ ពេលវេលា ការតម្រង់ទិសនៃបំណិន ការធ្វើចលនាតូច និងចលនាធំមានដូចជា៖ ការដើរ ការរត់ លោតផ្លោះ ទប់លំនឹង ពត់ កោង រមួលខ្លួន រុញ ទាញ បោះ ចាប់ លោត ទាត់។

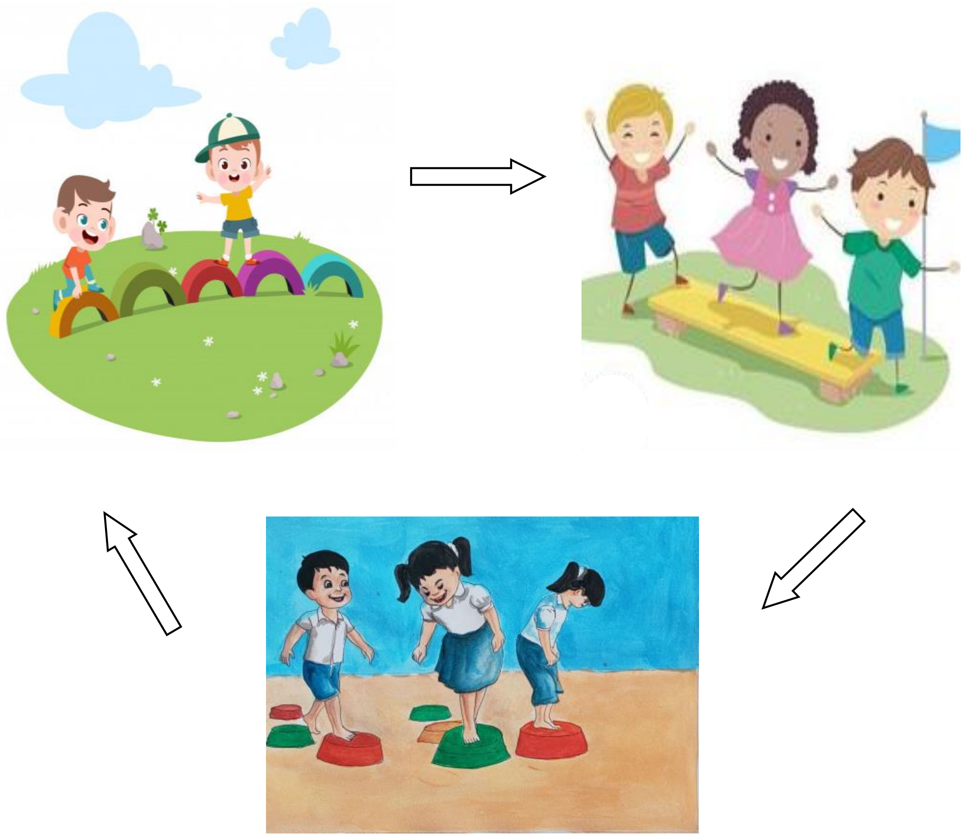
ឧទាហរណ៍ ៖

- សកម្មភាពកុមារដើរលើដុំឈើ ដើរលើកាំជណ្តើរ លោតចុះ លោតចូលរង្វង់ រំអិលចុះ ដើរធម្មតា ដើរលើដុំឈើ បោះបាល់ចូលក្នុងកន្ត្រក
- សកម្មភាពកុមារឡើងជណ្តើរ លូនក្រោមកន្ទេល លោតជើងម្ខាង ប្រមៀលលើបាល់ ជិះទោង រំអិល
- សកម្មភាពកុមារលោតលើដុំឈើ ដើរកោងៗលើក្តារបន្ទះ វារតាមខ្សែរកោងចុះ កោងឡើង វារក្រោមកៅអីវែង
- សកម្មភាពកុមារលោតចូលរង្វង់ ដើរតាមស្នាមជើង រត់តាមបន្ទាត់ ហែលទឹក លោតជើងម្ខាង(ជើងខាងស្តាំ)។

កុមារមានចំណូលចិត្តធ្វើសកម្មភាពសេរី ដោយពុំត្រូវការរៀបចំពីមនុស្សធំ ព្រោះពេលខ្លះអាចធ្វើឱ្យសកម្មភាពកុមារជួបឧបសគ្គ និងអាចប៉ះពាល់ដល់រាងកាយ ពេលខ្លះជោគជ័យ។ កុមារនឹងទទួលបានបទពិសោធន៍អំពីភាពជោគជ័យ និងបរាជ័យ ដើម្បីចៀសវាងឧបសគ្គដែលពុំគួរឱ្យកើតមាន។ ក្នុងនាមជាគ្រូមត្តេយ្យសិក្សា ត្រូវព្យាយាមរិះរកគ្រប់វិធីប្រកបដោយភាពឈ្លាសវៃក្នុងការច្នៃប្រឌិត បង្កើតសកម្មភាពរៀបចំជាលំហាត់ចលនាចរន្តដែលមានគុណភាពឱ្យកុមារលេងសប្បាយរីករាយទទួលបានចំណេះដឹង បទពិសោធន៍ និងការអភិវឌ្ឍគ្រប់វិស័យទាំងសុខភាព រាងកាយ បញ្ញាស្មារតី ភាសា និងការអភិវឌ្ឍសង្គមនិងអារម្មណ៍ (ចលនាចរន្តទាំងឡាយដើម្បីចាប់យកចំណេះដឹងអំពីរាងកាយ)។

ក.ការធ្វើចលនាឱ្យមានលំនឹង

សកម្មភាពបន្តគ្នា ៖ កុមារដើរលើដុំឈើ បន្ទាប់មកដើរលើកាំជណ្តើរ រួចលោតចុះ លោតចូលរង្វង់ បន្ទាប់មកទៀតរំអិលចុះ ហើយដើរធម្មតា ដើរលើដុំឈើ និងបោះបាល់ចូលក្នុងកន្រ្តក។



រូបភាពទី៤៖ ចលនាចរន្ត

(កុមារដើរលើដុំឈើ ដើរលើសម្បកកង់ឡាន ដើរលើបន្ទះក្តារ)

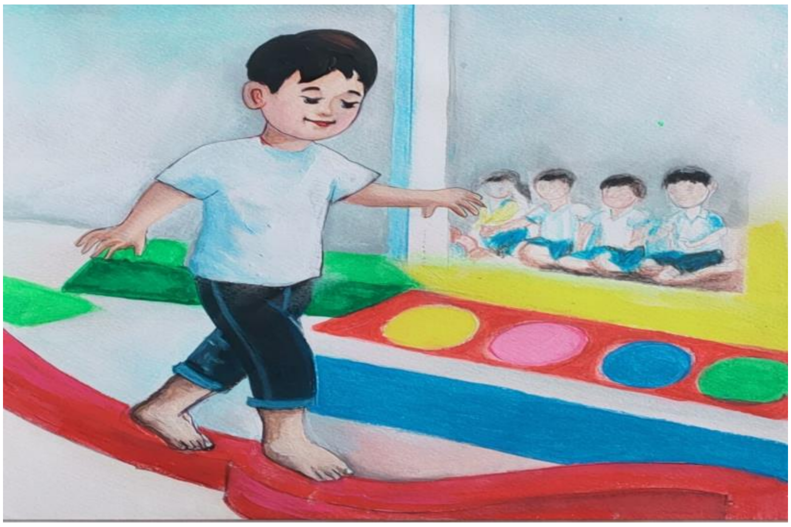
ខ.ការយល់ដឹងអំពីរាងកាយ

សកម្មភាពកុមារ លូនក្រោមកន្ទេល ប្រមៀលលើបាល់ ជិះទោងរំអិល ចុះជណ្តើរ លោតជើងម្ខាង ...

រូបភាពទី៥ ៖ កុមារចុះជណ្តើរ និងលោតជើងម្ខាង

គ.ការយល់ដឹងអំពីខ្លួន

សកម្មភាពកុមារលោតលើជុំឈើ ដើរកោងៗលើបន្ទះក្តារ ឬបន្ទះខ្សែ វារតាមខ្សែកោងចុះ កោងឡើង វារក្រោមកៅអីវែង



រូបភាពទី៦ ៖កុមារដើរលើបន្ទះខ្សែ និងលោតលើជុំឈើ

ឃ.ការយល់ដឹងអំពីជើង

សកម្មភាពកុមារលោតចូលរង្វង់ ដើរតាមស្នាមជើង រត់តាមបន្ទាត់ ហៃលទឹក លោតជើងម្ខាង (ជើងខាងស្តាំ)តាមស្នាមជើង។

ង.ការយល់ដឹងអំពីការតម្រង់ទិសនៃរាងកាយ

កំណត់ទិស(ខាងស្តាំ ខាងឆ្វេង) ដើម្បីកំណត់ឱ្យកុមារធ្វើសកម្មភាព ទៅតាមដំណាក់កាល ។ កុមារដើរទា ដើរក្តាម បង្វិលកង ។

រូបភាពទី៧៖ កុមារដើរតាមទិសនៃរាងធរណីមាត្រ និងដើរក្តាម

ច. ចលនាចរន្តនៃទម្រង់ពេលវេលា

ការអនុវត្តចលនាចរន្តតាមលំដាប់ពេលការអនុវត្តចលនាចរន្តនេះ គ្រូបែងចែកក្រុមឱ្យចូលលេងតាមល្បែងតាមលំដាប់លេខរៀងនៃល្បែង។

សកម្មភាពកុមារលេងមឹក គ្រែះបាល់លើគំនូស វារលើកៅអីវែង លេងលោតជាមួយកង លោតរំលងវត្ថុ។

រូបភាពទី៨៖ កុមារលោតជាមួយកង និងលោតរំលងវត្ថុ

ឆ. ចលនាចរន្តចំពោះទម្រង់នៃលំហ

សកម្មភាពកុមារដើរលើដុំឈើ ដើរលើខ្សែរាងរង្វង់ បង្វិលកងក្នុងជើង៣ដង រួចបញ្ចេញកងតាមក្បាលវិញ ដើរជុំវិញកៅអី លូនចូលក្នុងកង។

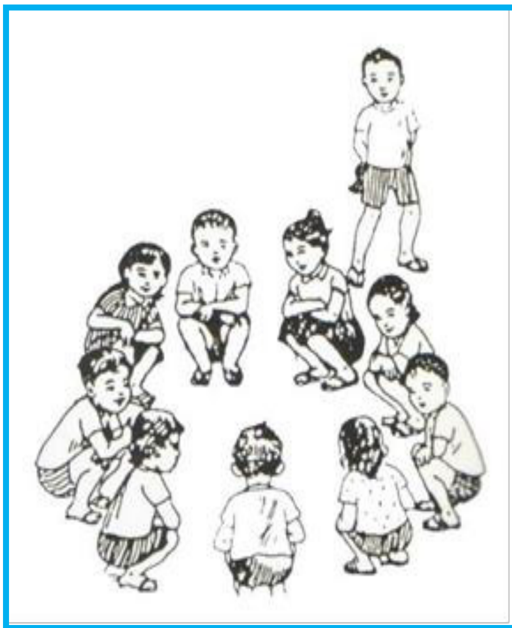
សរុបសេចក្តីមកការអនុវត្តចលនាចរន្តមានសារប្រយោជន៍ណាស់ចំពោះកុមារ ធ្វើឱ្យកុមារមានការយល់ដឹងអំពីរាងកាយ ពេលវេលា និងលំហ សន្សំបាននូវបទពិសោធន៍ក្នុងការធ្វើចលនាដែលជាកត្តាជំរុញឱ្យរាងកាយមានភាពរឹងមាំស្វាហាប់ ទន់ភ្លន់និងរហ័សរហួន។

រូបភាពទី៩៖ កុមារដើរលើបន្ទះឈើ កៅអី បន្ទះក្តារ ដើរគ្រាប់តាមសត្វជើងបួន

៣.២.៣- ល្បែងចលនា

ល្បែងចលនា គឺជាល្បែងសម្រាប់កុមារកម្សាន្តដោយប្រើប្រាស់ចលនារាងកាយទាំងមូល (ចលករធំ) និងចលនាតូច (ចលករតូច) ដើម្បីសុខភាព ការលូតលាស់ និងភាពវៃឆ្លាត ស្វាហាប់ ទន់ភ្លន់ រហ័សរហួន។ ល្បែងចលនា ត្រូវបានគេស្គាល់ថា ជាសកម្មភាពធ្វើចលនាដោយប្រើប្រាស់រាងកាយទាំងមូល រួមនឹងការប្រើប្រាស់សង្គម និងអារម្មណ៍។ មានន័យថា ជាសកម្មភាពលេងចាប់ពីពីរនាក់ឡើងទៅ ដោយគោរពច្បាប់ល្បែង និងមានភាពសប្បាយរីករាយ ដូចជាល្បែងប្រជាប្រិយ៍ ល្បែងច្នៃប្រឌិត និងល្បែងលេងសប្បាយ។

ឧទាហរណ៍៖ ល្បែងលាក់កន្សែង ល្បែងបាញ់ទឹក ល្បែងឱបចង្កេះ ឬល្បែងទាញព្រ័ត្រ...



រូបភាពទី១០៖ ល្បែងលាក់កន្សែង និងល្បែងគ្រែះបាល់ចូលកន្ត្រក

៣.២.៤- ហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន

ការហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន គឺជាការហាត់ប្រាណទៅតាមសកម្មភាពរបស់តួអង្គ សត្វ រុក្ខជាតិ សមស្របទៅតាមខ្លឹមសារនៃរឿង ដែលជារឿងប្រឌិតខ្លីៗដែលយកទៅនិទានឱ្យកុមារស្តាប់ ដោយលើកដាក់សំឡេងទៅតាមតួអង្គនៃសាច់រឿង។

ឧទាហរណ៍៖ រឿង មេពពែនាំកូនទៅស៊ីស្មៅ

តាមលក្ខណៈចិត្តវិទ្យា ចំពោះកុមារតូចស្ថិតក្នុងវ័យកុមារភាពទី១ចាប់ពីអាយុ០ឆ្នាំ ដល់អាយុក្រោម៦ឆ្នាំ បានចាត់ទុករឿងនិទានដែលមានលក្ខណៈអប់រំ មានឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងទៅលើការ អភិវឌ្ឍរូបរាងកាយ បញ្ញា ស្មារតី ភាសា សង្គមនិងអារម្មណ៍។ ហេតុនេះ គ្រូមត្តេយ្យសិក្សាត្រូវរៀបចំខ្លឹម សាររឿងនិទានសមស្របនឹងវ័យ ដែលមានអត្ថន័យអប់រំកាយ ចិត្ត ធ្វើឱ្យកុមារសប្បាយរីករាយ ហាត់ ប្រាណដោយមិននឿយហត់ហើយទទួលបានសុខភាពល្អ មានបញ្ញាភ្លឺថ្លាឆ្លាតវាងវៃ ហ៊ានជំនះឧបសគ្គ ហ៊ានដោះស្រាយបញ្ហាចំពោះមុខ និងរាងកាយមានការលូតលាស់ល្អសមសួន។

៣.២.៥- ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/ ចលនាតាមបទភ្លេង

ក្រៅពីការហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង ក៏អាចបញ្ចូលចលនាហាត់ប្រាណតាមចង្វាក់ ភ្លេងផងដែរ ដើម្បីបង្កលក្ខណៈសប្បាយរីករាយឱ្យកុមារចូលរួម។ ការហាត់ប្រាណបែបនេះ ត្រូវជ្រើសរើស បទភ្លេងដែលមានលក្ខណៈងាយស្រួលធ្វើសកម្មភាព និងមានលក្ខណៈកន្ត្រាក់អារម្មណ៍រស់រវើកដោយប្រើ ប្រាស់រាងកាយទាំងមូល។គ្រូអាចជ្រើសរើសបទភ្លេងតាមរយៈហ្គូហ្គល(Google)ឬយូធូប(*YouTube*) តែជាបទភ្លេងដែលស្របតាមកម្រិតអាយុ ចៀសវាងការប្រើកម្លាំងខ្លាំងហួសពីសមត្ថភាពកុមារ។

ក.ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង

ការហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង គឺជាការហាត់រៀនធ្វើចលនារាងកាយទាំងមូលទៅតាមបទចម្រៀង ដើម្បីឱ្យកុមារមានការលូតលាស់បានល្អ សុខភាពល្អ និងទទួលបានចំណេះដឹងពីបរិស្ថានជុំវិញ។

ឧទាហរណ៍៖ បទ ព្រះអាទិត្យរះហើយ

រូបភាពទី១១៖ ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង

ខ.ការអនុវត្តចលនាតាមបទភ្លេង

គ្រូអាចសម្របសម្រួលចលនាពីសរីរាង្គលើដល់សរីរាង្គខាងក្រោមតាមដំណាក់ ដូចខាងក្រោម៖

១- ចលនាក្បាល និងក	៥- ចលនារមួលខ្លួន
២- ចលនាកដៃ	៦- ចលនាពោះ
៣- ចលនាដៃ	៧- ចលនាជើង
៤- ចលនាដងខ្លួន	៨- ចលនាលោត

កំណត់សម្គាល់៖ ការអនុវត្តចលនាតាមបទភ្លេងនេះ គ្រូអាចកំណត់ចង្វាក់ដូចខាងក្រោម៖

-១ -២ -៣ -៤ -២ -២ -៣ -៤

-៣ -២ -៣ -៤ -៤ -២ -៣ -៤

ឧទាហរណ៍៖. លេខ(១)តំណាងឱ្យចលនា**ក**

លេខ(២)តំណាងឱ្យចលនា**ស្មា**

លេខ(៣)តំណាងឱ្យចលនា**ពោះ**

លេខ(៤)តំណាងឱ្យចលនា**ជើង**។

រូបភាពទី១២៖ ហាត់ប្រាណតាមចង្វាក់ភ្លេង

៣.៣- វិធីសាស្ត្របង្រៀនចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា

ក្នុងកម្មវិធីសិក្សាលម្អិតនៅមត្តេយ្យសិក្សា ការបង្រៀនចិត្តចលភាពទាំងបីកម្រិតថ្នាក់ (ថ្នាក់កម្រិតទាប មធ្យម និងខ្ពស់) សម្រាប់មួយឆ្នាំសិក្សា មានចំនួន២១០ម៉ោងសិក្សាដូចៗគ្នា ដោយប្រើរយៈពេលបង្រៀនស្មើនឹង៣៥សប្តាហ៍ និង៦ម៉ោងសិក្សាក្នុងមួយសប្តាហ៍ ហើយក្នុងមួយម៉ោងសិក្សា ស្មើនឹង៣០នាទី ។

ហេតុនេះ ដើម្បីធានាដល់ការលើកកម្ពស់ប្រសិទ្ធភាព នៃការអនុវត្តចិត្តចលភាព គ្រូមត្តេយ្យត្រូវអនុវត្តឱ្យបានទន់ភ្លន់ប្រកបដោយភាពឈ្លាសវៃ និងច្នៃប្រឌិតខ្ពស់តាមខ្លឹមសារនៃការបង្រៀនចិត្តចលភាពដូចខាងក្រោម៖

៣.៣.១- វិធីសាស្ត្របង្រៀន

មុននឹងចាប់ផ្ដើមបង្រៀន គ្រូគប្បីយល់ពីគោលបំណងនៃការបង្រៀន និងរៀននៅកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សា ដែលកុមារត្រូវមានសមត្ថភាពស្ដាប់ និយាយ ពិសេសសង្កត់ធ្ងន់ទៅលើការធ្វើសកម្មភាពចលនាតាមចង្វាក់បានត្រឹមត្រូវ។ ដូច្នេះ ការបង្រៀនត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ទៅលើការអនុវត្តរបស់កុមារដោយផ្ទាល់ ចៀសវាងគ្រូអនុវត្តហើយកុមារអង្គុយចាំមើល ពោលគឺត្រូវមានសកម្មភាពឆ្លើយតបគ្នារវាងគ្រូនិងកុមារ ពិសេសអនុវត្តតាមគោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌលជាប្រចាំ ដើម្បីទទួលបានលទ្ធផលល្អប្រសើរ។ ក្នុងការបង្រៀន គ្រូត្រូវចេះលើកទឹកចិត្តកុមារមិនត្រូវនិយាយ បន្ទុះបង្អាប់កុមារទេ ហើយគ្រូអាចច្នៃប្រឌិតក្នុងការប្រើវិធីសាស្ត្រជាច្រើនដូចជា អនុវត្តវិធីចម្រុះ ដោយបំផុសសំណួរ ចែកកុមារជាក្រុម (ក្រុមតូច ក្រុមធំ ដៃគូ...) គ្រូជាអ្នកសម្របសម្រួល មានឥរិយាបថទន់ភ្លន់តែម៉ឺងម៉ាត់ និងចេះយោគយល់អធ្យាស្រ័យរាល់កំហុសកុមារប្រព្រឹត្តដោយចេតនាក្ដីឬអចេតនាក្ដី ជាពិសេសត្រូវគិតទៅដល់កុមារដែលមានតម្រូវការពិសេស ឬពិការភាព ដោយសម្របសម្រួលយ៉ាងណាឱ្យកុមារទាំងអស់អាចអនុវត្តបានដូចគ្នាប្រកបដោយសមធម៌។ គ្រូត្រូវមានភាពច្បាស់លាស់ក្នុងតួនាទីរបស់ខ្លួនក្នុងការគ្រប់គ្រងកុមារ។ គ្រូ ត្រូវសួរខ្លួនឯងថា ថ្ងៃនេះកុមាររបស់ខ្លួនត្រូវទទួលបាននូវចំណេះដឹងអ្វីខ្លះ? មិនតែប៉ុណ្ណោះ ត្រូវហ្វឹកហាត់កុមារឱ្យមានការភ្ញាក់រលឹក ដោយណែនាំពន្យល់កុមារឱ្យបានច្បាស់លាស់ពីរបៀបធ្វើចលនានីមួយៗនៃមេរៀន និងចេះវាយតម្លៃលើចលនារបស់ខ្លួនឯង និងមិត្តភក្តិ។ ការភ្ញាក់រលឹករបស់កុមារមានភាពម្ចាស់ការចូលរួមរហូតដល់ចប់ម៉ោងសិក្សា និងខិតខំបំពេញភារកិច្ចក្នុងពេលអនុវត្ត។អាស្រ័យដោយបម្រុងប្រយ័ត្ន និងចំណាប់អារម្មណ៍របស់កុមារមានរយៈពេលខ្លី ហើយមានការប្រែប្រួលឆាប់រហ័សតាមបរិយាកាសជុំវិញខ្លួន ធ្វើឱ្យកុមារមានការយល់ដឹងមិនទាន់ទូលំទូលាយ និងមិនទាន់មានភាពម្ចាស់ការទាំងស្រុងទៅលើការធ្វើចលនានៃលំហាត់នីមួយៗ។ ដូចនេះ គ្រូមត្តេយ្យសិក្សាត្រូវចេះជ្រើសរើសសម្ភារៈដែលទាក់ទាញចិត្តរំភើបរបស់កុមារដូចជា កន្សែង ក្រមាសំឡី ប៉េងប៉ោង កំប៉ុង ស្គរ ...មកដាក់ សម្រាប់ជាការអនុវត្តផងដែរ។

ជារួម សកម្មភាពបង្រៀនមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាពចំពោះកុមារមត្តេយ្យអាយុ ៣, ៤, និង ៥ឆ្នាំ ត្រូវរៀបចំដំណើរការបង្រៀនឱ្យឆ្លើយតបទៅនឹងលទ្ធផលរំពឹងទុកក្នុងកម្មវិធីសិក្សាលម្អិត។ ទន្ទឹមនឹងការរីកចម្រើនការចេះប្រើប្រាស់វិធីសាស្ត្រអនុវត្ត គឺផ្សារភ្ជាប់ក្នុងការសិក្សាកុមារមត្តេយ្យធ្វើយ៉ាងណាឱ្យធានាបាននូវប្រសិទ្ធភាពក្នុងការកសាងចំណេះដឹងមូលដ្ឋានរឹងមាំសម្រាប់កុមារសិក្សា ធានានូវសុវត្ថិភាព(ចៀសវាងការបង្កគ្រោះថ្នាក់នៅពេលអនុវត្តសកម្មភាព) មានការលូតលាស់ល្អ កុមារក្លាហាន ស្វាហាប់ ធ្វើចលនាតាមខ្លឹមសារបទចម្រៀង និងការហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន។ ក្នុងការបង្រៀនមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព គ្រូអាចជ្រើសរើសគោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌលមកបង្រៀន។

៣.៣.២- គោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌល

គោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌល ជាវិធីដែលសិស្សមានសកម្មភាពច្រើនជាងគ្រូ។ មានន័យថា សិស្សសកម្ម អាចធ្វើកិច្ចការទាំងឡាយនៅក្នុងថ្នាក់ក្នុងម៉ោងរៀន រីឯគ្រូគ្រាន់តែដើរតួជាអ្នកសម្របសម្រួលប៉ុណ្ណោះ។ គោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌលរួមមាន៖

- វិធីពិភាក្សា
- វិធីបង្រៀនដោយប្រើធនធានសហគមន៍
- វិធីបង្រៀនតាមបែបសហការ

- វិធីបង្រៀនតាមបែបអង្កេត ស្រាវជ្រាវ
- វិធីអនុមាណរួម និងអនុមាណញែក។

ចំពោះការអនុវត្តគោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌលក្នុងការហ្វឹកហាត់ចិត្តចលភាព គឺអាចឱ្យកុមារៈ

- អនុវត្តជាបុគ្គល ដើម្បីឱ្យមានភាពម្ចាស់ការ មានទំនុកចិត្ត មានបម្រុងប្រយ័ត្ន និងមានភាពច្នៃប្រឌិត និងឈានទៅមានទំនួលខុសត្រូវ។
- អនុវត្តជាដៃគូ ឬក្រុម ដើម្បីឱ្យកុមារចេះសហការជួយគ្នា ស្មោះត្រង់ មិនអត្តនោម័ត ចេះអធ្យាស្រ័យ ដឹកនាំល្អ និងមានសាមគ្គីភាព។

ក្នុងការអនុវត្តគោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌល គ្រូអាចជួយកុមារឱ្យមានការយល់ដឹងកាន់តែច្បាស់ អំពីរបៀបដែលពួកគេអាចធ្វើចលនា ដោយប្រើគំនិតគឺៈ

- ការយល់ដឹងអំពីរាងកាយ-ផ្តោតលើអ្វីដែលរាងកាយអាចធ្វើបាននៅពេលផ្លាស់ទី
- ការយល់ដឹងពីលំហ-ផ្តោតលើទីតាំងដែលរាងកាយកំពុងធ្វើចលនា
- ការយល់ដឹងអំពីការខិតខំ-ផ្តោតលើរបៀបដែលរាងកាយកំពុងផ្លាស់ប្តូរ
- ការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនង-ផ្តោតលើអ្នកណាដែលរាងកាយកំពុងធ្វើចលនា។

តារាងខាងក្រោមនេះ ពិពណ៌នាអំពីប្រភេទនៃបំណិនចលករធំ និងគំនិតនៃចលនាក្នុង ដំណើរការការងារ និងការប្រើគោលវិធីសិស្សមជ្ឈមណ្ឌល ៖

បំណិនចលករ			គំនិតនៃការធ្វើចលនា			
បម្លាស់ទី	នៅនឹងមួយកន្លែង	បំណិនសម្រប សម្រួលរាងកាយ	ការយល់ដឹងនៃ រាងកាយ	ការយល់ដឹងពី លំហ	ការយល់ដឹងពីការ ខិតខំ ប្រឹងប្រែង	ការយល់ដឹងពី មិត្តភាព
១.ការលូន ២.ការដើរ ៣.ការរត់ ៤.ការរំកិល ៥.ការលោតជើង២ ៦.ការលោតផ្លោះជើងមួយ ៧.ការលោតផ្លោះ ៨.ការបំផាយសេះ ៩.ការលោតរំលង	១.តុល្យភាព (ទប់លំនឹង) ២.ការបត់បែន ៣.ការពត់ខ្លួន ៤.ការចោល ៥.ការឈរត្រង់ ៦.ការអណ្តែតឡើង ៧.ការលិច ៨.ការយោល ៩.ការយោលពីម្ខាងទៅម្ខាង ១០.ការរុញ ១២.ការទាញ	១.ការបោះទៅបោះមក ២.ការចាប់ ៣.ការបោះ ៤.ការប្រមៀល ៥.ការលោត ៦.ការទាត់ ៧.ការវាយ	▪ បម្លាស់ទី ▪ នៅនឹងមួកន្លែង ▪ បំណិនធ្វើដោយដៃ	▪ ប្រើប្រាស់ការធ្វើខ្លួនឯង និងលំហទូទៅ ▪ ធ្វើចលនាក្នុងទិសដៅផ្សេងគ្នា ▪ ធ្វើចលនាក្នុងគន្លងខុសគ្នា ▪ ធ្វើចលនាក្នុងកម្រិតខុសគ្នា	▪ ប្រើប្រាស់ពេលវេលា ▪ ប្រើប្រាស់កម្លាំង	▪ ផ្នែកនៃរាងកាយជាប់ទាក់ទងទៅនឹងអ្នកដទៃពេលធ្វើចលនា ▪ កុមារជាប់ទាក់ទងជាមួយមនុស្សធំ និងគោលដៅវត្ថុ

នៅពេលរៀបចំផែនការសកម្មភាពគ្រូគួរតែផ្តោតលើបំណិនចលករធំ ក្នុងការយល់ដឹងអំពីរាងកាយជាមួយគំនិតនៃចលនា យ៉ាងហោចណាស់ក្នុងចំណោមគំនិតចលនាបីផ្សេងទៀត។

ឧទាហរណ៍៖ គ្រូអាចរៀបចំផែនការសកម្មភាពមួយដែលផ្តោតលើការរុករកបំណិនលោតផ្លោះក្នុងផ្លូវកាច់ចុះ កាច់ឡើង(រាងកាយ និងការដឹងពីលំហ) និងការឈានទៅរកការដើរកាច់ចុះ កាច់ឡើងជាមួយដៃគូ(រាងកាយ និងការដឹងពីទំនាក់ទំនង)។ សកម្មភាពជាច្រើនអាចត្រូវបានបង្កើតចេញពី

ការរួមបញ្ចូលគ្នានៃបំណិនចលករធំ ក្នុងការយល់ដឹងអំពីរាងកាយជាមួយនឹងគំនិតចលករមួយក្នុងចំណោមគំនិតបីផ្សេងទៀត។ ទាំងនេះអនុញ្ញាតឱ្យកុមារស្វែងយល់អំពីបំណិនចលករធំដូចគ្នាតាមវិធីជាច្រើន ពីបទពិសោធន៍នៃការរៀនសូត្រ។កុមារ នឹងស្វែងយល់ពីការផ្លាស់ប្តូរតាមរបៀបផ្សេងៗគ្នា និងរៀនពីវាក្យសព្ទថ្មីៗដើម្បីពណ៌នាពីចលនារបស់ពួកគេ។ក្នុងការអនុវត្តសកម្មភាពនេះ គ្រូអាចឱ្យកុមារអនុវត្តជាដៃគូ។

ក- ការយល់ដឹងពីរាងកាយ

ពេលដែលកុមារដឹងពីការអភិវឌ្ឍរបស់រាងកាយ ពួកគេអាចស្គាល់នូវផ្នែកផ្សេងៗនៃរាងកាយ និងវិធីដើម្បីធ្វើឱ្យផ្នែកទាំងនេះផ្លាស់ទី។ កុមារបង្ហាញពីភាពខុសគ្នា ក្នុងការទទួលបានបំណិនចលករធំដោយសារកត្តាជាច្រើនដូចជាឱកាសសម្រាប់ការអនុវត្ត និងរយៈពេលដែលកុមារបានអនុវត្ត។

ឧទាហរណ៍៖ កុមារអាយុ៥ឆ្នាំម្នាក់ អាចបង្ហាញនូវបំណិនរត់ដែលមានភាពប្រសើរជាងមុន ហើយសម្របសម្រួល ចលនាអវយវៈបានល្អ។ ប៉ុន្តែកុមារម្នាក់ទៀតដែលមានអាយុប្រហាក់ប្រហែលគ្នា អាចបង្ហាញពីដំណាក់កាលដំបូងនៃការរត់ទូទាំងផ្នែកខាងមុខនៃរាងកាយ។

ការយល់ដឹងអំពីរាងកាយ បានរួមបញ្ចូលបំណិនចលករធំ៣គឺ៖

- **បំណិន បម្លាស់ទី៖** ពាក់ព័ន្ធនឹងចលនានៃរាងកាយក្នុងទិសដៅផ្តេកឬបញ្ឈរពីកន្លែងមួយទៅកន្លែងមួយក្នុងរបៀបសម្របសម្រួលវត្ថុ

ឧទាហរណ៍៖ បំណិន បម្លាស់ទី រួមមាន៖ ការដើរ ការរត់ ការរត់ប្រណាំង ការលោតជើងមួយ ការលោតជើងពីរ ការផ្លោះ និងការលូនជាដើម

- **បំណិន នៅនឹងមួយកន្លែង៖** ទាក់ទងនឹងចលនានៃរាងកាយដែលមិនផ្លាស់ទី

ឧទាហរណ៍៖ ការមានតុល្យភាព ការបត់បែន ការលាត រញ្ជួយ ងឺកងោក ការយោល ការបត់ទៅបត់មក ការរុញ ការទាញ ការលិច និងអណ្តែត។

- **បំណិនសម្របសម្រួល៖** ទាក់ទងនឹងការគ្រប់គ្រងដៃ ជើង និងផ្នែកផ្សេងៗទៀតនៃរាងកាយក្នុងការគ្រប់គ្រងវត្ថុដូចជាការលោតចាប់បាល់ វាយនឹងដំបង បោះនិងចាប់កញ្ចប់សណ្តែក។

ចំណុចទាំងនេះ គ្រូអាចឱ្យកុមារអនុវត្តជាក្រុមធំ។

ខ- ការយល់ដឹងពីលំហ

កុមារមានការយល់ដឹងអំពីទីតាំងនៅពេលដែលពួកគេសង្កេតមើលទីតាំងទាក់ទងទៅនឹងវត្ថុដែលនៅជុំវិញ ក្នុងពេលដែលពួកគេផ្លាស់ប្តូរទីធ្លាផ្ទាល់ខ្លួន។

ឧទាហរណ៍៖ ចន្លោះនៅក្នុងទីតាំងណាមួយ និងចន្លោះទូទៅ

កុមារនឹងរៀនធ្វើចលនាទៅតាមទិសដៅផ្សេងៗគ្នា៖ ឆ្ពោះទៅមុខ ថយក្រោយ ចំហៀង ឡើងលើ ចុះក្រោមតាមទ្រនិចនាឡិកា និងបញ្ច្រាសទ្រនិចនាឡិកា និងគន្លងផ្លូវ(*ឧទាហរណ៍៖* ត្រង់ កោង បត់បែន)។ ពួកគេនឹងមានឱកាសធ្វើចលនាក្នុងកម្រិត៣ផ្សេងគ្នា គឺចលនាទាប(ចលនាក្រោមជង្គង់) ចលនាមធ្យម(ចលនាចន្លោះជង្គង់ និងស្មា) និងចលនាកម្រិតខ្ពស់ (ចលនាលើស្មា)។

ចំណុចទាំងនេះ គ្រូអាចឱ្យកុមារអនុវត្តជាក្រុមធំ។គ្រូជាអ្នកសម្របសម្រួល

គ- ការយល់ដឹងពីការប្រឹងប្រែង

កុមារនឹងយល់ដឹងអំពីពេលវេលា(លឿន យឺត ភ្លាមៗ ទប់លំនឹង) និងការខិតខំប្រឹងប្រែងក្នុងការធ្វើសកម្មភាពដូចជា៖ ខ្លាំង, ស្រាល, រឹង, សម្រាក, ធ្វើឱ្យតឹង... ។ ការអនុវត្តទាំងនេះ មានឥទ្ធិពល

លើរបៀបដែលពួកគេផ្លាស់ប្តូរ។

ឧទាហរណ៍៖ គ្រូឱ្យកុមារស្វែងយល់ពីចលនាដោយប្រើសកម្មភាពខ្លាំងដោយប្រើកម្លាំងជើង។ បន្ទាប់មកគ្រូអាចនាំកុមារឱ្យលោតរំលងវត្ថុស្រាលៗ។

ឃ- ការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនង

ពាក់ព័ន្ធនឹងការរៀនសូត្រពីរបៀបដែលផ្នែកមួយនៃរាងកាយទាក់ទង នឹងផ្នែកមួយផ្សេងទៀត ក្នុងពេលធ្វើចលនា។ ការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនងមាន៖ នៅពីក្រោម, នៅពីលើ, ដាច់ពីគ្នា, រួមគ្នា, ពីខាងក្រោយ, នៅពីមុខ... ក្នុងនោះ ទាក់ទងនឹងការធ្វើអន្តរកម្ម និងការធ្វើចលនា។

ង- ការរៀនពីបទពិសោធន៍នៃការរៀនសូត្រដែលធ្វើឱ្យកុមារស្វែងយល់ពីចលនាផ្សេងៗនិងអភិវឌ្ឍបំណិនចលករធំ៖

- **ការទប់លំនឹង៖**

កុមារទទួលបានបទពិសោធន៍ពីរបៀបទប់លំនឹងនៅលើក្បាល ដោយប្រើកញ្ចប់សណ្តែក(ការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនង)នៅពេលដែលពួកគេដើរ(ការយល់ដឹងពីរាងកាយ)នៅក្នុងលំហទូទៅ(ការដឹងពីលំហ)។ដើម្បីពង្រីកការរៀនសូត្រ គ្រូឱ្យកុមារស្វែងយល់ពី កញ្ចប់សណ្តែកនៅលើផ្នែកផ្សេងៗនៃរាងកាយ (ឧទាហរណ៍ស្មា និងកែងដៃ)។

- **ការបំផាយ(សេះ)**

ឱ្យកុមារស្រមៃថាពួកគេជាសត្វ «សេះរីករាយ» បន្ទាប់ពីពួកគេបានទៅលេងសួនសត្វនៅកន្លែងណាមួយ ហើយទទួលបានការឮសំឡេងសេះផាយ (ការយល់ដឹងពីរាងកាយ) ការប្រើប្រាស់ពីជំហានស្រាលៗ និងរហ័ស (ការយល់ដឹងពីការខិតខំប្រឹងប្រែង)។ សកម្មភាពនេះត្រូវបានពង្រីកតាមរយៈការស្នើសុំឱ្យកុមារស្រមៃខ្លួនឯងថា«សេះខឹង» ហើយឱ្យកុមារផ្លាស់ប្តូរចលនាសេះផាយទៅយឺតៗ ហើយជំហានធ្ងន់ៗ (ការយល់ដឹងពីការខិតខំប្រឹងប្រែង)។

- **ការបោះ និងការចាប់**

ឱ្យកុមារអនុវត្តការបោះកងកៅស៊ូទន់ៗ(ការយល់ដឹងពីរាងកាយ) នៅខាងលើក្បាលរបស់ពួកគេ(ការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនង)ហើយចាប់កៅស៊ូជាមួយដៃទាំង២។ សកម្មភាពនេះអាចលេងជាដៃគូ(ការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនង)ឱ្យកុមារធ្វើការជាមួយដៃគូក្នុងការបោះហើយចាប់(ការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនង)។

ច- សុខភាព និងភាពមាំមួន

សកម្មភាពរាងកាយ កុមារអភិវឌ្ឍកាយសម្បទាដូចជា ភាពរហ័សរហួន ការសម្របសម្រួល និងការបត់បែន។កាយសម្បទារឹងមាំគឺជាផ្នែកសំខាន់មួយនៃការរៀនសូត្ររបស់កុមារព្រោះទាក់ទងនឹងការអនុវត្តរបស់ពួកគេក្នុងសកម្មភាពកីឡា និងល្បែងផ្សេងៗ។ ដំណើរការនៃការទទួលយកបំណិនចលករ និងការអភិវឌ្ឍកាយ សម្បទាផ្តល់នូវបរិបទធម្មជាតិសម្រាប់កុមារ ដើម្បីយល់ពីតម្រូវការក្នុងការធ្វើលំហាត់ប្រាណទៀងទាត់ ជួយកុមារឱ្យមានភាពរឹងមាំ និងភាពអត់ធ្មត់។

ឆ- ការយល់ដឹងពីសុវត្ថិភាព

នៅពេលកុមារចូលរួមក្នុងសកម្មភាព ពួកគេត្រូវអនុវត្តឥរិយាបថសុវត្ថិភាពការពារខ្លួនរបស់ពួកគេ និងអ្នកដទៃនៅជុំវិញ។ កុមារក៏ចាំបាច់ត្រូវដឹងពីបញ្ញត្តិនៃការលេងសមស្រប។ បញ្ញត្តិទាំងនេះរួមមាន៖

_ មិនរុញច្រានមិត្តភក្តិ

_ ប្តូរវេនគ្នាពេលកំពុងលេង

_ រង់ចាំវេន

ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករជួយកុមារឱ្យទទួលបានបំណិនចលករ។ តាមរយៈសកម្មភាពដែលបានគ្រោងទុក និងរៀបចំដោយគ្រូ កុមារនឹងអភិវឌ្ឍទម្លាប់ល្អ និងភាពមាំមួន ហើយបានរៀនអំពីសុវត្ថិភាពនៅផ្ទះ,ក្នុងសាលាមត្តេយ្យ និងនៅទីសាធារណៈ។

ចំណុចទាំងនេះ គ្រូអាចឱ្យកុមារអនុវត្តជាក្រុមធំ។គ្រូដើរតួ ជាអ្នកសម្របសម្រួល។

៣.៤- ការគ្រប់គ្រងដំណើរការរៀននិងបង្រៀន

ការកំណត់វិធីអនុវត្តក្នុងការរៀននិងបង្រៀនអាស្រ័យទៅលើសិល្បវិធីរបស់គ្រូម្នាក់ៗ។ វិធីអនុវត្ត គ្រូអាចជ្រើសរើសសកម្មភាពអនុវត្តក្នុងប្រភេទផ្សេងៗគ្នា ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យកុមារទទួលបានលទ្ធផលសិក្សាតាមលទ្ធផលរំពឹងទុក។ ខាងក្រោមនេះ ជាយុទ្ធសាស្ត្រមួយចំនួន សម្រាប់គ្រូយកទៅអនុវត្តៈ

៣.៤.១- យុទ្ធសាស្ត្រសម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករ

គ្រូគួររៀបចំផែនការសកម្មភាពផ្សេងៗគ្នា ដើម្បីអភិវឌ្ឍផ្នែកផ្សេងៗនៃសមត្ថភាពរាងកាយរបស់កុមារ។ សកម្មភាពនានា គួរតែមានភាពជឿនលឿន និងត្រូវកសាងឡើងលើបំណិនដែលកុមារអាចធ្វើបានពីសាមញ្ញទៅស្មុគស្មាញ។ សកម្មភាពនីមួយៗមានគោលបំណងសិក្សាជាក់លាក់និងធានាថាកុមារមានភាពរីករាយ ។

យុទ្ធសាស្ត្រដើម្បីឱ្យកុមារអភិវឌ្ឍបំណិនចលកររួមមាន ការប្រើប្រាស់ការបង្រៀនជាក់ស្តែង ការប្រើប្រាស់ល្បែង និងការប្រើប្រាស់ទីកន្លែងហាត់ប្រាណ។

៣.៤.១.១- ការប្រើប្រាស់ការបង្រៀនជាក់ស្តែង

- គ្រូពន្យល់ពីរបៀបអនុវត្តជាមួយនឹងការបង្ហាញដើម្បីឱ្យកុមារយល់ ហើយអាចអនុវត្តបាន
- ប្រាប់កុមារ ពីគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ ដែលអាចនឹងកើតឡើងនៅពេលអនុវត្ត ប្រសិនបើគេមិនបានប្រុងប្រយ័ត្ន
- មុនពេលកុមារចាប់ផ្តើមសកម្មភាព គ្រូសួរសំណួរឡើងវិញពីការណែនាំ ដើម្បីធានាថាពួកគេបានយល់ និងអាចអនុវត្តបាន
- គ្រូសម្របសម្រួលកុមារ ដើម្បីគាំទ្រដល់ការអនុវត្តរបស់ពួកគេដោយផ្តល់នូវមតិយោបល់ និងការលើកទឹកចិត្ត
- មុនពេលអនុវត្តសកម្មភាពចលករធំ គ្រូត្រូវចាប់ផ្តើមជាមួយនឹងសកម្មភាពកម្តៅសាច់ដុំ។ សកម្មភាព កម្តៅសាច់ដុំមានគោលបំណងបង្កើនចង្វាក់បេះដូងរបស់កុមារដើម្បីឱ្យពួកគេត្រៀមខ្លួន សម្រាប់សកម្មភាពសំខាន់ៗ។
- គ្រូគួរតែជ្រើសរើសសកម្មភាព ដែលមានគោលបំណងទាក់ទងទៅនឹងសកម្មភាពសំខាន់ៗ

  ឧទាហរណ៍ៈ ប្រសិនបើសកម្មភាពសំខាន់តម្រូវឱ្យកុមាររត់ សកម្មភាពកម្តៅសាច់ដុំគួរតែរួមបញ្ចូលសាច់ដុំភ្លៅ និងកំភួនជើង។

- បន្ទាប់ពីអនុវត្តសកម្មភាព គ្រូត្រូវឱ្យកុមារអនុវត្តសកម្មភាពបន្ធូរអារម្មណ៍ដើម្បីឱ្យរាងកាយ បានធូរស្បើយបន្ទាប់ពីហត់នឿយ។

រូបភាពទី១៣៖ ការអនុវត្ត (កុមារលូនចូលក្នុងសម្បកកង់ឡាន)

បំណិនចលករធំរបស់កុមារអាចត្រូវបានអនុវត្តដោយប្រើ៤ដំណាក់ដូចខាងក្រោម៖

ដំណាក់ទី១ ៖ ការណែនាំសកម្មភាពថ្មី

- បង្ហាញសកម្មភាពថ្មីឱ្យបានត្រឹមត្រូវដោយមានការណែនាំច្បាស់លាស់។
- មុនពេលអនុវត្តសកម្មភាពគ្រូធានាថាកុមារអាចមើលឃើញគ្រូទាំងអស់គ្នាហើយប្រាប់ពួកគេពីអ្វីដែលត្រូវផ្តោតអារម្មណ៍ក្នុងពេលធ្វើចលនា។

ឧទាហរណ៍៖ គ្រូអាចនិយាយថា«មើលមកគ្រូទាំងអស់គ្នា គ្រូនឹងប្រាប់កូនពីការអនុវត្តសកម្មភាព

ដំណាក់ទី២ ៖ ផ្តល់នូវចំណុចសំខាន់ៗនៃការអនុវត្តសកម្មភាព

- បង្រៀនសកម្មភាពសំខាន់ៗដែលទាក់ទងនឹងការអនុវត្តបំណិនជាក់លាក់ដែលជួយកុមារឱ្យអនុវត្តបំណិនកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព។
- ជួយកុមារឱ្យយកចិត្តទុកដាក់លើរបៀបដែលពួកគេធ្វើចលនា។

ឧទាហរណ៍ខាងក្រោមនេះនឹងជួយកុមារឱ្យអនុវត្តបំណិនកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព៖

ការបង្រៀន	ការពណ៌នា
• លើកជើងខាងឆ្វេងទៅខាងមុខ ភ្នែកផ្តោតទៅលើបាល់ • លោតទៅមុខ • ដើរតាម	• ឈរនៅទីតាំងចំហៀងប្រឈមមុខនឹងគោលដៅ ហើយផ្តោតទៅលើបាល់ដែលជាគោលដៅ • អូសគ្រវីដំបងផ្តេកនៅកន្លែងលើដី • បង្វិលដងខ្លួននៅពេលដំបងទៅមុខ

- ឱ្យកុមារមួយ ឬពីរនាក់ បង្ហាញសកម្មភាព ឬនិយាយឡើងវិញពីអ្វីដែលគ្រូបានណែនាំ ដើម្បីធានាថាពួកគេបានយល់មុនពេលចាប់ផ្តើមអនុវត្ត
- គ្រូប្រើការណែនាំឱ្យខ្លី និងសង្ខេបដើម្បីឱ្យសល់ពេលវេលាកាន់តែច្រើនសម្រាប់កុមារអនុវត្តសកម្មភាព។

ដំណាក់ទី៣: ផ្តល់ឱកាសសម្រាប់ការអនុវត្ត និងផ្តល់យោបល់ត្រឡប់វិញ

- ផ្តល់ពេលវេលាសមស្រប សម្រាប់កុមារអនុវត្ត
- គ្រូចូលរួមជាមួយកុមារឬសម្របសម្រួល និងគាំទ្រយ៉ាងសកម្មដល់កុមារដែលត្រូវការជំនួយ
- គ្រូផ្តល់យោបល់ណែនាំបន្ថែម ប្រសិនកុមារអនុវត្តមិនទាន់ឆ្លើយតបនឹងការណែនាំ ដើម្បីជួយឱ្យកុមារយល់ពីអ្វីដែលពួកគេបានធ្វើត្រឹមត្រូវ និងវិធីដែលពួកគេអាចកែលម្អបន្ថែមទៀត
- លើកទឹកចិត្តកុមារនៅពេលគេធ្វើបានល្អ ដោយការឆ្លើយតបដោយមិនប្រើពាក្យសំដីដូចជាការបង្ហាញ«មេដៃ»និងងក់ក្បាល...

ដំណាក់ទី៤ ៖ កុមារអនុវត្តបំណិន

- កុមារអនុវត្តសកម្មភាពដែលគ្រូបានណែនាំ /បង្ហាញ
- បន្ទាប់ពីអនុវត្តសកម្មភាព ឱ្យកុមារអនុវត្តល្បែងជាក្រុមដើម្បីពង្រឹងបំណិនដែលបានរៀន
- គ្រូផ្តល់ការគាំទ្រដល់កុមារដែលត្រូវការជំនួយនៅពេលអនុវត្ត

៣.៤.១.២- ការប្រើប្រាស់ល្បែង

ការលេងល្បែង គឺជាវិធីដ៏ល្អមួយដើម្បីជួយឱ្យកុមាររីករាយក្នុងការអនុវត្តបំណិនចលករ។ ក្រុមល្បែង និងការបញ្ជូនតម្រូវឱ្យកុមារធ្វើអន្តរកម្មជាមួយមិត្តភក្តិ ហើយលើកទឹកចិត្តពួកគេឱ្យសហការ និងអភិវឌ្ឍការងារជាក្រុម។ ល្បែងក៏អាចត្រូវបានប្រើដើម្បីបញ្ចូលភាពសប្បាយរីករាយ។ ភាពសប្បាយរីករាយនិងបន្ថែមភាពចម្រុះទៅនឹងសកម្មភាពកម្តៅសាច់ដុំ និងបន្ធូរអារម្មណ៍។

ខាងក្រោមនេះ គឺជាឧទាហរណ៍នៃល្បែងដែលកុមារអាចរីករាយនៅពេលបានទទួលបំណិនចលករ ៖

ឧទាហរណ៍ទី១៖ ល្បែងលោតឆត្រយោង

គោលបំណង៖ កុមាររៀនបោះបាល់ជាក្រុម និងសហការគ្នាក្នុងការលេងល្បែង

សកម្មភាព៖

- ផ្តល់ឱ្យកុមារនូវកំណាត់មួយផ្ទាំងដែលកំណត់ថាជាឆត្រយោង
- ឱ្យកុមារឈរជារង្វង់ និងកាន់គែមរបស់ឆត្រយោងដោយដៃទាំងពីរ ដោយលើកគ្រវីជារបៀបខ្យល់បក់បង្កើតរលកតូចៗ និងរលកធំជាមួយឆត្រយោង
- ដាក់បាល់នៅកណ្តាលឆត្រយោង ហើយលើកទឹកចិត្តឱ្យកុមារបោះនិងចាប់បាល់ជាមួយឆត្រយោង។

រូបភាពទី១៤៖ ល្បែងឆត្រយោង

ឧទាហរណ៍ទី២៖ ល្បែងឆ្មា ចាប់កណ្តុរ

គោលបំណង៖ កុមារអនុវត្តបំណិនរំកិល

សកម្មភាព៖

- រៀបកុមារជាក្រុម៦នាក់
- ចាត់តាំងកុមារម្នាក់ជាកណ្តុរ និងកុមារម្នាក់ទៀតជាកូនឆ្មា
- កណ្តុរ ត្រូវពាក់កន្សែងចំណាំ ហើយឱ្យកាន់ដៃជាមួយកុមារដទៃទៀត រួចឈរជារង្វង់
- ឆ្មាឈរនៅខាងក្រៅរង្វង់
- ផ្តល់សញ្ញាឱ្យឆ្មា ដេញចាប់កណ្តុរដោយប៉ះលើស្មាកណ្តុរ
- ប្រាប់កុមារក្នុងរង្វង់ឱ្យដើរតាមទ្រនិចនាឡិកា ឬផ្ទុយពីទ្រនិចនាឡិកា ដោយកាន់ដៃឱ្យជាប់ ដើម្បីគេចពីឆ្មា។

ឧទាហរណ៍ទី៣៖ ល្បែង មេរោគ

គោលបំណង៖ កុមារអនុវត្តសកម្មភាពរត់ ដូចចលនាកម្តៅសាច់ដុំ

សកម្មភាព៖

- ឱ្យកុមារដើរតួជាមេរោគ និងជាគ្រូពេទ្យ
- ចែកកូនបាល់ពណ៌ក្រហមទៅកុមារដែលដើរតួជាមេរោគ និងបាល់ពណ៌បៃតងទៅកុមារដែលដើរតួជាគ្រូពេទ្យ

- កុមារដែលដើរតួជាមេរោគ កាន់បាល់ពណ៌ក្រហម ហើយគ្រូពេទ្យកាន់បាល់ពណ៌បៃតង
- ផ្ដល់សញ្ញាឱ្យកុមារដែលដើរតួជាមេរោគ រត់ជុំវិញទីកន្លែងដែលពួកខ្លួននៅ។បន្ទាប់មកអង្គុយចុះហើយរង់ចាំ«គ្រូពេទ្យ»មកជួយសង្គ្រោះ
- គ្រូពេទ្យ ប៉ះស្មារបស់ពួកគេជាមួយនឹងបាល់ពណ៌បៃតង
- នៅពេលដែលមេរោគបានទទួលបាល់ពណ៌បៃតង ពីគ្រូពេទ្យ ពួកគេអាចរត់ជុំវិញដោយសេរី

ឧទាហរណ៍ទី៤៖ ល្បែង ហៅលេខ

គោលបំណង៖ អភិវឌ្ឍបំណិនបម្លាស់ទី

សកម្មភាព៖

- គូរវង្វង់ចំនួន២ឬ៣ និងសរសេរលេខ... ក្នុងវង្វង់
- ឱ្យកុមារដើរ លោតជើងមួយ លោតរំលង... នៅក្រៅវង្វង់
- ផ្ដល់សញ្ញាឈប់ កុមារត្រូវឈប់
- ហៅ«លេខ» ឧទាហរណ៍«២» ឱ្យកុមាររត់ចូលទៅក្នុងក្រុមដែលមានលេខ២នៅក្នុងវង្វង់ រួចធ្វើសញ្ញាឈប់
- កុមារដែលរត់ចូលវង្វង់លេខ២មិនទាន់ ត្រូវរង់ចាំរត់ចូលលេខផ្សេងទៀតដែលគ្រូហៅបន្ត

៣.៤.១.៣- ការប្រើប្រាស់កន្លែងហាត់ប្រាណ

ការបង្កើតទីកន្លែងហាត់ប្រាណ គឺជាប្រព័ន្ធនៃការរៀបចំកុមារឱ្យចូលបានច្រើនបំផុតក្នុងសកម្មភាព។ នៅតាមកន្លែងនីមួយៗកុមារបំពេញភារកិច្ចផ្សេងៗគ្នាទាក់ទង នឹងប្រធានបទ និងបំណិនក្នុងរយៈពេលដែលបានកំណត់។ កុមារផ្លាស់ទីពីកន្លែងមួយទៅកន្លែងបន្ទាប់ដើម្បីអនុវត្តបំណិន និងបំពេញកិច្ចការ។ ប័ណ្ណរូបភាព និងប័ណ្ណពាក្យ ត្រូវបានដាក់នៅកន្លែងនីមួយៗ ដើម្បីណែនាំ និងជួយកុមារឱ្យចងចាំពីអ្វីដែលពួកគេគួរតែធ្វើនៅកន្លែងនីមួយៗ។

ខាងក្រោមនេះ ជាឧទាហរណ៍អំពីការរៀបចំទីកន្លែងហាត់ប្រាណ តាមរយៈសួនសត្វ៖

ឧទាហរណ៍ទី៥៖ សួនសត្វហាត់ប្រាណ

គោលបំណង៖ អនុវត្តបំណិនបម្លាស់ទី មានភាពអត់ធ្មត់ និងជួយសម្រួលផ្នែកបេះដូង និងសាច់ដុំ។

សកម្មភាព៖

- រៀបចំសួនសត្វហាត់ប្រាណ ដែលមានទីកន្លែងចំនួន៤៖ សេះផាយ,ដំរីដើរ,ស្វាលោតផ្លោះ,និងសត្វកវែងរត់(មើលតារាងខាងក្រោម)
- បែងចែកថ្នាក់ជាបួនក្រុម ហើយបែងចែកក្រុមនីមួយៗទៅតាមទីកន្លែងដែលបានកំណត់
- ណែនាំពីភារកិច្ចដែលកុមារត្រូវអនុវត្តទៅតាមទីកន្លែងនីមួយៗ
- ប្រាប់សញ្ញាចាប់ផ្ដើម

- ៥នាទីផ្តល់សញ្ញាឱ្យឈប់ ហើយផ្លាស់ប្តូរកុមារទៅកន្លែងបន្ទាប់ (កុមារទាំងអស់ ត្រូវផ្លាស់ប្តូរសកម្មភាពទាំង៤ដូចគ្នា)

ចលនា	គោលបំណង
កន្លែងទី១៖ ផាយសេះ កុមារផាយឱ្យដូចសេះ	• ការយល់ដឹងពីរាងកាយ(បំណិនបម្លាស់ទី-ការផាយ) • ការយល់ដឹងពីលំហ(ប្រើប្រាស់លំហទូទៅ)
កន្លែងទី២៖ ដើរដំរី កុមារដើរដំរីដោយប្រើជើងខ្លាំងៗ	• ការយល់ដឹងពីរាងកាយ(បំណិនបម្លាស់ទី-ការដើរ) • ការយល់ដឹងពីការខិតខំ(ប្រើប្រាស់កម្លាំង-ដើរជាមួយជំហានខ្លាំងៗ និងធ្ងន់)
កន្លែងទី៣៖ ស្វាលោតផ្លោះ កុមារលោតផ្លោះលើឧបសគ្គទាប	• ការយល់ដឹងពីរាងកាយ(បំណិនបម្លាស់ទី-ការលោតផ្លោះ) • ការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនង(ធ្វើចលនារំលងឧបសគ្គ
កន្លែងទី៤៖ សត្វកវែងរត់ កុមាររត់តាមបន្ទាត់បត់បែន	• ការយល់ដឹងពីរាងកាយ(បំណិនបន្លាស់ទី-ការរត់) • ការយល់ដឹងពីលំហ(ធ្វើចលនាលើគន្លងផ្លូវបត់បែន)

គ្រូបង្រៀន មានតួនាទីសំខាន់ក្នុងការអភិវឌ្ឍបំណិនចលកររបស់កុមារ។ ការផ្លាស់ប្តូរសកម្មភាពជាយុទ្ធសាស្រ្តបង្រៀនដ៏សំខាន់ ដូចជាសកម្មភាពគ្រូឱ្យកុមារត្រាប់តាមសំឡេងសត្វ និងធ្វើកាយវិការឱ្យដូចសត្វ។

គ្រូ ត្រូវមានភាពបត់បែន និងទន់ភ្លន់ ក្នុងការនាំកុមារអនុវត្តសកម្មភាព ហើយអាចជ្រើសរើសរបៀបបង្រៀនផ្សេងៗមកអនុវត្ត។

ខាងក្រោមនេះ ជាឧទាហរណ៍ខ្លះៗ នៃការអនុវត្ត ដើម្បីសម្រេចបានការអភិវឌ្ឍចលករធំ និងចលករតូចជាមួយនឹងការយល់ដឹងពីចលនា៖

ឧទាហរណ៍ទី១៖ ការអភិវឌ្ឍរាងកាយ និងការយល់ដឹងពីលំហ

(បំណិននៅនឹងមួយកន្លែង និងចលនាលើកម្រិតផ្សេងគ្នា)

គោលបំណង៖

- អភិវឌ្ឍលំនឹងនៅលើជើងម្ខាងនៅកម្រិតមធ្យម
- អភិវឌ្ឍកម្លាំងសាច់ដុំដោយធ្វើឱ្យមានលំនឹងលើជើងម្ខាង

សកម្មភាព៖

- ជ្រើសរើសកុមារ ២ឬ៣នាក់ ឱ្យធ្វើជារូបចម្លាក់ រួចប្រាប់កុមារថា ពួកគេជារូបចម្លាក់មានជើងតែម្ខាង ហើយស្រមៃថាមានរូបចម្លាក់ជាច្រើនឈរជើងម្ខាងនៅពីមុខពួកគេ
- ឱ្យកុមារផ្សេងទៀតដើរជុំវិញរូបចម្លាក់ ធ្វើជា«អ្នកមើលសិល្បៈ» ហើយព្យាយាមធ្វើត្រាប់តាមរូបចម្លាក់
- កុមារធ្វើជារូបចម្លាក់ រកវិធីធ្វើឱ្យមានលំនឹងនៅលើជើងម្ខាង
- លើកទឹកចិត្តឱ្យកុមារបង្កើតរូបចម្លាក់ផ្សេងៗគ្នានៅកម្រិតមធ្យម
- ផ្លាស់ប្តូរតួនាទីរបស់កុមារ

ឧទាហរណ៍ទី២៖ អភិវឌ្ឍរាងកាយ និងការយល់ដឹងពីលំហ

(បំណិននៅនឹងមួយកន្លែង និងចលនាលើគន្លងផ្លូវផ្សេងគ្នា)

គោលបំណង៖

កុមារនឹងធ្វើដំណើរលើគន្លងផ្លូវផ្សេងគ្នាដោយប្រើបំណិនចលនាផ្សេងៗគ្នា ដើម្បីគ្រប់គ្រងចលនារបស់ពួកគេឱ្យកាន់តែប្រសើរជាងមុន។

សកម្មភាព៖

- គ្រូប្រាប់ពីការធ្វើចលនាតាមការណែនាំរបស់គ្រូ (ឧទាហរណ៍ៈ ដើរ,ផាយ,រំលង,ឬលោតជើងមួយ)ហើយឱ្យកុមារធ្វើចលនាស្របតាមបន្ទាត់ត្រង់,បន្ទាត់រាងកោង,ដែលបង្កើតនៅលើដី
- ប្រាប់សញ្ញាសម្រាប់កុមារផ្លាស់ប្តូរចលនាមួយផ្សេងទៀត
- នៅពេលឮសំឡេងកុមារត្រូវបញ្ឈប់ និងផ្លាស់ប្តូរចលនារបស់ពួកគេ ទៅតាមការណែនាំរបស់គ្រូ

ឧទាហរណ៍ទី៣ ៖ អភិវឌ្ឍរាងកាយ និងការយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនង

(បំណិននៅនឹងមួយកន្លែង និងការធ្វើការជាដៃគូ)

គោលបំណង៖

កុមារពត់ខ្លួន និងលាតផ្នែកផ្សេងៗនៃរាងកាយបង្កើតជារាងផ្សេងៗជាមួយដៃគូ

សកម្មភាព៖

- រៀបចំកុមារជាគូៗ
- ណែនាំឱ្យបង្កើតរាងធរណីមាត្រ ដោយប្រើផ្នែកផ្សេងៗនៃរាងកាយរបស់កុមារ។ចាប់ផ្តើមដោយរាងដែលពាក់ព័ន្ធនឹងបន្ទាត់ត្រង់។ ឧទាហរណ៍៖ រាងការេ ចតុកោណកែង ឬត្រីកោណ
- ឱ្យកុមារពីរឬបីនាក់ បង្ហាញរាងធរណីមាត្រដែលបានបង្កើត ហើយនិយាយអំពីរបៀបបង្កើតរាងនោះ ដោយប្រើរាងកាយ
- ឱ្យកុមារប្រឡងប្រណាំងក្នុងការបង្កើតរាងធរណីមាត្រ ដែលពាក់ព័ន្ធនឹងបន្ទាត់កោង
- ឧទាហរណ៍រាងរង្វង់ និងឱ្យពួកគេចែករំលែកពីរបៀបដែលពួកគេបានធ្វើការរួមគ្នាជាដៃគូដើម្បីបង្កើតជារាង
- ចុងក្រោយឱ្យកុមារបង្កើតជាគំនូសអក្សរដែលពាក់ព័ន្ធទាំងបន្ទាត់ត្រង់និងបន្ទាត់កោង

ឧទាហរណ៍៖ បន្ទាត់ត្រង់ កោង កាច់..

ឧទាហរណ៍ទី៤៖ រៀបចំវត្ថុដោយសម្របសម្រួលជាមួយដៃ និងភ្នែក

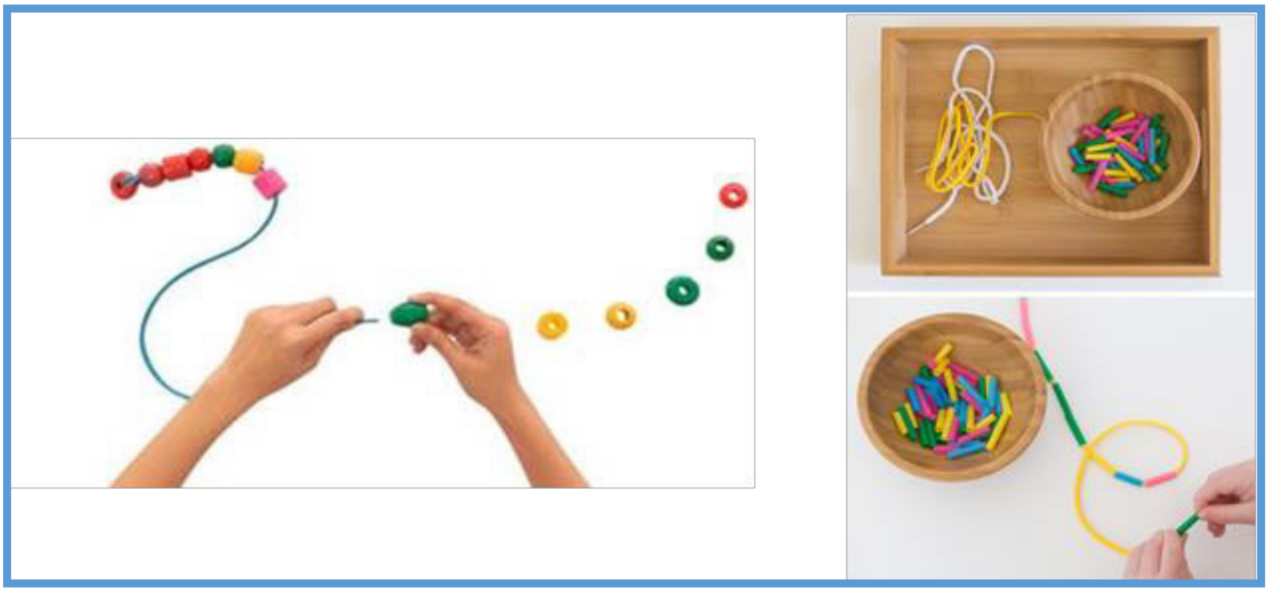
គោលបំណង៖

កុមារអភិវឌ្ឍបំណិនចលករតូចដោយប្រើដៃនិងភ្នែក

សកម្មភាព៖

- ផ្តល់គ្រាប់អង្កាំ ឬផ្កាវុក្ខជាតិដែលមានប្រហោង និងបណ្តុំដែលមានទំហំខុសៗគ្នា
- ឱ្យកុមារដោតអង្កាំ ឬផ្កាវុក្ខជាតិ

- ឱ្យកុមារផ្ទូផ្ទងខ្សែអង្កាំដែលបានដោត
- បង្កើនកម្រិតនៃការលំបាកដោយផ្តល់ឱ្យកុមារនូវគ្រាប់អង្កាំដែលមានរន្ធតូច សម្រាប់កុមារថ្នាក់កម្រិតមធ្យម និងខ្ពស់



រូបភាពទី១៥៖ ដោតអង្កាំ

ឧទាហរណ៍ទី៥៖ ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវការគ្រប់គ្រងម្រាមដៃ

គោលបំណង៖

ភាពស្ទាត់នៃចលនាតូច ដើម្បីឱ្យពួកគេអាចគ្រប់គ្រងម្រាមដៃបានល្អជាងមុន

សកម្មភាព៖

- បង្ហាញកុមារយឺតៗអំពីរបៀបដោះ ដាក់ឡេវ រូត រឹត ចងខ្សែអាវ ឬខោ
- ចាប់ផ្តើមឱ្យកុមារលេងតាមការណែនាំរបស់គ្រូម្តងមួយសកម្មភាពៗទៅតាមរបៀបលេង
- ឱ្យកុមារហ្វឹកហាត់អនុវត្តម្នាក់ម្តងៗឱ្យបានច្រើនតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន
- ជំរុញ និងលើកទឹកចិត្តកុមារចូលរួមលេងដើម្បីបង្កើតបរិយាកាសសប្បាយរីករាយ។

រូបភាពទី១៦៖ ចងខ្សែអាវ បិទឡេវអាវ និងចងខ្សែកាបូប

ឧទាហរណ៍ទី៦៖ ផ្សព្វផ្សាយពីសុវត្ថិភាពផ្ទាល់ខ្លួន ក្នុងពេលកំពុងលេង

គោលបំណង៖

កុមារនឹងរៀនអំពីច្បាប់ដែលពួកគេត្រូវការអនុវត្តតាមក្នុងពេលលេងដើម្បីប្រាកដថាមានសុវត្ថិភាព

សកម្មភាព៖

- ចែកកុមារជាក្រុម ដោយដាក់ជា៣ក្រុមដើម្បីបង្កើតជា«រថយន្ត មិត្តសម្លាញ់»
- ឱ្យពួកគេឈរជាជួរដែលកុមារនៅមុខគេជាអ្នក«បើកបរ»ហើយកុមារដែលនៅសល់ជា«អ្នកដំណើរ»
- មុនពេលអនុវត្តសកម្មភាព,ប្រាប់កុមារនូវសញ្ញាដើម្បីបង្ហាញថា«ចាប់ផ្តើម»និង«ឈប់»
- ពន្យល់ពីលក្ខខណ្ឌនៃល្បែង៖
  - ស្តាប់សញ្ញាដើម្បីចាប់ផ្តើមចលនា
  - ស្តាប់សញ្ញាដើម្បីឈប់
  - ធ្វើចលនាក្នុងទិសដៅតែមួយដូចកុមារដទៃដែរ
- ផ្តល់នូវសញ្ញាដើម្បីចាប់ផ្តើមចលនា ហើយលើកទឹកចិត្តពួកគេឱ្យធ្វើចលនាក្នុងកន្លែងលេងដោយសុវត្ថិភាព
- ផ្តល់នូវសញ្ញាដើម្បីឈប់ ហើយឱ្យកុមារបញ្ឈប់
- ទុកឱ្យកុមារប្តូរវេនគ្នា«អ្នកបើកបរ»និង«អ្នកដំណើរ» ហើយធ្វើសកម្មភាពម្តងទៀត
- បន្ទាប់ពីធ្វើសកម្មភាពរួចប្រមូលផ្តុំកុមារ ដើម្បីនិយាយពីបទពិសោធន៍របស់ពួកគេនៅពេលដែលផ្លាស់ប្តូរទីតាំងនៅក្នុងរថយន្ត។សួរថាតើមានការប៉ះទង្គិចគ្នាក្នុងពេលធ្វើសកម្មភាព និងតើពួកគេដោះស្រាយបញ្ហាដូចម្តេច? សម្របសម្រួលការពិភាក្សា និងបញ្ជាក់ពីរបៀបដែលពួកគេអាចធ្វើការជាមួយគ្នាដើម្បីផ្លាស់ទីដោយសុវត្ថិភាពក្នុងកន្លែងដែលលេងធ្វើសកម្មភាពម្តងទៀត។ លើកទឹកចិត្តឱ្យកុមារធ្វើចលនាយឺតៗ និងរំឭកពួកគេឱ្យមានការប្រុងប្រយ័ត្នដើម្បីធានាថា កុមារទាំងអស់ដែលកំពុងលេងមានសុវត្ថិភាព (ឧទាហរណ៍៖ ផ្តល់ការរំឭកដោយផ្ទាល់មាត់ដល់មិត្តភក្តិ ឬរង់ចាំឱ្យមិត្តភក្តិឆ្លងកាត់មុនពេលផ្លាស់ទីដើម្បីជៀសវាងការប៉ះទង្គិចដែលអាចកើតមាន)
- ពេលដែលកុមារអាចធ្វើចលនាបានដោយសុវត្ថិភាពនៅក្នុងចន្លោះដែលបានកំណត់ សូមឱ្យពួកគេ លេងល្បែងនេះនៅក្នុងកន្លែងលេងដែលតូចជាងនេះ។

ខាងក្រោមនេះ ជាឧទាហរណ៍ខ្លះៗ នៃការរៀបចំការអនុវត្តចិត្តចលភាព ៖

ការរៀបចំទី១៖ កុមារបង្កើនសមត្ថភាពដ៏ជាក់លាក់ ឬធ្វើចលនាមូលដ្ឋានច្បាស់លាស់

ក- ការកម្តៅសាច់ដុំ

- ដើរដោយមានចង្វាក់កាន់តែលឿនឡើងៗ
- ការធ្វើត្រាប់ដំណើររបស់សត្វ
- ចលនារបស់រលកទឹក ដើមឈើដែលត្រូវខ្យល់បក់ មនុស្សយន្ត យក្ស សត្វ...
- ស្លាប...ឬ ទៅតាមសកម្មភាពដែលនឹងមានជាបន្តទៅទៀត

ខ- សកម្មភាពជាក្រុមអនុវត្តការងារ

ឧទាហរណ៍៖ ក្រុមធ្វើការងាររយៈពេល៥នាទីចំនួន៣ក្រុម ក្រុមនីមួយៗ ឆ្លងកាត់ស្ថានភាពនីមួយៗ ទាំង៣ដែលរៀបចំឡើងដោយគ្រូនៅក្នុងលំហា៣ផ្សេងពីគ្នា។

គ. ការបន្ធូរអារម្មណ៍

<u>កំណត់សម្គាល់៖</u>

- យើងនឹងគិតដល់ការបញ្ចេញសំឡេង និង ការបង្ហាញស្ថានភាពទាំងនោះ
- សមត្ថភាពដដែលតែមួយ នឹងត្រូវអនុវត្តច្រើនដង
- រាល់លើក ក្រុមអនុវត្តការងារទាំង៣ផ្លាស់ប្ដូរខុសៗគ្នា ហើយស្របគ្នាទៅនឹងផ្នែកនៃចលនាឬសមត្ថភាពថ្មីមួយ
- នៅពេលចប់វគ្គនេះ គ្រូនឹងបញ្ចូលល្បែងទាំងឡាយដែលបង្កឱ្យមានចលនា ឬសមត្ថភាពនេះឡើង

ឧទាហរណ៍នៃការរៀបចំទី១៖ ការលោត

ថ្ងៃទី១៖ ការលោត

ក- ការកម្ដៅសាច់ដុំ

- លោតមួយកន្លែង ដូចជាលោតជើងស្ដាំ លោតជើងឆ្វេង លោតជើងទាំងពីរ
- បង្វិលខ្លួនដោយលោត
- ថយក្រោយដោយលោត
- ទះដៃមុននឹងជើងប៉ះដី

ខ- ក្រុមអនុវត្ត

ក្រុម ក	ក្រុមខ	ក្រុមគ
លោតបារ(កុមារម្នាក់បារ១)	រត់ចម្ងាយដោយមានដាក់កន្លែងសម្រាប់លោតឆ្លងកាត់ផ្លូវដែលមានដាក់កងឱ្យលោតចូល	ល្បែងម៉ឹក២ប្រភេទ (ដោយមានក្រឡាមឹកវែងៗ)

ក្រុម ក លើកទី១ ក្រុម ខ លើកទី១ ក្រុម គ លើកទី ១

ក្រុម គ លើកទី២ ក្រុម ក លើកទី២ ក្រុម ខ លើកទី ២

ក្រុម ខ លើកទី៣ ក្រុម គ លើកទី ៣ ក្រុម គ លើកទី៣

គ.ការបន្ធូរអារម្មណ៍

ថ្ងៃទី២ ៖ លោតកម្ពស់

ក.ការកម្ដៅសាច់ដុំ

ខ.ក្រុមអនុវត្ត

រូបភាពទី១៧៖
ការអនុវត្តសកម្មភាពឡើងនិងចុះកៅអី លោតវាយវត្ថុដែលចងព្យួរ និងលោតអន្ទាក់

ក្រុម ក លើកទី១	ក្រុម ខ លើកទី១	ក្រុម គ លើកទី១
ក្រុម គ លើកទី២	ក្រុម ក លើកទី២	ក្រុម ខ លើកទី២
ក្រុម ខ លើកទី៣	ក្រុម គ លើកទី៣	ក្រុម ក លើកទី៣

គ. ការបន្ធូរអារម្មណ៍

ថ្ងៃទី៣៖ លោតកម្ពស់

ក.ការកម្តៅសាច់ដុំ

ខ.ក្រុមអនុវត្ត

រូបភាពទី១៨៖ សកម្មភាពអនុវត្ត កុមាររត់ឆ្លងកាត់ឧបសគ្គ លោតផ្លោះរបង និងរលែងខ្សែគ្រវី

ក្រុម ក លើកទី១	ក្រុម ខ លើកទី១	ក្រុម គ លើកទី១
ក្រុម គ លើកទី២	ក្រុម ក លើកទី២	ក្រុម ខ លើកទី២
ក្រុម ខ លើកទី៣	ក្រុម គ លើកទី៣	ក្រុម ក លើកទី៣

គ.ការច្រៀងរាំជាក្រុម

ថ្ងៃទី ៤

ក.ការកម្តៅសាច់ដុំ

ខ.ក្រុមអនុវត្ត

រូបភាពទី១៩៖ សកម្មភាពអនុវត្ត រត់ឆ្លងកាត់ឧបសគ្គ លោតប៉ះវត្ថុដែលចងព្យួរ និងលោតចុះក្រោម

ក្រុម ក លើកទី១	ក្រុម ខ លើកទី១	ក្រុម គ លើកទី១
ក្រុម គ លើកទី២	ក្រុម ក លើកទី២	ក្រុម ខ លើកទី២
ក្រុម ខ លើកទី៣	ក្រុម គ លើកទី៣	ក្រុម ក លើកទី៣

គ.ការបន្ធូរអារម្មណ៍

ថ្ងៃទី ៥ ៖ បញ្ចូលល្បែងចលនាដែលទាក់ទងនឹងការលោត

ការរៀបចំទី២ ៖ ល្បែងថ្មី

ក- ការកម្តៅសាច់ដុំ

- ដើរដោយមានចង្វាក់កាន់តែលឿនឡើងៗ
- ធ្វើត្រាប់ដំណើររបស់សត្វ
- ចលនារបស់រលកទឹក ដើមឈើដែលត្រូវខ្យល់បក់ មនុស្សយន្ត យក្ស សត្វស្លាប..

ខ- សកម្មភាពសេរី

- បុគ្គល
- ក្រុមតូច
- ក្រុមធំ

គ- សកម្មភាពតម្រង់ទិសដៅ

បញ្ចូលនូវគោលបំណងទាក់ទងនឹងការស្រាវជ្រាវយ៉ាងសកម្ម

ឃ- សកម្មភាពសំដៅទៅរកល្បែងមានក្បួនខ្នាតត្រឹមត្រូវ

ធ្វើឱ្យមានការហាត់រៀនបន្តិចម្តងៗជាបន្តបន្ទាប់នូវល្បែងដែលទាក់ទងនឹងក្បួនលេងល្បែង

ង- សម្រាក(១នាទី) : ល្បែងស្តាប់

<u>**កំណត់សម្គាល់**</u> **៖**

- ការហាត់រៀនលេងល្បែងមួយ ប្រព្រឹត្តទៅជាច្រើនលើក
- ការរឹកហាត់សមត្ថភាពបុគ្គលឱ្យមានគ្រប់គ្រាន់ជាមុន គឺជាការចាំបាច់
- ក្រៅពីរយៈពេលនេះ យើងនឹងគិតគូដល់សកម្មភាពបញ្ចេញសំឡេង និងការបង្ហាញអំពីបទពិសោធន៍នៃជីវិត

ឧទាហរណ៍នៃការរៀបចំទី ២៖ ល្បែង បោះអង្គុញ (កុមារកម្រិតខ្ពស់)

ក- ការកម្តៅសាច់ដុំ

ខ- សកម្មភាពសេរីដោយប្រើសម្ភារៈ ៖

- កុមារម្នាក់ៗ មានអង្គុញពីរយ៉ាងតិច
- កុមារអាចឈរផ្ទុំគ្នា

គ- សកម្មភាពតម្រង់ទិសដៅ៖ ដោយមានការបញ្ចូលនូវ៖

- តម្រង់ឱ្យត្រូវចំទិសដៅ (ការសម្របសម្រួលរវាងសាច់ដុំដៃ និងភ្នែក)
- បោះអង្គុញទីមួយ រួចបោះអង្គុញទីពីរឱ្យចំអង្គុញមុន

ឃ- សកម្មភាពតាមក្បួនខ្នាត

- ការបង្កើតក្រុម
- ការរៀបចំលេងអង្គុញឱ្យបានពិតប្រាកដ ដោយមានខ្សែគំនូស
- ចាប់ផ្តើមដោយចម្ងាយមួយខ្លីល្មម
- ណែនាំរបៀបលេង
- អនុវត្តការលេង និងពិភាក្សាអំពីបញ្ហាលំបាក...
- ក្នុងការអនុវត្តវិធីបង្រៀន គ្រូអាចបត់បែន ទន់ភ្លន់ទៅតាមស្ថានភាពជាក់ស្តែង ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យសម្រេចបានតាមលទ្ធផលរំពឹងទុក ដែលបានកំណត់ក្នុងកម្មវិធីសិក្សាលម្អិត។

នៅមត្តេយ្យសិក្សាបានរៀបចំឱ្យមានចលករតូច ចលករធំនៃសកម្មភាពអប់រំកាយឱ្យទៅជាសកម្មភាព ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/បទភ្លេង និងហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន។ ចំពោះកីឡាត្រូវបានរៀបចំឱ្យទៅជាសកម្មភាពល្បែងចលនា។ ចំពោះចលនាធម្មជាតិ ដើរ រត់ លោត លូន វារ... ត្រូវបានរៀបចំជាសកម្មភាពចលនាមូលដ្ឋាន និងចលនាចរន្ត។

៣.៤.២. ភាពរីកចម្រើននៃការអនុវត្តចិត្តចលភាព

ចិត្តចលភាពបានបង្ហាញឡើងនូវសកម្មភាពជាច្រើនរបស់កុមារ ដោយការប្រើប្រាស់ចលនារួមនៃរាងកាយ បញ្ញាចិត្ត(ចលករតូច និងចលករធំ) ធ្វើឱ្យកុមារស្គាល់ខ្លួនឯង(រាងកាយ) និងការ

យល់ដឹងអំពីបរិស្ថានលំហ ពេលវេលា និងលទ្ធភាពទាំងឡាយក្នុងការសម្របសម្រួលចលនាបានងាយស្រួល ស្វាហាប់ រហ័សរហួន និងទន់ភ្លន់ទៅនឹងបរិស្ថាន។

ដោយហេតុថា ចិត្តចលភាពមានការរីកចម្រើនតាមរយៈចំណុចទាំង៣នេះ ទើបតម្រូវមានការរៀបចំសកម្មភាពចម្បងៗគឺ ចលនាមូលដ្ឋាន ចលនាចរន្ត ល្បែងចលនា ហាត់ប្រាណតាមបទភ្លេង ឬហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង និងហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន ដើម្បីដំណើរការចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សាឱ្យប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព និងគុណភាព។

ខាងក្រោមនេះ ជាលំនាំនៃការបង្រៀនដែលគ្រូធ្លាប់បានអនុវត្តកន្លងមក៖

កម្ដៅសាច់ដុំ៖ នាំកុមារធ្វើចលនាងាយៗចំនួន១ឬ២(សូមមើលក្នុងកំណត់សម្គាល់ខាងក្រោម)

សកម្មភាពអនុវត្ត៖ (សម្រាប់ចលនាមូលដ្ឋាន និងចរន្ត)

- បង្ហាញសម្ភារៈឱ្យកុមារប្រាប់ឈ្មោះ(ប្រសិនបើមាន)
- ណែនាំពីរបៀបធ្វើចលនាមូលដ្ឋាន
- ឱ្យកុមារនិយាយឡើងវិញពីរបៀបធ្វើចលនា១នាក់ឬ២នាក់
- ចែកកុមារជាក្រុមតូចៗ និងអនុវត្តតាមសកម្មភាពនីមួយៗ
- កុមារប្ដូរក្រុមធ្វើសកម្មភាពតាមសញ្ញារបស់គ្រូ
- បំផុសរកចំណងជើង

បន្ធូរអារម្មណ៍៖ នាំកុមារធ្វើសកម្មភាពបេះផ្កាហិត ឬផ្លុំទឹកក្ដៅ

សម្រាប់ល្បែងចលនា គ្រូអាចរៀបចំដូចខាងក្រោម៖

- រៀបចំទីតាំងនិងចំនួនអ្នកលេង
- បង្ហាញសម្ភារៈឱ្យកុមារប្រាប់ឈ្មោះ(ប្រសិនបើមាន)
- ណែនាំពីរបៀបធ្វើលេង និងលក្ខខណ្ឌនៃការលេង
- ឱ្យកុមារនិយាយឡើងវិញពីរបៀបនៃការលេង
- ចែកកុមារជាក្រុមតូច ឬក្រុមធំ ឬលេងជាដៃគូ និងចែកសម្ភារៈ
- អនុវត្តសកម្មភាពលេងល្បែងចលនា(ចលករតូច ឬចលករធំ)

បញ្ជាក់៖ ការលេងល្បែងចលនានេះ គឺអនុវត្តទៅតាមសកម្មភាពនីមួយៗនៃល្បែង ដោយសកម្មភាពខ្លះលេងជាដៃគូ លេងជាក្រុមតូច និងលេងជាក្រុមធំ ដូចនេះ គ្រូបង្រៀនត្រូវរៀបចំទុកជាមុននូវទីកន្លែង សម្ភារៈឱ្យបានល្អ និងគ្រប់គ្រាន់ ក្នុងករណីមានការឆកល្វែងខ្លះៗ គ្រូត្រូវមានភាពច្នៃប្រឌិតខ្ពស់ដើម្បីធានាថាកុមារនឹងបានអនុវត្តការលេងនោះទាំងអស់គ្នា។

សម្រាប់សកម្មភាពហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/បទភ្លេង

- ប្រាប់ចំណងជើង និងឱ្យកុមារថាតាម
- ណែនាំពីរបៀបធ្វើចលនា តាមខ្លឹមសាររឿង/បទចម្រៀង/បទភ្លេង
- គ្រូនិទានរឿង/ច្រៀងបណ្ដើរ ឱ្យកុមារធ្វើចលនាតាមខ្លឹមសាររឿង/បទចម្រៀងបណ្ដើររហូតដល់ចប់ (គ្រូអាចធ្វើការផ្លាស់ប្ដូរចលនាបាន ប្រសិនបើកុមារមានភាពរញ៉េរញ៉ៃ)។

ជំពូក ៤

ការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា នៃមុខវិជ្ជា ចិត្តចលភាព

៤.១- យន្តការអនុវត្ត

ការរៀបចំបរិស្ថាន មានសារៈសំខាន់ណាស់សម្រាប់ការហ្វឹកហាត់ចិត្តចលភាព។ទីធ្លាគ្រប់គ្រាន់ មានឧបករណ៍ និងធនធានសមស្រប ជួយជំរុញការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករតាមរយៈការលេង ។ការរៀបចំទីកន្លែងសមស្រប មានសុវត្ថិភាពអាចឱ្យក្រុមកុមារអាចលេង និងអនុវត្តបំណិនបាន។

៤.១.១- តួនាទី សាលាមត្តេយ្យ ដើម្បីរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា

ដើម្បីបំពេញចន្លោះខ្វះខាតផ្នែកអប់រំ ដែលគ្រួសារកុមារមិនអាចបំពេញបាន សាលាមត្តេយ្យ មានតួនាទីរៀបចំសកម្មភាព និងបរិស្ថានសិក្សាឱ្យស្របនឹងបរិបទនៃការអភិវឌ្ឍរូបរាងកាយ បញ្ញាស្មារតីរបស់កុមារតាមកម្រិតអាយុ ។ ហេតុនេះហើយ ទើបនៅមត្តេយ្យសិក្សា ការអនុវត្តចិត្តចលភាព មានលក្ខណៈខុសប្លែកពីភូមិសិក្សាដទៃត្រង់ថា ការធ្វើចលនា ត្រូវអនុវត្តព្រមគ្នាជាមួយចលនា និងការប្រើអារម្មណ៍ស្រមើស្រមៃដូចជា៖ ការហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន ឬហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង កុមារត្រូវការបង្កើតរូបារម្មណ៍ ត្រូវការស្តាប់និងបង្កើតសកម្មភាពតាមបញ្ញត្តិពាក្យ នៃការស្តាប់នោះ ដើម្បីបង្កើតសកម្មភាពឱ្យស្របនឹងសាច់រឿង ឬស្របនឹងខ្លឹមសារនៃបទចម្រៀង។ហេតុនេះ សាលារៀន ត្រូវមានទីធ្លាសមស្រប និងសុវត្ថិភាពសម្រាប់ឱ្យកុមារអាចអនុវត្តបានប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។

រូបភាពទី២០៖ ការរៀបចំសម្ភារៈ និងទីកន្លែង

សាលាមត្តេយ្យមានតួនាទីគ្រប់គ្រងសំខាន់ណាស់ សម្រាប់ជួយសម្របសម្រួលកុមារឱ្យចេះធ្វើចលនាបានល្អប្រសើរ ពិសេសតួនាទីដឹកនាំសកម្មភាព(បត់បែនជាក់ស្តែង) ដើម្បីអភិវឌ្ឍផ្នែករាងកាយ និងសុខភាព តាមសកម្មភាពនានា។ម៉្យាងទៀតធ្វើឱ្យកុមារ មានការសិក្សាស្រាវជ្រាវអំពីមជ្ឈដ្ឋានជុំវិញលំហ ពេលវេលាដែលបានកំណត់ឱ្យគោរពព្រំដែននៃលំហ ចេះប្រៀបធៀប រយៈពេលល្បឿន ចង្វាក់ផ្សេងៗ ឬបន្តសកម្មភាព ដែលបានកំណត់ទុកជាមុន ដើម្បីឱ្យកុមារអាចសម្របសម្រួលកាយវិការចលនារបស់ខ្លួនទៅនឹងគោលការណ៍ពេលវេលាផ្សេងៗ ឱ្យបានកាន់តែប្រសើរ។

៤.១.២- តួនាទីគ្រូ ក្នុងការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា

គ្រូមត្តេយ្យមានតួនាទីសំខាន់ ក្នុងការទាញអារម្មណ៍កុមារឱ្យចង់ដឹង ចង់ធ្វើសកម្មភាពផ្សេងៗ។ ដើម្បីសម្រេចគោលដៅនេះ គ្រូត្រូវៈ

- ដឹកនាំសកម្មភាពឱ្យសកម្ម និងបញ្ចេញឱ្យអស់នូវកម្លាំងកាយ ចិត្តជាមួយកុមារក្នុងការអនុវត្តសកម្មភាព
- រៀបចំអាកប្បកិរិយាលេងឱ្យដូចកុមារ (ដើរតួជាកុមារ ក្នុងពេលលេងជាមួយកុមារ)
- សកម្មភាពលេងជាមួយកុមារ ជាសកម្មភាពដែលផ្តល់ប្រយោជន៍ដល់សុខភាពរាងកាយ បញ្ញាការគិត សង្គម អារម្មណ៍ និងប្រើប្រាស់ភាសាណែនាំងាយៗ
- ជំរុញ លើកទឹកចិត្តឱ្យកុមារលេង
- ផ្តល់ឱកាសឱ្យកុមារធ្វើសកម្មភាពតាមធម្មជាតិរបស់កុមារតែត្រូវឃ្លាំមើលដើម្បីរក្សាសុវត្ថិភាព។

ក្រៅពីតួនាទីខាងលើ គ្រូមត្តេយ្យមានតួនាទីច្រើនទៀត ដោយនាំកុមារស្គាល់ ហៅឈ្មោះផ្នែកផ្សេងៗនៃរាងកាយឱ្យបានត្រឹមត្រូវ នាំកុមារយល់ដឹងពីមុខងារនៃសរីរាង្គនីមួយៗឱ្យបានច្បាស់លាស់ នាំកុមារសប្បាយរីករាយជាមួយនឹងការទទួល និងប្រើប្រាស់ព័ត៌មានពីពិភពខាងក្រៅ និងចេះជ្រើសរើសស្ថានភាពនានារបស់រាងកាយ ដើម្បីធ្វើចលនាឱ្យល្អប្រសើរ។ ទន្ទឹមនេះ គ្រូមត្តេយ្យសិក្សាត្រូវនាំកុមារឱ្យចេះស្វែងយល់ និងដឹងថាខ្លួនមានចំហៀងម្ខាង (ភ្នែក ត្រចៀក ដៃ ជើង) ដែលប្រើច្រើនជាង ប៉ិនប្រសប់ជាង ហើយច្បាស់លាស់ជាងម្ខាងទៀត។ ដូចនេះ គ្រូមិនគួរកែប្រែទម្លាប់នៃការប្រើចំហៀងណាមួយរបស់កុមារឡើយ។ដើម្បីឱ្យកុមារមានបំណិនផ្នែកលំហ គ្រូមត្តេយ្យសិក្សាត្រូវនាំកុមារស្គាល់សញ្ញាណលំហឱ្យបានច្បាស់លាស់ នាំកុមារឱ្យចេះប្រើព័ត៌មានចេញពីការមើលឃើញ ការស្តាប់ឮ និងការប៉ះពាល់ ។ ទាំងនេះគឺ ជួយកុមារឱ្យដឹង និងបង្កើតបានជាលំហ។ក្រៅពីនេះ គ្រូមត្តេយ្យសិក្សាត្រូវរៀបចំសកម្មភាពសប្បាយៗដែលនាំកុមារឱ្យយល់ដឹងពីពេលវេលាបានត្រឹមត្រូវ ដោយនាំកុមារប្រៀបធៀបរយៈពេលល្បឿនចង្វាក់ ផ្សេងៗ ឬបន្តសកម្មភាពដែលបានកំណត់ទុកជាមុន ដើម្បីឱ្យកុមារអាចសម្របសម្រួលកាយវិការចលនារបស់ខ្លួនទៅនឹងគោលការណ៍ពេលវេលា នាំកុមារឱ្យចេះធ្វើ ចំណាត់ថ្នាក់ ចងចាំសកម្មភាពនានា ឬព្រឹត្តិការណ៍ផ្សេងៗ នាំកុមារកំណត់ទីតាំងខ្លួនឯង ឬកំណត់ទីតាំងព្រឹត្តិការណ៍ទៅតាមសញ្ញាណពេលវេលា។ ជាបន្តបន្ទាប់ កុមារនឹងរៀនកំណត់/ផ្លាស់ប្តូរទីតាំងខ្លួនឯង ឬកំណត់ទីតាំងព្រឹត្តិការណ៍ដែលកន្លងទៅ ឬកំពុងកើតឡើងក្នុងពេលបច្ចុប្បន្ន ឬនឹងកើតឡើងនាពេលអនាគត។

៤.១.៣- ទីធ្លា(ការរៀបចំទីធ្លាក្រៅថ្នាក់ និងក្នុងថ្នាក់)

៤.១.៣.១- ទីធ្លាក្រៅថ្នាក់

កុមារត្រូវការកន្លែងគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីចូលរួមក្នុងសកម្មភាពរាងកាយ ដែលមាននិរន្តរភាព ដូចជាការរត់ ការបញ្ជូនត និងលេងល្បែងលោតផ្លោះ។កន្លែងទំនេរខាងក្រៅគ្រប់គ្រាន់ អាចឱ្យកុមារចូលរួមក្នុងសកម្មភាពរាងកាយផ្សេងៗដូចជាការជិះកង់ និងការលេងរួមគ្នាជាដើម ។កុមារចូលចិត្តធ្វើចលនាដោយសេរីនៅពេលពួកគេលេងនៅក្នុងទីធ្លាខាងក្រៅដូចជាសួនកុមារ ទីលានបាល់បោះ... ។ការលេងនៅទីធ្លាក្រៅថ្នាក់គ្រូគួរពិនិត្យមើលសម្ភារៈដែលខូច និងធានាថាមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ការប្រើប្រាស់។កំណត់ទម្លាប់ និងច្បាប់សុវត្ថិភាពសាមញ្ញៗសម្រាប់កុមារ។ទម្លាប់ឱ្យកុមារឱ្យជួយរៀបចំថ្នាក់រៀន និងត្រៀមខ្លួនសម្រាប់សកម្មភាពផ្សេងៗ និងណែនាំឱ្យកុមារអនុវត្តច្បាប់ក្នុងថ្នាក់ និងជួយកុមារឱ្យលេងដោយសុវត្ថិភាព ព្រមទាំងបង្កើនពេលវេលាសកម្មភាពឱ្យបានច្រើន។នៅពេលកុមារដឹងពីរបៀបលេងដោយសុវត្ថិភាព ពួកគេនឹងមិនជួបគ្រោះថ្នាក់ទេ។

រូបភាពទី២១៖ ការរៀបចំបរិស្ថានទីធ្លាក្រៅថ្នាក់

៤.១.៣.២- ទីធ្លាក្នុងថ្នាក់

ការរៀបចំទីធ្លាក្នុងថ្នាក់ ជាអំណោយផលសម្រាប់កុមាររៀន និងអនុវត្តបំណិនចលករតូច។ការផ្តល់ឱ្យកុមារនូវប្រដាប់ប្រដាលេង សម្រាប់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករតូច អាចឱ្យកុមារសកម្ម និងសម្រេចបាននូវលទ្ធផលរឹងទុកសម្រាប់មុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព។សកម្មភាពក្នុងថ្នាក់សមស្របដែលលើកកម្ពស់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករតូចរបស់កុមាររួមមាន៖

- ការហែកចំណែកនៃក្រដាស
- ការច្របាច់ម្សៅ
- ការរុំខ្វាស់ម្មូលខ្វាស់
- ការកាត់ជាមួយកន្ត្រៃមួយគូ
- ការគូររូបភាព និងពិពណ៌នានៅលើក្រដាសជាមួយដីសពណ៌
- ការស្លៀកពាក់ខ្លាឃ្មុំតុក្កតាជាមួយសម្លៀកបំពាក់ដែលមានឡេវបិទ និងខ្សែរូត
- ការដាក់តម្រួតគ្នាដុំប្លុកសាងសង់

រូបភាពទី២២៖ សកម្មភាពអនុវត្តចលករតូច

បរិយាកាស៖ ប្រែប្រួលតាមបរិយាកាសជាក់ស្តែង

ឧទាហរណ៍៖ សកម្មភាពអនុវត្តក្រៅថ្នាក់ ប៉ុន្តែថៃដន្យមានភ្លៀងធ្លាក់។គ្រូអាចផ្លាស់ប្តូរសកម្មភាពមកលេងក្នុងថ្នាក់ ដោយយកសកម្មភាពថ្មីមកជំនួស។

៤.១.៣.៣- ការពិចារណាលើសុវត្ថិភាព

សុវត្ថិភាពគឺជាការពិចារណាដ៏មានសារៈសំខាន់បំផុតនៅពេលរៀបចំផែនការនិងអនុវត្តសកម្មភាពបំណិនចលករ។គ្រូគួរពិចារណាលើគោលការណ៍ណែនាំដូចខាងក្រោម៖

- ធានាថាកន្លែងលេង រួមទាំងទីធ្លាខាងក្រៅគឺសមរម្យសម្រាប់សកម្មភាព
- កំណត់ទីកន្លែងអនុវត្តសកម្មភាពឱ្យច្បាស់ ដោយប្រើសញ្ញាសម្គាល់បើចាំបាច់
- ធានាថារាល់ឧបករណ៍ និងសម្ភារៈ ទាំងក្នុងនិងក្រៅថ្នាក់មានអនាម័យ និងសុវត្ថិភាព
- ធានាថាកុមារទាំងអស់មានសុខភាពល្អ ដើម្បីចូលរួមក្នុងសកម្មភាព
- ប្រមូលព័ត៌មានថ្មីៗអំពីស្ថានភាពសុខភាព និងកាយសម្បទារបស់កុមារពីក្រុមគ្រួសារ
- ត្រូវយល់ដឹងអំពីស្ថានភាពអាកាសធាតុដែលកំពុងកើតមាន(ឧទាហរណ៍ៈភ្លៀង,រន្ទះ, ឬអ័ព្ទខ្លាំង)នៅពេលធ្វើសកម្មភាពខាងក្រៅ។ត្រួតពិនិត្យស្ថានភាពអាកាសធាតុឱ្យបានជិតដល់នៅពេលមានភ្លៀង ក្តៅខ្លាំង ឬរងាខ្លាំង។

គ្រូត្រូវការបង្កើនការប្រើប្រាស់លំហឱ្យបានច្រើនបំផុត និងផ្តល់នូវឧបករណ៍ និងធនធានគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីឱ្យកុមារទាំងអស់ចូលរួមក្នុងសកម្មភាពបំណិនចលករជាច្រើនប្រភេទ។ ក្នុងនោះផងដែរ ក៏ត្រូវគិតគូរពីសុវត្ថិភាពនៅពេលរៀបចំផែនការនិងក្នុងពេលអនុវត្ត ដើម្បីឱ្យកុមារបានរីករាយ និងសកម្មភាពរក្សាសុវត្ថិភាពរបស់កុមារ។

៤.២- ការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា

ការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សា ត្រូវកំណត់ទីកន្លែងចាប់ផ្តើម និងបញ្ចប់ ធ្វើការជ្រើសរើសទីកន្លែងឱ្យកុមារអនុវត្តសកម្មភាពត្រូវគិតពីសុខសុវត្ថិភាព (ចៀសវាងការបង្កគ្រោះថ្នាក់នៅពេលអនុវត្តសកម្មភាព) មានការលូតលាស់ល្អ កុមារក្លាហាន និងស្វាហាប់ ។

ការរៀបចំកុមារធ្វើសកម្មភាពគឺអាចផ្លាស់ប្តូរទៅតាមសកម្មភាពផ្សេងៗគ្នាដូចជា៖

- ឈរជាជួរទទឹង ឬ បណ្តោយ រួចបង្កើតជារង្វង់
- ឈរជាជួរ ជារង្វង់ រួចបង្កើតជាជួរទទឹង ឬ បណ្តោយ
- ឈរផ្តុំគ្នារួចបង្កើតជារង្វង់ឬជាជួរ
- ឈរជុំគ្នាធ្វើសកម្មភាពសេរី រួចមកឈរជារង្វង់វិញ
- ឈរជុំគ្នាធ្វើសកម្មភាពសេរី រួចមកឈរជាជួរទទឹងឬជួរបណ្តោយវិញ។

៤.៣. ការរៀបចំសម្រាប់សំណុំសកម្មភាព

គ្រូអាចរៀបចំការអនុវត្តសកម្មភាពទាំង៥ (ចលនាមូលដ្ឋាន ចលនាចរន្ត ល្បែងចលនា ហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន ហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង) បត់បែនទៅតាមសកម្មភាពផ្សេងៗគ្នាប្រកបដោយភាពឈ្លាសវៃ និងបត់បែន និងប្រាកដថា កុមារទាំងអស់ រួមទាំងកុមារពិការផង បានអនុវត្តសកម្មភាពដោយសមធម៌ ។

ឧទាហរណ៍៖

- **ការរៀបចំអនុវត្ត៖** អាចអនុវត្តជាក្រុមតូច ក្រុមធំ និងជាដៃគូ
- **ការរៀបចំទីកន្លែង៖**គ្រូរៀបចំធ្វើសកម្មភាពនៅក្នុងថ្នាក់/ក្រៅថ្នាក់ទីធ្លាធំទូលាយ រាបស្មើ និងមាន អនាម័យ។ ការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាកុមារ ត្រូវកំណត់ទីកន្លែងចាប់ផ្តើម និងបញ្ចប់សកម្មភាព ហើយជ្រើសរើសចលនាឱ្យស្របតាមកម្រិតអាយុកុមារ ការរៀបចំកុមារធ្វើចលនា

អាចផ្លាស់ប្តូរទៅតាមសកម្មភាព ដោយគ្រូត្រូវគិតពីសុវត្ថិភាពចៀសវាងការបង្កគ្រោះថ្នាក់នៅពេល អនុវត្តសកម្មភាព ។

ក- ក្នុងថ្នាក់

- រៀបចំ តុ កៅអី ឱ្យមានសណ្តាប់ធ្នាប់
- ថ្នាក់រៀនស្អាតមានអនាម័យ មានពន្លឺគ្រប់គ្រាន់ និងមានខ្យល់អាកាសល្អ
- គ្រូត្រូវជ្រើសរើសល្បែងណា ដែលមានលក្ខណៈងាយស្រួល មិនត្រូវការទីកន្លែងធំ អាចធ្វើចលនាបានសមស្របទៅនឹងចំនួនកុមារ។

ខ- ក្រៅថ្នាក់

- ទីធ្លាទូលាយ មានសុវត្ថិភាព មានម្លប់ត្រជាក់ និងមានខ្យល់អាកាសល្អ គ្រូត្រូវពិនិត្យទីកន្លែង និងបរិវេណបានច្បាស់លាស់ ដើម្បីងាយស្រួលក្នុងការអនុវត្តសកម្មភាពដែលមិនបង្កឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់កុមារ មានផាសុកភាព ធានាបាននូវប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់សមស្របតាមលក្ខណៈគរុកោសល្យ។ គ្រូត្រូវមានភាពឈ្លាសវៃ មានគំនិតច្នៃប្រឌិតខ្ពស់ក្នុងការរៀបចំទីកន្លែង ដើម្បីធានាដល់ការលើកកម្ពស់គុណភាពនៃការអនុវត្តចិត្តចលភាពនៅមត្តេយ្យសិក្សា។

គ- ការរៀបចំសម្ភារៈ

ការបង្រៀនត្រូវប្រើប្រាស់សម្ភារឧបទេស ដើម្បីបញ្ជាក់នូវន័យរបស់ល្បែងនីមួយៗ ។ត្រូវឱ្យកុមារហាត់ប្រើសម្ភារៈដោយខ្លួនឯងទៅតាមខ្លឹមសារមេរៀនចលនាធំ ចលនាតូចនៃចិត្តចលភាព ដើម្បីឱ្យកុមារកាន់តែចេះ និងយល់ច្បាស់នូវខ្លឹមសារមេរៀនដែលបានបង្រៀនរួច។ កត្តាសំខាន់ទៀតនោះ មុននឹងបង្រៀនគ្រូត្រូវរៀបចំកិច្ចតែងការបង្រៀនដោយកំណត់គោលបំណងមេរៀនផ្សារភ្ជាប់នឹងសម្ភារៈគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់បង្រៀន និងបរិស្ថានសិក្សា ទាំងសុវត្ថិភាព អនាម័យ សម្រាប់ធ្វើសកម្មភាពក្នុងថ្នាក់ ក្រៅថ្នាក់។ក្រៅពីនេះគ្រូនិងកុមារអាចប្រើកាយវិការជាក់ស្តែងជាច្រើនទៀតតាមតម្រូវការទៅតាមសកម្មភាពចលនា ។

ការរៀបចំសម្ភារៈ ត្រូវ៖

- មានគ្រប់គ្រាន់ និងមានភាពច្នៃប្រឌិត
- មានអនាម័យ
- ធានាសុវត្ថិភាពមិនបង្កឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់កុមារ
- ស្របទៅតាមវ័យកុមារ(បើកុមារតូច សម្ភារៈកាន់តែធំ បើកុមារធំ សម្ភារៈកាន់តែតូច) សម្ភារៈត្រូវស្របតាមគរុកោសល្យ និងមានសោភ័ណ

ឧទាហរណ៍៖ អនុវត្តចលនាមូលដ្ឋាន រត់ប្រណាំងក្នុងសម្បកកង់ម៉ូតូ ឬសម្បកកង់

ថ្នាក់កម្រិតខ្ពស់

- រៀបចំសម្ភារៈច្រើន និងមានភាពស្មុគស្មាញបន្តិច
- ប្រើសម្បកកង់ម៉ូតូឬសម្បកកង់តូច
- សម្បកកង់ម៉ូតូឬកង់ អាចពី ៦ទៅ៨ និងជាសម្បកកង់តូច
- លាងសម្បកកង់ម៉ូតូឬសម្បកកង់ឱ្យស្អាត និងបាញ់ថ្នាំពណ៌ដើម្បីឱ្យមានភាពទាក់ទាញ
- រៀបចំ ដោយឆ្លាស់ពណ៌គ្នា (ខៀវ លឿង ក្រហម បៃតង ស្វាយ...)។

ថ្នាក់កម្រិតមធ្យម

- រៀបចំសម្ភារៈច្រើនបង្គួរ
- ប្រើសម្បកកង់ម៉ូតូ ឬសម្បកកង់ធម្មតា
- សម្បកកង់ម៉ូតូ ឬសម្បកកង់ អាចពី ៥ ទៅ៧
- លាងសម្បកកង់ម៉ូតូ ឬសម្បកកង់ឱ្យស្អាត បាញ់ថ្នាំពណ៌ពីលើដើម្បីឱ្យមានភាពទាក់ទាញ
- រៀបចំ ដោយឆ្លាស់ពណ៌គ្នា (ខៀវ លឿង ក្រហម បៃតង ស្វាយ...)។

ថ្នាក់កម្រិតទាប

- រៀបចំសម្ភារៈកាន់តែតិច និងមានទំហំកាន់តែធំ
- ប្រើសម្បកកង់ (ព្រោះសម្បកកង់មានទំហំធំជាងសម្បកម៉ូតូ)
- សម្បកកង់ ចំនួនតែ ៣ ទៅ៤
- លាងសម្បកកង់ឱ្យស្អាត បាញ់ថ្នាំពណ៌ពីលើដើម្បីឱ្យមានភាពទាក់ទាញ
- រៀបចំ ដោយឆ្លាស់ពណ៌គ្នា (ខៀវ លឿង ក្រហម បៃតង ស្វាយ...)។

បញ្ជាក់៖ ប្រសិនក្នុងថ្នាក់មានកុមារពិការ គ្រូត្រូវចេះបត់បែន ក្នុងការរៀបចំសម្ភារៈ ត្រូវប្រាកដថា កុមារពិការក៏អាចប្រើប្រាស់សម្ភារៈទាំងនោះបានដែរ។

រូបភាពទី២៣៖ សម្ភារៈទាក់ទងនឹងចលករធំ

លក្ខខណ្ឌនៃការអនុវត្តៈ

លក្ខខណ្ឌនៃការអនុវត្តប្រែប្រួលទៅតាមសកម្មភាពនីមួយៗ ករណីកុមារអនុវត្តទទួលបានជោគជ័យ គ្រូត្រូវលើកសរសើរ ករណីកុមារអនុវត្តមិនទទួលបានជោគជ័យទេ គ្រូអាចឱ្យកុមារធ្វើការអនុវត្តសាកល្បងឡើងវិញ និងមិនត្រូវបន្ទុះបង្អាប់ទេ។ការដាក់លក្ខខណ្ឌ ពុំគួរមានលក្ខខណ្ឌដែលតឹងតែង ឬបំបាក់ស្មារតីដល់ ក្រុមដែលចាញ់នោះទេ។សូមផ្តល់ការសរសើរ ទោះជាក្រុមចាញ់ក៏ដោយ។

៤.៤- តម្រូវការធនធានសម្ភារៈរូបវ័ន្តសិក្សា

ធនធានសម្រាប់ការលើកកម្ពស់ការអភិវឌ្ឍបំណិនចលករៈ

ដើម្បីឱ្យមានកម្មវិធីអភិវឌ្ឍបំណិនចលករប្រកបដោយសុវត្ថិភាព សាលាមត្តេយ្យសិក្សាត្រូវមានបំពាក់ឧបករណ៍ និងធនធានយ៉ាងទូលំទូលាយ។ឧបករណ៍ និងធនធានដែលបានជ្រើសរើសសម្រាប់ការលេងផ្នែករាងកាយគួរតែសមស្របតាមអាយុ និងអាចជំរុញការចង់ដឹង ចង់ឃើញរបស់កុមារ។គ្រូគួរតែមានឧបករណ៍គ្រប់គ្រាន់សម្រាប់កុមារទាំងអស់។ ដូចនេះពួកគេមិនចាំបាច់រង់ចាំវេន ហើយអាចចូលរួមយ៉ាងសកម្មក្នុងសកម្មភាពរាងកាយ។ គ្រូអាចប្រើសញ្ញាសម្គាល់ដើម្បីរៀបចំទីកន្លែងលេង និងធានាសុវត្ថិភាពកុមារ។ ឧបករណ៍ទាំងអស់គួរតែបានរក្សាទុកនៅជិតកន្លែងធ្វើសកម្មភាពដើម្បីឱ្យកុមារ អាចចូលរួមក្នុងការអនុវត្តសកម្មភាពបានយ៉ាងងាយស្រួល ពង្រឹងការទទួលខុសត្រូវ និងអភិវឌ្ឍភាពជាម្ចាស់។

ឧទាហរណ៍ៈ ធនធាន និងឧបករណ៍សម្រាប់ជំរុញការអភិវឌ្ឍបំណិនចលកររបស់កុមារៈ

គោលបំណង	ធនធាន/ឧបករណ៍
ដើម្បីអភិវឌ្ឍបំណិនចលករតូច	• គូបឈើ ឬដុំប្លុក • ខ្សែអង្កាំក្រាស់ • កន្ត្រៃ,ការបិទ,ទ្រនាប់,និងប្រហោងរន្ធ • ម្សៅសម្រាប់ស្ទូនរូប • កំណាត់ឬសម្លៀកបំពាក់ដែលមានឡេវ និងខ្សែរូត • ញញួរ,រឺស,ស្លឹ • ប្រដាប់ប្រដាខោអាវ,ខ្សែក្រវាត់,កៅស៊ូ,ឈុតក្រដាស
ដើម្បីអភិវឌ្ឍបំណិនចលករធំ	• កៅស៊ូក្រងជាខ្សែ ឬខ្សែពួរលោត • បាល់បោះ • បាល់ជ័រមានទំហំខុសគ្នា • បាល់បោះខ្នាតតូច • បាល់ជ័រខ្នាតតូច • ដំបងទន់ (ជ័រ) • កន្ត្រកដៃដែលមានទំហំផ្សេងគ្នា

៤.៥- គោលការណ៍ ឬបញ្ញត្តិប្រតិបត្តិ

នៅមត្តេយ្យសិក្សា ការបង្រៀនចិត្តចលភាព មានគោលការណ៍ ៖

- សម្របសម្រួលចលនាតូច ចលនាធំទៅនឹងបរិស្ថានដែលមានសុវត្ថិភាព ប្រកបដោយគំនិតច្នៃប្រឌិត
- លើកទឹកចិត្តក្នុងការរៀបចំឱ្យមានខ្លឹមសារប្រឡងប្រណាំងជាបុគ្គលនិងក្រុម ប្រកបដោយសមធម៌
- តាមដាន និងត្រួតពិនិត្យរាល់សកម្មភាពធ្វើចលនារបស់កុមារ និងជំរុញសរសើរលើកទឹកចិត្តទាំងកុមារា និងកុមារី
- បំផុសសំណួរ ទាក់ទងនឹងការធ្វើចលនា ដើម្បីឱ្យកុមារងាយយល់ អាចធ្វើតាមបានដោយសប្បាយរីករាយ
- ផ្តល់ការណែនាំ ច្បាស់លាស់ដើម្បីបញ្ជាក់លើការធ្វើចលនា
- រៀបចំខ្លឹមសារកម្មវិធីចិត្តចលភាពឱ្យមានលក្ខណៈទំនាក់ទំនងគ្នាជាប្រព័ន្ធជាមួយកម្មវិធីចិត្តចលភាពថ្នាក់លើបន្តបន្ទាប់ និងសមស្របទៅនឹងលក្ខណៈចិត្តសាស្ត្រ វប្បធម៌ សរីរសាស្ត្ររបស់កុមារតាមវ័យ និងតាមកម្រិតយល់ដឹងរបស់កុមារ
- ក្តាប់ឱ្យបានថា ការចាប់យកចំណេះដឹងរបស់កុមារម្នាក់ៗមិនដូចគ្នា ហើយលទ្ធផលទទួលបានស្របទៅតាមវ័យ តាមសមត្ថភាពបញ្ញា សុខភាព និងតាមបរិយាកាសជុំវិញ
- រៀបចំខ្លឹមសារលំហាត់ប្រាណ ដោយចាប់ផ្តើមពីងាយទៅលំបាក និងបន្តិចម្តងកាន់តែលំបាកដើម្បីឱ្យកុមារមានទំនុកចិត្ត និងមានមោទកភាពក្នុងការហ្វឹកហាត់
- រៀបចំខ្លឹមសារលំហាត់ សម្រាប់ការហ្វឹកហាត់កុមារឱ្យមានទំនាក់ទំនងគ្នាយ៉ាងជិតស្និទ្ធទៅនឹងគោលការណ៍ខាងលើ ដោយផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងកម្មវិធីមត្តេយ្យសិក្សា
- លើកកម្ពស់ចំណេះដឹងរួមនៃលំហាត់ប្រាណ ដែលបានសិក្សារួច មកធ្វើជាចំណេះដឹងមូលដ្ឋានដើម្បីឱ្យកុមារមានលទ្ធភាពធ្វើចលនាបានកាន់តែល្អ និងកាន់តែមានបទពិសោធន៍ ហើយអាចយកចំណេះដឹងទាំងនេះទៅប្រើប្រាស់ក្នុងជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ ដូចនេះ គ្រូត្រូវ៖
  - ហ្វឹកហាត់ឡើងវិញជាប្រចាំនូវចលនាដែលបានរៀនរួច
  - ឱ្យកុមារអនុវត្តសកម្មភាពចិត្តចលភាពជាបុគ្គល និងក្រុម ដើម្បីពង្រឹងចរឹតម្ចាស់ការ ការទទួលខុសត្រូវ ភាពហ៉ស្សហ្លួន និងភាពរឹងមាំរបស់កុមារ។

៤.៦- ការស្វែងរកការគាំទ្រផ្សេងៗ

នាយក នាយិកា សាលាមត្តេយ្យ មានតួនាទីរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាប្រកបដោយសុវត្ថិភាព សម្រាប់អនុវត្តចិត្តចលភាព ដោយរៀបចំឱ្យមានសួនសិក្សាចិត្តចលភាព មានទីធ្លាសមស្របនឹងការអនុវត្តចិត្តចលភាពក្រៅថ្នាក់សម្រាប់កុមារគ្រប់កម្រិត មានអនាម័យ មានសម្ភារៈសម្រាប់អនុវត្តចលនាមូលដ្ឋាន ចលនាចរន្ត ល្បែងចលនា ហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន និងហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀងស្របតាមបទដ្ឋានសាលារៀន។ដើម្បីរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាប្រកបដោយគុណភាព ទាមទារឱ្យមានការគាំទ្រពីគ្រប់មជ្ឈដ្ឋាន។ ការស្វែងរកការគាំទ្រនេះ ជាបឋមគឺទំនាក់ទំនងជាមួយគ្រូនៅក្នុងសាលា ដោយផ្តល់ឱកាសឱ្យគ្រូរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាក្នុង និងក្រៅថ្នាក់ដើម្បីបង្កលក្ខណៈឱ្យកុមារអនុវត្តចិត្តចលភាពប្រកបដោយលក្ខណៈច្នៃ

ប្រឌិតនិងវិទ្យាសាស្ត្រ។ក្នុងកិច្ចទំនាក់ទំនង ក៏ត្រូវចេះកៀរគរសប្បុរសជន ដៃគូអភិវឌ្ឍ និងមាតាបិតាដើម្បីរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាចិត្តចលភាព ដោយផ្ដើមចេញពីការកសាងសម្ភារៈដែលមានស្រាប់នៅសហគមន៍ និងឈានទៅរៀបចំបរិស្ថានស្របតាមសកម្មភាពចលនាមូលដ្ឋាន ចរន្ត ល្បែងចលនា ការហាត់ប្រាណតាមរឿងនិទាន និងហាត់ប្រាណតាមបទចម្រៀង/ចលនាតាមចង្វាក់ភ្លេង ។ គ្រូបង្រៀន ក៏មានតួនាទីកៀរគរធនធានផ្សេងៗ ដើម្បីបង្កើតបរិស្ថានសិក្សាចិត្តចលភាពនៅក្នុងថ្នាក់ ពិសេសគឺធនធានសម្រាប់អភិវឌ្ឍន៍ចលករតូច ចលករធំ។ក្នុងនោះ ការគាំទ្រផ្សេងៗមានដូចជា៖

៤.៦.១. ការគាំទ្រពីមាតាបិតា/អ្នកអាណាព្យាបាល

មាតាបិតា គឺជាធនធានសំខាន់បំផុតមិនអាចខ្វះបានក្នុងការចូលរួមគាំទ្រទាំងកម្លាំងកាយចិត្ត និងឱ្យចូលរួមអនុវត្តសកម្មភាពជំរុញកូនប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។ការគាំទ្រប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពនោះគឺ៖

- ជួយផ្ដល់វត្ថុធាតុដើមដែលមានស្រាប់នៅមូលដ្ឋាន ដូចជាសម្បកកង់ឡាន កំណាត់ឈើ ឬដុំឈើ ដីខ្សាច់...
- ចូលរួមជួយជាថវិកា ឬសម្ភារៈតាមលទ្ធភាពដើម្បីរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាសម្រាប់ចិត្តចលភាព (ទោង រំអិល កង...)
- គាំទ្រ និងជំរុញកូនឱ្យអភិវឌ្ឍន៍រូបរាងកាយសមស្របតាមស្តង់ដា
- ផ្ដល់ព័ត៌មានជាប្រចាំ អំពីសុខភាពរបស់កូន
- កៀរគរថវិកា និងធនធាននានាតាមលទ្ធភាពមានស្រាប់នៅសហគមន៍

៤.៦.២- ការគាំទ្រពីសហគមន៍ អាជ្ញាធរដែនដី សប្បុរសជន

សាលាក៏មានភារកិច្ចទំនាក់ទំនងជាមួយសហគមន៍ អាជ្ញាធរដែនដី ពិសេសគណៈកម្មការគ្រប់គ្រងសាលារៀន ដោយសហការលើសកម្មភាពមួយចំនួនដូចខាងក្រោម៖

- រៀបចំផែនការអភិវឌ្ឍសាលារៀន ដោយដាក់បញ្ចូលការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាផ្ដោតលើចិត្តចលភាពទាំងចលករតូច និងចលករធំ
- ផ្ដល់នូវវត្ថុធាតុដើមដែលមានស្រាប់នៅក្នុងសហគមន៍ តាមលទ្ធភាព
- ចូលរួមជួយជាថវិកា ឬសម្ភារៈតាមលទ្ធភាពដើម្បីរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាសម្រាប់ចិត្តចលភាព (ទោង រំអិល កង...)
- អន្តរាគមន៍មាតាបិតា លើការចិញ្ចឹមបីបាច់ថែរក្សា និងការផ្ដល់អាហារូបត្ថម្ភដល់កុមារ
- កៀរគរថវិកានិងធនធាននានាតាមលទ្ធភាព ពីសហគមន៍ សប្បុរសជន ដើម្បីជួយដល់ការរៀបចំបរិស្ថានសិក្សាចិត្តចលភាព ប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព គុណភាព និងបរិយាបន្ន។

ជំពូក ៥

ការពិនិត្យតាមដាន និងវាយតម្លៃ

ជំពូក ៥ ការពិនិត្យតាមដាន និងវាយតម្លៃ

៥.១- ចំពោះគ្រូ

គ្រូបង្រៀនមានតួនាទីពិនិត្យតាមដាន និងវាយតម្លៃកុមារជាប្រចាំដោយៈ

- ធ្វើស្វ័យវាយតម្លៃប្រចាំថ្ងៃ លើការបង្រៀនរបស់ខ្លួន បន្ទាប់ពីបង្រៀនចប់ក្នុងមួយម៉ោងសិក្សា
- ឆ្លុះបញ្ចាំងពីចំណុចខ្វះខាត លើស្វ័យវាយតម្លៃប្រចាំថ្ងៃ
- កែលម្អនៅក្នុងកិច្ចតែងការបង្រៀនប្រចាំថ្ងៃ ដើម្បីអភិវឌ្ឍការបង្រៀនឱ្យកាន់តែប្រសើរ
- រកវិធានការនានាដែលមានគុណភាព និងប្រសិទ្ធភាពដើម្បីអនុវត្តបន្តប្រកបដោយទំនុកចិត្ត។

៥.២- ចំពោះកុមារ

៥.២.១- ការសង្កេត

ចំពោះកុមារ គ្រូត្រូវប្រើការសង្កេត និងវាយតម្លៃជាប្រចាំ ដើម្បីមានវិធានការជួយ។ ការសង្កេត គឺការកត់ត្រានូវអ្វីដែលកុមារអាចធ្វើបាន និងការរីកចម្រើនបានកម្រិតណា និងការសម្រេចគោលដៅនៃការរៀន រួមនឹងការអភិវឌ្ឍជំនាញចលករ។

ការសង្កេត នៃការអនុវត្តចលកររបស់កុមារៈ គ្រូអាចសង្កេតមើលកុមារជាប្រចាំ។ ក្នុងដំណើរការនេះ គ្រូអាចថតរូប ឬថតវីដេអូដើម្បីចាប់យករូបភាពកុមារនៅកន្លែងធ្វើកិច្ចការ។ លើសពីនេះទៀតគ្រូគួរតែសង្កេតមើលពីរបៀបដែលកុមារធ្វើចលនា ចលនានៃរាងកាយ, លំហ, ការប្រឹងប្រែង, និងការដឹងពីទំនាក់ទំនង។ គ្រូក៏អាចសង្កេតពីស្នាដៃការងាររបស់កុមារផងដែរ (*ឧទាហរណ៍ៈ* ការបត់យន្តហោះក្រដាស...) នៅក្នុងការបង្ហាញរបស់ពួកគេដើម្បីបញ្ជាក់ពីការអភិវឌ្ឍជំនាញចលករតូច។ វាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការមានទម្រង់តាមដានការរីកចម្រើនរបស់កុមារ និងការអភិវឌ្ឍជំនាញ ចលករ។ គ្រូត្រូវបង្កើតកម្រិតនៃការអភិវឌ្ឍដែលមានស្រាប់របស់កុមារម្នាក់ៗ ជាមុនសិនបន្ទាប់មកកំណត់ពីរបៀបដែលពួកគេបានរីកចម្រើនដោយផ្អែកលើគោលដៅនៃការរៀនសូត្រ ដែលបានកំណត់សម្រាប់ការអភិវឌ្ឍជំនាញចលករ។

៥.២.២- ការវាយតម្លៃ

ការវាយតម្លៃនេះ ត្រូវធ្វើឡើងដោយគ្រូបង្រៀនតាមកម្រិតថ្នាក់លើមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាពក្នុងគោលបំណងវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សារបស់កុមារម្នាក់ៗ ដោយផ្តោតលើវិជ្ជាសម្បទា បំណិនសម្បទា ចរិយាសម្បទា និងការអនុវត្តសមត្ថភាពតាមសកម្មភាពនីមួយៗ។ ក្នុងករណីកុមារអនុវត្តមិនទាន់បាននូវសកម្មភាពដែលគ្រូបានបង្រៀនក្នុងម៉ោងសិក្សាចិត្តចលភាព គ្រូត្រូវជួយកុមារឱ្យសម្រេចបាននូវសកម្មភាពនោះ។

នៅពេលវាយតម្លៃបំណិនចលករធំ គ្រូគួរតែសង្កេតមើលពេលកុមារអនុវត្តបំណិនជាក់លាក់មួយ។ គ្រូបង្រៀនត្រូវការវាយតម្លៃការអនុវត្តរបស់កុមារ និងដឹងថាតើបំណិនចាំបាច់អ្វីខ្លះដែលត្រូវបន្ថែមទៀតដើម្បីជួយកុមារឱ្យកាន់តែប្រសើរ។

វិធីសាស្ត្រនៃការវាយតម្លៃ មានសួរសំណួរ រំលឹកសារឡើងវិញនូវសកម្មភាពនៃការអនុវត្តចលនា។

ឧទាហរណ៍៖ សំណួរដែលត្រូវចងចាំក្នុងពេលវាយតម្លៃបំណិនចលកររបស់កុមារ៖

- តើកុមារអាចអនុវត្តបំណិនចលករពិសេសបានទេ?(ឧទាហរណ៍ៈរំលង,បោះបាល់)
- តើកុមារអាចធ្វើចលនាក្នុងគន្លងផ្លូវផ្សេងគ្នាបានទេ?
- តើកុមារអាចផ្លាស់ប្តូរពីចលនារហ័ស និងយឺតបានទេ?
- តើកុមារអាចប្រើលំហទូទៅបានល្អប៉ុណ្ណា?
- តើកុមារប្រើផ្នែកផ្សេងៗនៃរាងកាយ ដើម្បីធ្វើចលនាយ៉ាងដូចម្តេច?
- តើកុមារអាចធ្វើឱ្យមានតុល្យភាពវត្ថុនៅផ្នែកផ្សេងៗនៃរាងកាយយ៉ាងដូចម្តេច?
- តើកុមារប្រើកន្ត្រៃយ៉ាងដូចម្តេច?
- តើកុមារអាចកាត់រាងបានទេ?

ឧទាហរណ៍៖ នៃសំណួរដែលចងចាំក្នុងពេលវាយតម្លៃការអភិវឌ្ឍចំណេះដឹងរបស់កុមារទាក់ទងនឹងសុខភាព និងសុវត្ថិភាព៖

- តើកុមារអាចធ្វើតាមការអនុវត្តអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួនឬទេ?តើពួកគេកំពុងធ្វើអ្វី?
- តើកុមារប្រកាន់ខ្ជាប់នូវវិធានការ និងការអនុវត្តសុវត្ថិភាពយ៉ាងដូចម្តេចក្នុងពេលអនុវត្តសកម្ម-ភាពខាងក្រៅ?
- តើកុមារអាចអនុវត្តតាមច្បាប់ និងលេងដោយសុវត្ថិភាពជាមួយមិត្តភក្តិរបស់ខ្លួនបានទេ?

៥.២.២.១- ការវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សាប្រចាំថ្ងៃ

នៅពេលបង្រៀនមេរៀនចប់ គ្រូត្រូវធ្វើការវាយតម្លៃ ដើម្បីវាស់ស្ទង់លទ្ធផលនៃការរៀនធ្វើចលនារបស់កុមារ។ ការវាយតម្លៃត្រូវធ្វើជាប្រចាំ តាមរយៈសកម្មភាពបន្ទាប់ពីអនុវត្ត ។ ការវាយតម្លៃត្រូវសមស្របនឹងលទ្ធផលសិក្សាកម្រិតថ្នាក់ ដូចជាបំណិនការធ្វើចលនាតូច ចលនាធំ ។

៥.២.២.២- ការវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សាប្រចាំត្រីមាស

ការវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សាប្រចាំត្រីមាស កម្រិតសមត្ថភាពសិក្សារបស់កុមារម្នាក់ៗតាមមេរៀន ដើម្បីរិះរកវិធានការជួយកុមាររៀនយឺត និងរៀនលឿនជាបន្ទាន់ ដោយមិនទុកឱ្យកុមារជួបការលំបាក និងអនុវត្តមិនបានទៅតាមកម្រិតស្តង់ដាលទ្ធផលសិក្សានៃសកម្មភាពនីមួយ។ ជាការលើកទឹកចិត្តកុមារ និងគ្រូបង្រៀនឱ្យខិតខំ និងយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការរៀន និងបង្រៀន និងបង្កើនការជឿទុកចិត្តរបស់មាតាបិតាកុមារ និងសហគមន៍។

៥.២.២.៣- ការវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សាប្រចាំឆ្នាំ

នៅដើមឆ្នាំ ចុងឆ្នាំ និង ដំណាច់ឆមាសទី១ និងទី២ ការវាយតម្លៃលទ្ធផលសិក្សាប្រចាំឆ្នាំ។ គ្រូប្រចាំថ្នាក់ផ្សព្វផ្សាយលទ្ធផលតេស្តលម្អិតសម្រាប់កុមារម្នាក់ៗ នូវមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាពដាក់ក្នុងតេស្តរួមនៅតាមថ្នាក់រៀន។ ក្រុមបច្ចេកទេស និងនាយិកាសាលាបិទផ្សាយលទ្ធផលតេស្តសរុបកម្រិតថ្នាក់រៀន និងកម្រិតសាលារៀនគ្រប់មុខវិជ្ជានៅតាមភូមិ និងទីសាធារណៈ។

ឧបសម្ព័ន្ធ

ឧបសម្ព័ន្ធទី១ ផ្នែកខ្លឹមសារនៃសកម្មភាពគោល

ការអនុវត្តចិត្តចលភាព ត្រូវមានការកម្តៅសាច់ដុំ និងការបន្ធូរអារម្មណ៍។ ការធ្វើលំហាត់ប្រាណត្រូវធ្វើឡើងក្នុងលក្ខណៈយឺត និងទ្រទ្រង់ដូចនេះវាអាចបង្កឱ្យមានរបួសដល់ឆ្អឹងខ្នងឬសន្លាក់ផ្សេងៗ។ សន្លាក់មានន័យថាធ្វើចលនាដូចជាចង្កេះ ដែលអនុញ្ញាតិឱ្យមានចលនាទៅមុខ និងថយក្រោយ (ឧទាហរណ៍ ជង្គង់ និងកែង) គួរតែមិនត្រូវបានបង្វិល។ សំណុំនៃការធ្វើលំហាត់ប្រាណដែលលាតសន្ធឹងនីមួយៗគួរតែមានទាំងផ្នែកខាងលើ និងខាងក្រោម។ លំហាត់ជាធម្មតាចាប់ផ្តើមពីក្បាលដល់ចុងជើងឬផ្ទុយមកវិញ។ គ្រូបង្រៀនធ្វើលំហាត់ប្រាណលាតសន្ធឹង ៤ទៅ៥ ប្រភេទផ្សេងៗគ្នាសម្រាប់ការកម្តៅសាច់ដុំ ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។

ខាងក្រោមនេះជាយោបល់ខ្លះៗនៃការធ្វើលំហាត់ប្រាណដែលលាតសន្ធឹងៈ

- **លាតសន្ធឹងផ្នែកខាងលើនៃដងខ្លួន**
  - កឱ្យត្រង់

    បង្វែរក្បាលទៅខាងស្តាំ និងលើកដៃដោយប្រើដៃឆ្វេងប្រហែល ២ទៅ៣វិនាទី។ធ្វើលំហាត់ប្រាណម្តងទៀតនៅផ្នែកខាងឆ្វេង។
  - វង្វង់ដៃ

    ឈរបញ្ឈរដោយដៃត្រង់ ស្របនឹងតដ្ឋ។វង្វង់ដៃថយក្រោយយឺតៗ ពីវង្វង់តូចទៅវង្វង់ធំប្រហែល៨ដង។ ធ្វើលំហាត់ប្រាណម្តងទៀតដោយគូសវង្វង់ដៃទៅមុខ។
  - ឱនចំហៀងបត់

    ឈរដោយជើងប្រហែលទទឹងស្មាដាច់ពីគ្នា ហើយលើកដៃឆ្វេងទៅខាងស្តាំ ក្បាលពត់យឺតៗទៅខាងស្តាំ ២ទៅ៣ វិនាទី ហើយពត់ម្តងទៀតទៅខាងឆ្វេង។
  - ស្មាក្រឡុក

    ឈរបញ្ឈរដោយដៃនៅចំហៀង។លើកស្មាយឺតៗ ឆ្ពោះទៅរកត្រចៀកបន្ទាប់មកបង្វិលទៅមុខនិងចុះក្រោយទៅទីតាំងចាប់ផ្តើម។អនុវត្តការបង្វិលទៅមុខ៥ដង ហើយធ្វើម្តងទៀតដោយការបង្វិលថយក្រោយ។
- **ផ្នែកខាងក្រោមនៃដងខ្លួនលាតសន្ធឹង**
  - លើភ្លៅខាងលើ

    អង្គុយលើតដ្ឋដោយប្រើបាតជើងប៉ះគ្នា ហើយកែងជើងទាញទៅរកពងកាយ។សង្កត់ម្រាមជើង ហើយបន្ទាបជង្គង់យឺតៗឆ្ពោះទៅតដ្ឋ។សង្កត់ លាតសន្ធឹង ប្រហែល ២ទៅ៣ វិនាទី។
  - អង្គុយត្រង់

អង្គុយនៅលើឥដ្ឋដោយប្រើជើងស្តាំត្រង់ ហើយជើងឆ្វេងបត់ជើងដោយប្រើជើងទល់ទល់នឹងផ្នែកខាងក្នុងនៃជើងខាងឆ្វេង។ឈានដល់ចុងជើងត្រង់។សង្កត់ការលាតសន្ធឹងពី២ទៅ៣វិនាទី។

- ឈរ និងឈោងឡើង

ឈរដោយមានទទឹងប្រហែលស្មាទទឹង និងលើកដៃឆ្វេងឱ្យខ្ពស់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើបានខណៈពេលកំពុងឈរលើម្រាមជើងដោយផ្នែកខាងក្រោមត្រង់។រាប់ពី២ទៅ៣វិនាទី ហើយធ្វើម្តងទៀតដោយប្រើដៃស្តាំ។

- ឈររុញជញ្ជាំងៈ

ឈរពីរជំហានពីជញ្ជាំងដោយប្រើជើងស្តាំពីមុខខាងឆ្វេង។ដាក់ដៃទាំង២នៅលើជញ្ជាំងហើយរុញចេញថ្នមៗ។ពត់ជង្គង់ផ្នែកខាងស្តាំបន្តិច ប៉ុន្តែទុកកែងជើងខាងឆ្វេងនៅលើឥដ្ឋ។សង្កត់រយៈពេល២ទៅ៣វិនាទី ហើយធ្វើម្តងទៀត នូវការលាតសន្ធឹងដោយជើងឆ្វេងនៅពីមុខស្តាំ។

- ឧទាហរណ៍ពិពណ៌នាពីបំណិនចលករធំ ចលករតូច

ល្បែងចលនា
បែបអប់រំបរិយាបន្ន

១. ល្បែងការគប់ ឬបោះបាល់

កុមារអាយុ៖ ៤-៥ ឆ្នាំ	ចំនួនអ្នកលេង៖ ១-៤នាក់
ពេលវេលា៖ ១០នាទី	លេងក្នុងថ្នាក់☑ លេងក្រៅថ្នាក់ ☐

ក. វត្ថុបំណង

ល្បែងនេះមានបំណងពង្រឹងបំណិនចលករសាច់ដុំដល់កុមារ។ ពេលលេងរួច កុមារមានសមត្ថភាព៖

- ប្រាប់បានអំពីគោលដៅដែលត្រូវគប់ ឬបោះបាល់
- ប្រើចលនាដងខ្លួន ប្រអប់ដៃ កដៃ និងភ្នែក ដើម្បីតម្រង់ទៅគោលដៅ
- អភិវឌ្ឍន៍សុខភាពរាងកាយ

ខ. ការផលិត

សម្ភារៈមាន៖

- កំណាត់ ក្រដាសកាតុង ក្រដាសរ៉ាម
- គ្រាប់ធញ្ញជាតិ ដីខ្សាច់
- អំបោះ ម្ជុល កន្ត្រៃ កាំបិត
- បន្ទាត់ ស្កុត កៅស៊ូកង
- មែកឈើតូចៗ ដីស ប្រអប់ក្រដាស ឬថង់ប្លាស្ទិច

របៀបផលិត ៖

ដើម្បីផលិតល្បែងគប់ឬបោះបាល់ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ ត្រូវ៖

- កាត់កំណាត់ជា២ផ្ទាំង ដែលមានបណ្តោយ៨សម ទទឹង៧សម ដើម្បីដេរជាថង់កំណាត់មួយ។ បន្ទាប់មកដេរភ្ជាប់គ្នា ដោយទុកមាត់ថង់ សម្រាប់ច្រកដី ខ្សាច់ឬច្រកគ្រាប់ធញ្ញជាតិចូលឱ្យពេញ រួចទើបដេរ ផ្ចិតមាត់ថង់។
- រៀបចំទីកន្លែងសម្រាប់គប់ ឬបោះបាល់ទៅកាន់គោលដៅដោយ កាត់ប្រអប់ក្រដាសរ៉ាមA4 តាមបណ្តោយសងខាងបានជារាងត្រីកោណបង្កើតជាជម្រាលដូចមានក្នុងរូប។

- ចោះប្រហោងជារង្វង់ចំនួនបី នៅផ្នែកខាងលើនៃប្រអប់។ រង្វង់នីមួយៗមានទំហំតូច ឬធំអាស្រ័យតាមទំហំបាល់។
- បង្កើតគោលដៅមួយ ដើម្បីដាក់ប្រអប់ ឬមែកឈើ ដើម្បីកំណត់ទី ឬគូសជារង្វង់ដោយប្រើដីសទៅតាមចម្ងាយអាស្រ័យតាមអាយុ និងសមត្ថភាពរបស់កុមារ។
- គ្រូអាចប្រើបាល់ជ័រ ឬបាល់ធ្វើពីក្រដាសក៏បាន
- គ្រូសម្របសម្រួល និងលើកទឹកចិត្តកុមារ។

កំណត់សម្គាល់៖

- *ចូរកុំដាក់ខ្សាច់ចូលក្នុងថង់ច្រើនពេក ដើម្បីជៀសវាងថង់ កំណាត់តឹងពេក។*
- *ចំនួន ថង់ខ្សាច់ ច្រើនឬតិចផលិតទៅតាមតម្រូវការ នៃចំនួនកុមារដែលចូលរួមលេង។*

គ. របៀបលេង

ដើម្បីនាំកុមារលេងល្បែងគប់ ឬបោះបាល់ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ៖

- ណែនាំកុមារឱ្យឈរឆ្ងាយឃ្លាតពីគោលដៅចម្ងាយពី២ ទៅ៥ម៉ែត្រ
- បង្ហាញបាល់ និងប្រាប់គោលដៅ ចម្ងាយដែលត្រូវបោះឱ្យចូលរង្វង់
- កុមារត្រូវកាន់ថង់ខ្សាច់ ហើយបោះបាល់ឱ្យចូលរង្វង់
- ឱ្យកុមារបន្តលេង ប្តូរវេនគ្នាលេងឱ្យបានគ្រប់ៗគ្នា
- គ្រូសម្របសម្រួល និងលើកទឹកចិត្តកុមារ។

ឃ. សកម្មភាពបន្ថែម

របៀបធ្វើឱ្យការលេង មានភាពលំបាកបន្ថែមទៀត៖ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ អាចបង្កើនចម្ងាយនៃទីតាំងគោលដៅដែលត្រូវបោះ ឱ្យឆ្ងាយជាងមុនប្រហែល ៤ ឬ៥ម៉ែត្រ)

ង. ការសម្របសម្រួលបន្ថែមសម្រាប់កុមារដែលមានពិការភាព៖

☑ **បញ្ហាមើល**	☑ **បញ្ហាចងចាំ និងការផ្តោតអារម្មណ៍**
- ប្រើពណ៌គូរជុំវិញរង្វង់ឱ្យច្បាស់ - ដាក់កណ្តឹងនៅមាត់រន្ធ ដើម្បីឱ្យកុមារអាចប្រើការស្តាប់ដើម្បីជួយប្រាប់ទិសដៅរបស់បាល់	ធ្វើឱ្យសាមញ្ញ និងជួយពួកគេងាយស្រួលរាប់។

☑ **បញ្ហាស្តាប់** ប្រើសំឡេងឱ្យឮខ្លាំងៗ ច្បាស់ៗ ☑ **បញ្ហាចលនា** ធ្វើឱ្យប្រាកដថា កុមារអាចទៅដល់គោលដៅ ដោយរក្សាទីតាំងដែលគេឈរ នៅលើកៅអី រទេះរុញ ឬកន្លែងសមស្រប ឬដាក់គោលដៅ ឬចំណុចដៅ លើតុ ដែលសមស្រប។	☑ **បញ្ហាក្នុងការថែទាំខ្លួនឯង** ប្រសិនបើកុមារអាចគប់បាន នោះមិនចាំបាច់សម្របសម្រួលនោះទេ។ ចូរធ្វើឱ្យប្រាកដថាទីដៅមិនឆ្ងាយ ពេក។ ប្រសិនបើកុមារ មិនអាចគប់បាន គេអាចគេអាចចូលរួមរាប់ពិនិត្យនិងរាប់ពិន្ទុ។ ☑ **បញ្ហាទំនាក់ទំនង** បង្ហាញឱ្យបានច្បាស់អំពីគោលការណ៍ និងកាយវិការ

២. ល្បែងប្រមៀលបាល់ចូលផ្ទះទន្សាយ

កុមារអាយុ៖ ៣ទៅ៥ ឆ្នាំ	ចំនួនអ្នកលេង៖ ៤នាក់
ពេលវេលា៖ ១០នាទី	លេងក្នុងថ្នាក់☑ លេងក្រៅថ្នាក់ ☑

ក. វត្ថុបំណង

ល្បែងនេះ មានបំណងពង្រឹងទៅលើបំណិនចលករសាច់ដុំ។ ក្រោយលេងល្បែងនេះចប់ កុមារមានសមត្ថភាព៖

- ប្រាប់បានអំពីគោលដៅដែលត្រូវគប់ឬបោះបាល់
- សម្របសម្រួលចលនារាងកាយតាមរយៈ ចលនាដៃ និងភ្នែក
- អភិវឌ្ឍន៍សុខភាពរាងកាយ។

ខ. ការផលិត

សម្ភារៈមាន៖

- ក្រដាសកាតុង ឬឡាំងក្រដាស ក្រដាសពណ៌ កាសែត កាំបិត កាវ

របៀបផលិត៖

ដើម្បីផលិតល្បែងប្រមៀលបាល់ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- យកក្រដាសពណ៌ សម្បកឡាំង ឬក្រដាស

កាតុងកាត់ធ្វើជារាងផ្ទះ
- តុបតែងផ្ទះដោយមានការគូររូប ផាត់ពណ៌ដំបូល បង្អួច ទ្វារ...
- យកកាំបិតកាត់ជាប្រហោងធ្វើជាទ្វារសម្រាប់ប្រមៀលបាល់ចូលទៅក្នុងផ្ទះ
- យកក្រដាសកាសែតមកបិតត្រួតលើគ្នាដើម្បីធ្វើជារាងបាល់។

គ. របៀបលេង

ដើម្បីនាំកុមារលេងល្បែងប្រមៀលបាល់ចូលផ្ទះទន្សាយ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ
- គ្រូណែនាំអនុវត្តឱ្យសិស្សមើលៈ
  - ណែនាំឱ្យកុមារសង្កេតមើល ពេលគ្រូអនុវត្តសាកល្បង
  - គ្រូមានបាល់ ហើយត្រូវប្រមៀល ឱ្យចូលមាត់ទ្វារផ្ទះ
  - គ្រូប្រមៀលបាល់ម្តងមួយៗ យឺតៗ
  - គ្រូប្រមៀលបាល់ ឱ្យចូលតាមប្រឡោះមាត់ទ្វារផ្ទះ
- គ្រូឱ្យកុមារពីរនាក់ ឡើងអនុវត្ត ហើយចែកបាល់មួយនាក់ ទទួលបានបាល់បួនទៅប្រាំ
- ឱ្យកុមារប្រមៀលចូលទៅក្នុងផ្ទះហើយឱ្យកុមាររាប់ចំនួនបាល់ដែលគាត់បានប្រមៀលចូលទៅក្នុងផ្ទះ បានជោគជ័យ
- គ្រូសម្របសម្រួល និងលើកទឹកចិត្តកុមារដែលបានប្រមៀលបាល់ចូលផ្ទះបានច្រើន។

ឃ. សកម្មភាពបន្ថែម

របៀបធ្វើឱ្យការលេង មានភាពលំបាកបន្ថែមទៀតៈ

គ្រូឱ្យកុមារបោះប្រណាំងគ្នាកុមារមួយណាបោះបាល់ចូលបានច្រើនជាង នោះឈ្នះ**បញ្ហាមើល** ប្រើពណ៌ឱ្យបានច្រើន ហើយឆ្លាស់ល្អ គម្លាតចម្ងាយប្រសិនបើកុមារពិបាកមើលខ្លាំង
- យកក្រដាសកាសែត រុំស្អុតធ្វើជាបាល់ ប្រសិនបើមិនមានបាល់ជ័រនោះទេ
- យកដបជ័រដាក់ដីខ្សាច់ឱ្យពេញ ដើម្បីវាអាចឈរបាននឹង ហើយមិនងាយដួល

ង. ការសម្របសម្រួលបន្ថែមសម្រាប់កុមារដែលមានពិការភាពៈ

៣.ល្បែងបោះបាល់ផ្តួលកូនភើយ

កុមារអាយុៈ ៣ទៅ៥ ឆ្នាំ	ចំនួនអ្នកលេងៈ ២ទៅ៤នាក់
ពេលវេលាៈ ១០ទៅ១៥នាទី	លេងក្នុងថ្នាក់☑ លេងក្រៅថ្នាក់ ☐

ក. វត្ថុបំណង

ល្បែងនេះ មានបំណងពង្រឹងទៅលើបំណិនចលករសាច់ដុំ។ ក្រោយលេងល្បែងនេះចប់ កុមារមានសមត្ថភាព៖

- ប្រាប់បានអំពីគោលដៅក្នុងការបោះបាល់ផ្តួលកូនកោយ
- សម្របសម្រួលចលនារាងកាយតាមរយៈចលនាដៃ និងភ្នែក
- អភិវឌ្ឍសុខភាពរាងកាយ។

ខ. ការផលិត៖

ដើម្បីផលិតល្បែងបោះបាល់ផ្តួលកូនកោយលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ៖

សម្ភារៈមាន៖

- ដបទឹកសុទ្ធ កំប៉ុង បាល់ជ័រ ឬបាល់កៅស៊ូ
- ក្រដាសពណ៌ ក្រដាសកាសែត ឬក្រដាសចាស់ៗ បិក និងកាវ

របៀបផលិត ៖

- ជ្រើសរើសដបទឹកសុទ្ធ ឬកំប៉ុងដែលមានទំហំប៉ុនគ្នាចំនួនទៅតាមតម្រូវការប្រើប្រាស់
- បិតក្រដាសពណ៌កែច្នៃតុបតែងលម្អជារូបភាពផ្សេងៗតាមការចូលចិត្តរបស់កុមារ
- យកក្រដាសកាសែត ឬក្រដាសចាស់ៗប្រើរួចមកបិត រួចពួតឱ្យមូលជារាងបាល់ហើយរចនា ឬផាត់ពណ៌តាមចំណង់ចំណូលចិត្តកុមារ។
- ចំនួន និងទំហំបាល់ផលិតទៅតាមតម្រូវការប្រើប្រាស់របស់គ្រូ

គ. របៀបលេង

ដើម្បីនាំកុមារលេងល្បែងបោះបាល់ផ្តួលកូនកោយ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ណែនាំកុមារឱ្យឈរឆ្ងាយឃ្លាតពីគោលដៅ ចម្ងាយពី២ ទៅ៥ម៉ែត្រតម្រៀបកំប៉ុងធ្វើជារាងពីរ៉ាមីត ឬដបទឹកសុទ្ធតម្រៀបជាជួរ

- ណែនាំកុមារឱ្យព្យាយាមបោះបាល់ចំកំប៉ុង ឬដបទឹកសុទ្ធនោះ នាំកុមារធ្វើការផ្ទៀងផ្ទាត់ដបទឹកសុទ្ធ ឬកំប៉ុងដែលបានតម្រៀប

- ឱ្យកុមារបោះបាល់ម្តងមួយៗ ដើម្បីផ្តួលដបទឹកសុទ្ធ ឬកំប៉ុងដែលបានតម្រៀប
- នាំកុមាររាប់ចំនួន ដបទឹកសុទ្ធ ឬកំប៉ុងដែលបានបោះឱ្យដួល
- លើកទឹកចិត្តកុមារដែលបានបោះបាល់ផ្តួលកូនកោយបានច្រើន

កំណត់សម្គាល់៖ *នៅពេលលេងចប់ គ្រូបង្រៀនត្រូវនាំកុមាររៀបចំទុកដាក់សម្ភារៈឱ្យមានសណ្តាប់ធ្នាប់។*

<u>ឃ. សកម្មភាពបន្ថែម</u>

<u>របៀបធ្វើឱ្យការលេង មានភាពលំបាកបន្ថែមទៀត៖</u>

ក្រៅពីរបៀបលេងដូចខាងលើ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ អាចបង្ហាញ និងណែនាំអំពីរបៀបលេង ដែលមានកម្រិតឈានឡើងមួយកម្រិតទៀត ដោយ បង្កើនចម្ងាយទៅកាន់គោលដៅដែលត្រូវ បោះបាល់ផ្តួលកូនកោយឱ្យកាន់តែឆ្ងាយជាង មុន(លើសពី៥ម៉ែត្រ)។

<u>ង. ការសម្របសម្រួលបន្ថែមសម្រាប់កុមារដែលមានពិការភាព</u>៖

☑ **បញ្ហាមើល** ប្រើពណ៌ឱ្យបានច្រើនពណ៌ ហើយផ្លាស់ប្តូរគម្លាតចម្ងាយប្រសិនបើកុមារពិបាកមើលខ្លាំង	☐ **បញ្ហាចងចាំ និងការផ្តោតអារម្មណ៍** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង
☐ **បញ្ហាស្តាប់** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង	☑ **បញ្ហាក្នុងការថែទាំខ្លួនឯង** ធានាថាបាល់មិនធំពេកឬតូចពេក
☑ **បញ្ហាចលនា** ឱ្យកុមារឈរឬអង្គុយលេងក៏បាន	☐ **បញ្ហាក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង

៤. ល្បែងគណ្ឌុះចូលរន្ធ

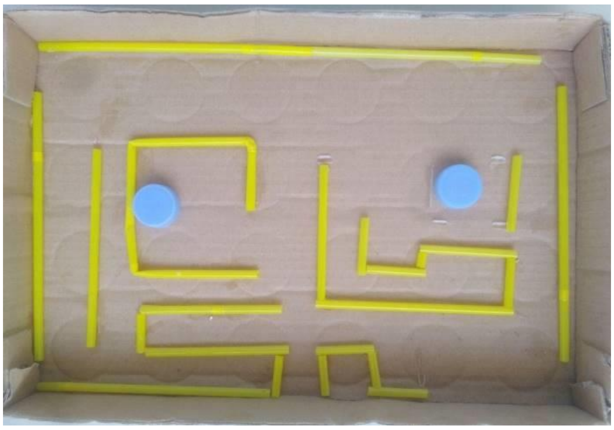
កុមារអាយុ៖ ៤ទៅ៥ ឆ្នាំ	ចំនួនអ្នកលេង៖ ១ទៅ៤នាក់
ពេលវេលា៖ ៥ទៅ២០នាទី	លេងក្នុងថ្នាក់☐ លេងក្នុងថ្នាក់ ☑

<u>ក. វត្ថុបំណង</u>

ល្បែងនេះមានបំណងពង្រឹងទៅលើបំណិនចលករសាច់ដុំ។ ក្រោយលេងល្បែងនេះចប់ កុមារមានសមត្ថភាព៖

- ប្រាប់បានពីការប្រើប្រាស់ ចលនាដៃ និងភ្នែកក្នុងការលេងល្បែងកណ្ដុរចូលរន្ធ
- អនុវត្តការបញ្ជាចលនាដៃ និងភ្នែកទៅកាន់គោលដៅនៃល្បែងតាមទិសទៅ(ស្ដាំ ឆ្វេង ត្រង់)
- បង្កើនស្មារតីប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងការបញ្ជាចលនាដៃ និងភ្នែក ។

ខ. ការផលិត



សម្ភារៈមាន៖

- ក្រដាសកាតុង កេសក្រដាស
- គម្របដបទឹកសុទ្ធ បំពង់បឺត កាវ
- ខ្សែអំបោះ ហ្វឺត

របៀបផលិត ៖

ដើម្បីផលិតល្បែងកណ្ដុរចូលរន្ធ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ ត្រូវ

- យកក្រដាសកាតុងមកកាត់ជារាងប្រអប់ចតុកោណកែងដែលមានទំហំប៉ុនក្រដាស A3 រួចកាត់ឱ្យមានជ្រុងទាំង៤ រួចបត់ឱ្យមានគែមបញ្ឈរជារាងគម្របប្រអប់ ដោយបិទផ្ចិតដោយកាវឬគម្របសម្បកកេសដែលមានស្រាប់ហើយដៅជារន្ធកណ្ដុរចំនួនមួយ ។
- គូរផ្លូវនៅបាតប្រអប់ក្រដាសកាតុង ដោយធ្វើឱ្យមានជាផ្លូវចូល និងផ្លូវចេញមានបត់ស្ដាំ ឆ្វេង និងទៅត្រង់
- កាត់បំពង់បឺត ឬខ្សែអំបោះធំ រួចបិទកាវភ្ជាប់ទៅលើផ្លូវដែលបានគូររួចខាងលើជាផ្លូវកណ្ដុរសម្រាប់ឱ្យកុមារលេង។

គ. របៀបលេង

ណែនាំកុមារអំពីរបៀបលេងដោយ ៖

- ដាក់គម្របដបទឹកសុទ្ធនៅពីមុខផ្លូវចូល
- គ្រូបង្ហាញឱ្យកុមារមើលពីរបៀបដើរចូល រួចរកផ្លូវចេញទៅតាមច្រកចេញវិញ
- ឱ្យកុមារព្យាយាមលេង និងរកផ្លូវចេញ
- លើកទឹកចិត្តកុមារឱ្យលេងបានច្រើនដង និងគ្រប់ៗគ្នា
- នៅពេលលេងចប់ គ្រូបង្រៀនត្រូវនាំកុមាររៀបចំទុកដាក់សម្ភារៈឱ្យមានសណ្ដាប់ធ្នាប់។

កំណត់សម្គាល់ ៖ *ប្រសិនបើកុមារមានការលំបាក ក្នុងការលេង លោកគ្រូ អ្នកគ្រូចូលទៅអង្គុយពីក្រោយកុមារ រួចចាប់កាន់ដៃទាំងពីររបស់កុមារ ហើយនាំកុមារលេងល្បែងនេះទាំងអស់គ្នារហូតលេងបានស្ទាត់ដោយខ្លួនឯង។*

ឃ. សកម្មភាពបន្ថែម

របៀបធ្វើឱ្យការលេង មានភាពលំបាកបន្ថែមទៀត៖

- ក្រៅពីរបៀបលេងដូចខាងលើ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ អាចបង្ហាញ និងណែនាំអំពីរបៀបលេងដែលមានកម្រិតឈានឡើងមួយកម្រិតទៀតដោយ ៖
- បង្កើតផ្លូវដើរទៅរកផ្លូវចេញឱ្យបានច្រើន ហើយមានលក្ខណៈ លំបាកដូចជា មានបត់ស្តាំ បត់ឆ្វេងច្រើន

ង. ការសម្របសម្រួលបន្ថែមសម្រាប់កុមារដែលមានពិការភាព៖

☑ **បញ្ហាមើល** អាចប្រើពណ៌ឱ្យបានច្រើនពណ៌តាមផ្លូវដែលកុមារនឹងប្រមៀលរំកិលឬប្រើគម្របដបដែលមានពណ៌/ច្បាស់ល្អ ☐ **បញ្ហាស្តាប់** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង ☐ **បញ្ហាចលនា** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង	☑ **បញ្ហាចងចាំ និងការផ្តោតអារម្មណ៍** អាចឱ្យកុមារប្រើម្រាមដៃរបស់គាត់រំកិលគម្របដបតាមផ្លូវ។ អ្នកក៏អាចគូសសញ្ញាព្រួញដើម្បីបង្ហាញផ្លូវដល់កុមារក្នុងការរំកិលតាមផ្លូវនោះ។ ☑ **បញ្ហាក្នុងការថែទាំខ្លួនឯង** អាចបង្កើតផ្លូវដើររកច្រកចេញ ដោយបិទវាជាក្រដាសកាតុងផ្សេងទៀត ដោយមិនបិទជាប់បាតប្រអប់ (វានឹងងាយមើលគម្របដប) ☐ **បញ្ហាក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង

៥.ល្បែងចាក់សោផ្ទះ

កុមារអាយុ៖ ៣ទៅ៥ ឆ្នាំ	ចំនួនអ្នកលេង៖ ១ទៅ២នាក់
ពេលវេលា៖ ១០នាទី	លេងក្នុងថ្នាក់☑ លេងក្នុងថ្នាក់ ☑

ក. វត្ថុបំណង

ល្បែងនេះ មានបំណងពង្រឹងទៅលើបំណិនចលនាតូចក្នុងសកម្មភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ ក្រោយលេងល្បែងនេះចប់ កុមារមានសមត្ថភាព៖

- ប្រាប់បានពីការប្រើប្រាស់ ខ្ចៅ ប៊ូឡុង និងសោសម្រាប់ចាក់បិទ បើកទ្វារផ្ទះ
- ប្រើប្រាស់បំណិនចលនាតូចក្នុងការមួលខ្ចៅ បើក បិត រុះរើ និងផ្គុំផ្ទះទៅតាមការណែនាំរបស់គ្រូ
- បង្កើនភាពប៉ិនប្រសប់ ភាពរហ័សរហួន និងឆ្លាតវៃ។

ខ. ការផលិត

សម្ភារៈមាន៖

- បន្ទះក្តារ ឬប្រអប់ឈើ
- ប៊ូឡុង សោមួលខ្ចៅច្រើនប្រភេទ ដែលមានទំហំខុសៗគ្នា ខ្ចៅប្រភេទផ្សេងៗគ្នា
- ម៉ូទ័រស្វាន ឬដែកខួង សោផ្ទះ គន្លឹះ និងស្រយូវទ្វារ
- ហ្វឺត ឬថ្នាំលាប ដក់សម្រាប់លាបពណ៌ និងក្រដាសខាត់។

របៀបផលិត ៖

ដើម្បីផលិតល្បែងចាក់សោផ្ទះ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- យកបន្ទះក្តារ ឬប្រអប់ឈើមកខាត់ផ្ទៃ និងគែមវាឱ្យរលោងស្អាត
- គូររូបផ្ទះមាន ទ្វារ ឬក៏គ្រាប់រឹស
- យកហ្វឺត ឬខ្ចៅដៃ ដៅចំណុចត្រង់កន្លែងដែលអ្នកចង់ដាក់សោ ឬខ្ចៅ។ បន្ទាប់មកយកម៉ូទ័រស្វានមកខួងរន្ធនៅលើបន្ទះក្តារនោះ
- លាបពណ៌ផ្ទះទៅតាមផ្នែកសំខាន់ៗមានដំបូល ទ្វារ បង្អួច ជញ្ជាំង ជណ្តើរ។ល។ តាមការចូលចិត្តរបស់កុមារ
- ជ្រើសរើសខ្ចៅនិងគន្លឹះទ្វារដាក់ពីលើនិងមួលឱ្យជាប់សម្រាប់ដាក់សោចាក់បិទបើកដើម្បីឱ្យកុមារលេង

គ) របៀបលេង

ណែនាំកុមារអំពីរបៀបលេងដោយ ៖

- បង្ហាញល្បែងនេះទៅកុមារ រួចនាំកុមារសង្កេត និងប្រាប់ឈ្មោះសម្ភារៈល្បែងដែលត្រូវលេង ណែនាំកុមារ ចាក់សោបើក បិទនិងមួលខ្ចៅ ទ្វារផ្ទះម្តងម្នាក់ៗ និងហ្វឹកហាត់ឱ្យបានច្រើនដង
- ណែនាំពីរបៀបលេងល្បែង(ចាក់សោរបើក បិទ និងមួលខ្ចៅ)
- គ្រូសម្របសម្រួលនិងផ្ទៀងផ្ទាត់សកម្មភាពអនុវត្តរបស់កុមារ
- លើកទឹកចិត្តកុមារដែលធ្វើបានល្អ។

ឃ. សកម្មភាពបន្ថែម

របៀបធ្វើឱ្យការលេង មានភាពលំបាកបន្ថែមទៀត៖

- ណែនាំកុមារមួលខ្ចៅប៊ូឡុងដែលមានលក្ខណៈងាយស្រួលក្នុងការបើក បិទ
- ឱ្យកុមារអនុវត្តដាក់ស្តែងឱ្យបានច្រើនដូចជា ចាក់សោបង្គន់អនាម័យ ថ្នាក់រៀន ទ្វារផ្ទះ ឬទ្វាររបងធំៗចូលផ្ទះ។

ង. ការសម្របសម្រួលបន្ថែមសម្រាប់កុមារដែលមានពិការភាព៖

☑ **បញ្ហាមើល** ប្រើពណ៌ឱ្យបានច្រើន ហើយឆ្លាស់ល្អ ☐ **បញ្ហាស្តាប់** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការដាក់ស្តែង ☑ **បញ្ហាចលនា** សម្របសម្រួលបន្ថែមទៅលើការប្រើប្រាស់ចលនាដៃឱ្យបានច្រើនដង ដោយបង្កើនភាពលំបាកម្តងបន្តិចៗ	☑ **បញ្ហាចងចាំ និងការផ្តោតអារម្មណ៍** សម្របសម្រួលបន្ថែមទៅលើការប្រើប្រាស់ចលនាដៃក្នុងការចាក់សោបើកបិទឱ្យបានច្រើនដង ដោយបង្កើនភាពលំបាកម្តង បន្តិចៗ ☑ **បញ្ហាក្នុងការថែទាំខ្លួនឯង** ផ្តល់ពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់កុមារក្នុងការគិតរកវិធីលេងដោយខ្លួនឯង ☐ **បញ្ហាក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការដាក់ស្តែង

៦.ល្បែងដោះខ្សែ

កុមារអាយុ៖ ៣ទៅ៥ ឆ្នាំ	ចំនួនអ្នកលេង៖ ១ទៅ២នាក់
ពេលវេលា៖ ១៥នាទី	លេងក្នុងថ្នាក់☐ លេងក្នុងថ្នាក់ ☑

ក. វត្ថុបំណង

ល្បែងនេះ មានបំណងពង្រឹងទៅលើបំណិនចលនាតូច និងបង្កើតបរិយាកាសរីករាយ ក្នុងសកម្មភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ ក្រោយលេងល្បែងនេះចប់ កុមារមានសមត្ថភាព៖

- ប្រាប់បានពីការប្រើប្រាស់ភាពស្ទាត់នៃចលនាតូចក្នុង សកម្មភាពល្បែង រូត ឬត ដោះខ្សែអាវ និងដោះខ្សែខោ
- បង្ហាញការស្លៀកពាក់តាមរយៈ ការដោះ និងដាក់ខ្សែអាវ រូត រឹត ខោអាវ ឬកាតាប និងចងខ្សែអាវ ឬស្បែកជើងដោយខ្លួនឯងបានក្នុងសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ
- បង្កើនភាពម្ចាស់ការ ប៉ិនប្រសប់ រហ័សរហួន និងឆ្លាតវាងវៃ។

ខ. ការផលិត

សម្ភារៈមាន៖

- ក្ដារបន្ទះ
- ខោអាវចាស់ៗ (ជផុះ)
- កំណាត់ខោអាវ ខ្សែរូត
- ឡេវអាវធំល្មម ខ្សែស្បែកជើង ឬខ្សែនីឡុង។

របៀបផលិត៖

ដើម្បីផលិតល្បែងនេះ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- យកបន្ទះក្ដារ ជារាងចតុកោណកែង ឬបួនជ្រុងទ្រវែង ចំនួនបួន ដែលមានទំហំប៉ុនក្រដាសរ៉ាមខ្នាតA4
- កាត់កំណាត់ជារាងចតុកោណកែង២ផ្ទាំងទំហំធំជាង ខ្នាតA4បន្តិច ត្រួតស៊ីគ្នារួចដេរឱ្យ បានសណ្ឋានជាថង់ ឬស្បោង ដើម្បីងាយស៊កបន្ទះក្ដារចូល
- កាត់មាត់ថង់ឱ្យចំចំណុចកណ្ដាលតាមបណ្ដោយចតុកោណកែង រួចដេរ ឬដាក់ឡេវអាវ
- ចោះរន្ធ ដាក់ឡេវ ខ្សែរូត ឬខ្សែរឹតមានរាងដូចអាវដែលបត់រួច
- ស៊កបន្ទះក្ដារនីមួយៗចូលក្នុងថង់ ឬស្បោងអាវដូចខាងលើ។

កំណត់សម្គាល់៖

- គួរផលិតសម្ភារៈល្បែងដោះ ដាក់ឡេវនេះ ឱ្យបានច្រើនតាមតម្រូវការលេងរបស់កុមារ។
- ក្ដារបន្ទះនីមួយៗ មានប្រយោជន៍ងាយស្រួលសម្រាប់កុមារក្នុងការចាប់កាន់ ដាក់ឡេវរូត ឬរឹត។
- ការរៀនក្នុងការប្រើប្រាស់បាននូវ ឬតខោ និងប្រភេទផ្សេងៗគ្នានៃឡេវអាវ ត្រូវការឱ្យមានបំណិនចលនាតូច។ ល្បែងនេះជួយពង្រឹងសមត្ថភាពកុមារក្នុងការស្លៀកពាក់ ការដោះ និង

ដាក់ឡេវអាវ រូត ខោអាវ ឬកាតាប និងចងខ្សែអាវ ឬស្បែកជើងដោយខ្លួនឯងបានក្នុងសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ។

គ. របៀបលេង

- បង្ហាញសម្ភារៈល្បែង និងគោលបំណងនៃការលេងល្បែង
- បង្ហាញកុមារឃើតៗអំពីរបៀបដោះ ដាក់ រូត រឹត បើកបិត ឡេវខោអាវ
- ចាប់ផ្តើមឱ្យកុមារលេងតាមការណែនាំរបស់គ្រូម្តងមួយសកម្មភាពៗទៅតាមរបៀបលេងដូចខាងលើ
- ឱ្យកុមារហ្វឹកហាត់អនុវត្តម្នាក់ម្តងៗឱ្យបានច្រើនតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន
- ជំរុញ និងលើកទឹកចិត្តកុមារចូលរួមលេងដើម្បីបង្កើតបរិយាកាសសប្បាយរីករាយ។

ឃ. សកម្មភាពបន្ថែម

របៀបធ្វើឱ្យការលេង មានភាពលំបាកបន្ថែមទៀត៖

ក្រៅពីរបៀបលេងដូចខាងលើ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ អាចបង្ហាញ និងណែនាំអំពីរបៀបលេងដែលមានកម្រិតឈានឡើងមួយកម្រិតទៀតដោយ ៖

- នៅពេលដែលកុមារមានការស្ទាត់បំណិនក្នុងរបៀបបើក បិត ដោះឡេវ ដើម្បីកុំឱ្យមានការធុញទ្រាន់ គ្រូអាចបង្ហាញពីរបៀបធ្វើថ្មីផ្សេងទៀតដូចជា ស៊កខ្វែងខ្សែស្បែកជើង ឬខ្សែខ្វែងចងអាវ
- បន្ថយទំហំ ឡេវអាវឱ្យតូចបន្តិចម្តងៗ ដើម្បីបង្កើនកម្រិតឈានឡើងនៃការអភិវឌ្ឍបំណិនចលនាតូចកាន់តែប្រសើរឡើង។

ង. ការសម្របសម្រួលបន្ថែមសម្រាប់កុមារដែលមានពិការភាព៖

☑ **បញ្ហាមើល** ប្រើពណ៌ដែលមានលក្ខណៈច្បាស់ល្អ សម្រាប់កំណាត់សម្លៀកបំពាក់និងឡេវអាវ ☐ **បញ្ហាស្តាប់** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង ☐ **បញ្ហាចលនា** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង	☑ **បញ្ហាចងចាំ និងការផ្តោតអារម្មណ៍** - បង្ហាញតែរបៀបធ្វើតែមួយប្រភេទក្នុងពេលធ្វើម្តង និងផ្តល់ពេលវេលាបន្ថែមដល់កុមារ ធ្វើសកម្មភាព ដដែលៗម្តងហើយម្តងទៀត ហើយបើចាំបាច់ត្រូវធ្វើឱ្យបានច្រើនដង។ ពន្យល់ដោយបញ្ចូលនូវសាច់រឿង នៅពេលដែលធ្វើចលនាធ្វើការប្រដូចខ្សែចងស្បែកជើងជាសត្វពស់
☑ **បញ្ហាក្នុងការថែទាំខ្លួនឯង** ផ្តល់ឱកាសឱ្យកុមារធ្វើបានដោយស្ទាត់បំណិន។ លើកទឹកចិត្តកុមារអនុវត្តបាន ញឹកញាប់ ដើម្បីបង្កើនស្វ័យភាព។	ដែលកំពុងវារឡើងលើចុះក្រោម ហើយវារចូលទៅក្នុងរូងភ្នំ ☐ **បញ្ហាក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង** សម្របសម្រួល តាមតម្រូវការជាក់ស្តែង

ល្បែងចលនា

១- ល្បែង «ប្រណាំងដើរយឺត»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- ធ្វើឱ្យមានលំនឹង
- ដើរយឺតៗ ដោយធ្វើចលនារបស់ខ្លួនមិននៅនឹងមួយកន្លែងឡើយ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួតប្រជែង (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ក្រុមតូចដែលមានសមាជិកស្មើគ្នា លេងម្តងៗមានគ្នាចំនួនពី៣ ទៅ៤នាក់
- **សម្ភារៈ៖** គ្មាន
- **ការរៀបចំលេង៖** ខ្សែរចេញដំណើរ និងខ្សែរគោលដៅទៅដល់ដែលមានចម្ងាយ ៤ម៉ែត្រ។

បំណងនៃល្បែង៖ ទៅដល់ខ្សែរគោលដៅក្រោយគេ ដោយដើរយឺតបំផុត ប៉ុន្តែមិនត្រូវនៅស្ងៀមមួយកន្លែងឡើយ។

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖**
  - ចែកជាក្រុមតូចៗ ដែលមានចំនួនស្មើគ្នា។
  - ដើរទៅមុខយឺតសំដៅទៅខ្សែរគោលដៅក្រោយគេ ដោយមិននៅស្ងៀមមួយកន្លែង គឺជាអ្នកឈ្នះ។
- **ដំណើរការលេង៖** ក្រុមនីមួយៗចាត់តំណាងម្នាក់ ជាអ្នកត្រូវប្រកួតត្រូវឈរលើខ្សែរចេញដំណើរដើម្បីប្រកួត អ្នកដែលនៅសល់គឺជាអ្នកសង្កេតមើលនិងជាអ្នកវិនិច្ឆ័យរក ឃើញថាមានអ្នកណាម្នាក់ដែលនៅស្ងៀម មិនកម្រើក ត្រូវចាប់ទុកមិនអនុញ្ញាតិឱ្យធ្វើដំណើរទៅមុខទៀតទេ។ អ្នកចូលរួមប្រកួតចាប់ផ្តើមសកម្មភាព នៅពេលមានសញ្ញាណាមួយបានបង្ហាញ អ្នកប្រកួតត្រូវដើរយឺតៗមិននៅស្ងៀម ដោយសំដៅទៅគោល ដៅចុងក្រោយឱ្យបានក្រោយគេគឺជាអ្នកឈ្នះ។

២- ល្បែង «ដងទឹកដាក់ដប»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់ ធ្វើឱ្យមានលំនឹង និងមានបំនិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- បញ្ជារនិងសម្របសម្រួលនៃរាងកាយដើម្បីកុំឱ្យដបរលំ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការគ្នាក្នុងក្រុម។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ៤ ទៅ៦នាក់ក្នុងមួយក្រុមៗ
- **សម្ភារៈ៖** ស្លាបព្រាធំតាមចំនួនកុមារ ដបទឹក(គ្មានទឹក)និងធុងទឹក(មានទឹកពេញ)ចំនួនមួយក្នុងមួយ ក្រុមៗ

- **ការរៀបចំលេង៖** នៅខាងក្រៅថ្នាក់។ គម្លាតពីទីតាំងចាប់ផ្ដើម និងទីតាំងបញ្ចប់មានចម្ងាយ ៥ ទៅ៨ ម៉ែត្រ។

បំណងនៃល្បែង៖ យកស្លាបព្រាដងទឹកពីក្នុងធុង យកទៅចាក់បំពេញក្នុងដប។

ដំណើរការ៖

- គ្រូកំណត់ទីដៅ២ទៅ៣ម៉ែត្រ
- កុមារ៤ទៅ៥នាក់ក្នុង១ក្រុម ចំនួនក្រុមអាស្រ័យតាមភាពជាក់ស្ដែង
- អ្នកលេងត្រូវយកកែវជ័រដងទឹកពីក្នុងធុង ទៅចាក់ដាក់ចានដែកតូចល្មមឱ្យពេញ
- ក្រុមនីមួយៗត្រូវរងចាំសញ្ញាពីគ្រូ ហើយរត់ទៅដួសទឹកជាមួយនិងកែវជ័រ
- កុមារដួសទឹកទៅដាក់ក្នុងចានដែកឱ្យបានលឿនបំផុត បើក្រុមណាជញ្ជូនបានលឿននិងពេញចានដែកមុនគេ ក្រុមនោះជាអ្នកឈ្នះ។
- ក្រុមណាដែលដងទឹកដាក់ដបបានពេញមុនគេគឺជាក្រុមដែលឈ្នះ។
- ដំណើរការលេង៖ ក្រុមនីមួយៗចាប់ផ្ដើមរៀបចំសម្ភារៈនិងទីតាំងឈរឱ្យបានល្អ នីពេលអ្នកដឹកនាំឱ្យសញ្ញាចាប់ផ្ដើម គ្រប់ក្រុមទាំងអស់ត្រូវយកវែករបស់ខ្លួនដងទឹកពីក្នុងធុង រួចដើរសំដៅទៅរកដបទឹកនិងចាក់ទឹកដែលមាននៅក្នុងវែកដោយការប្រុងប្រយ័ត្ន ។ គ្រប់ក្រុមទាំងអស់ចាប់ផ្ដើមអនុវត្តបែបនេះរហូតដល់ទឹកពេញដប របស់ក្រុមខ្លួនគឺជាក្រុមដែលឈ្នះ។

កំណត់សម្គាល់៖

- ប្រសិនបើកុមារនៅតូច យើងអាចប្រើកែវ ឬពែងជំនួសស្លាបព្រា
- ជ្រើសរើសទីតាំងលេងដែលមិនមានភាពរអិលព្រោះជាធម្មតាការលេងជាមួយទឹកគឺតែងតែកំពប់ទឹក។

៣- ល្បែង «ជិះសេះប្រណាំង»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់ លោត ធ្វើឱ្យមានលំនឹង
- សម្របសម្រួលការផ្លាស់ប្ដូរទីកន្លែងដោយប្រើដៃទ្រជើងម្ខាងដែលមានគ្នា៣នាក់។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការគ្នាក្នុងក្រុម។

ការរបៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ក្នុងមួយក្រុមៗ មានគ្នា៣នាក់
- **សម្ភារៈ៖** គ្មាន
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅខាងក្នុង ឬខាងក្រៅថ្នាក់រៀន។ ដែលមានគម្លាតពីទីចេញដំណើរ ដល់ទីដែលទៅដល់មានចម្ងាយ ១២ម៉ែត្រ។

បំណងនៃល្បែង៖ផ្លាស់កន្លែងឱ្យបានឆាប់រហ័សទៅតាមលទ្ធភាព ដោយមិនឱ្យរបួត ឬខូចខាតដល់អ្នកជិះឡើយ។

ដំណើរការ៖

- របៀបលេង៖ កុមារពីរនាក់ កាន់ដៃគ្នាធ្វើជាសេះ នៅចន្លោះនៃកុមារទាំងពីរ(ធ្វើសេះ)មានកុមារម្នាក់ធ្វើអ្នក

ជិះសេះ ដោយដៃទាំងពីរតោងស្មាអ្នកអម(ធ្វើសេះ)និងដាក់ជើងម្ខាងលើដៃរបស់ពួកគេ(ធ្វើសេះ) រួចដើរទៅមុខ។ សេះណាដែលនាំអ្នកជិះទៅដល់គោលដៅមុខគេគឺជាអ្នកឈ្នះ។

- ដំណើរការលេង៖ អ្នកជិះសេះនិងសេះធ្វើការរៀបចំខ្លួនជាមុន នៅពេលអ្នកដឹកនាំលេងឱ្យសញ្ញា សេះចាប់ផ្តើមដឹកអ្នកដំណើរទៅមុខដោយមិនឱ្យរបូតដៃធ្លាក់ ឬដួលអ្នកជិះនោះទេ ក្រុមណាដែលទៅដល់គោលដៅមុខគេគឺជាក្រុមដែលឈ្នះ។

កំណត់សម្គាល់៖

- ទីធ្លាកន្លែងលេងត្រូវមានផ្ទៃរាបស្មើ មិនមានថ្ម ឬអំបែងផ្សេងៗនោះទេ
- ជ្រើសរើសអ្នកលេងដែលមានកំពស់ស្មើគ្នាក្នុងក្រុម ដើម្បីជៀសវាងការដួលច្រើនដង
- សង្កេតមើលអ្នកលេងពីប្រភេទនៃស្បែកជើងរបស់គេ ជាសវាងការជម្ពប់ជើង ឬទាក់ជើងធ្វើឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់នៅពេលលេង
- ប្រសិនបើធ្វើខុសលក្ខណៈ ត្រូវចាប់ផ្តើមពីដំបូងឡើងវិញ។

៤- ល្បែង «ធ្វើមនុស្សយន្ត»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- ដើរ ធ្វើឱ្យមានលំនឹង
- បង្គាប់បញ្ជាយ៉ាងច្បាស់លាស់ និងការឆ្លើយតបត្រឡប់ដោយដើរថយក្រោយព្រមជាមួយនឹងការទុកចិត្ត។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការគ្នាជាដៃគូ។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ម្តងមានចំនួនពី១០ ទៅ១២នាក់ ដោយចាប់ដៃគូ២ៗនាក់ (៥ ទៅ៦គូ)
- ***សម្ភារៈ៖*** ដបទឹក(ឬកូនកើយ) ចំនួន៥ ឬ៦ (តាមចំនួនគូប្រកួត)
- **ការរៀបចំលេង៖**
  - នៅក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់
  - មានខ្សែចាប់ផ្តើម និងខ្សែគោលដៅបញ្ចប់ដែលមានបញ្ឈរដប ឬកូនកើយ និងចម្ងាយពីគ្នាប្រវែង ៥ ម៉ែត្រ។

បំណងនៃល្បែង៖ នាំផ្លូវមនុស្សយន្តដោយការបង្គាប់បញ្ជាដើម្បីផ្តួលដបឬកូនកោយឱ្យដួលបានមុនគេ

ដំណើរការ៖

- ***របៀបលេង៖*** ក្នុងមួយគូៗមានចំនួន២នាក់ ដោយម្នាក់គឺជាអ្នកបញ្ជាត្រូវឈរនៅលើខ្សែចាប់ផ្តើម និងម្នាក់ទៀតធ្វើជាមនុស្សយន្ត ដោយឈរទល់មុខគ្នាជាមួយដៃគូ។ មនុស្សយន្តត្រូវធ្វើចលនាតាមការបញ្ជារបស់ដៃគូ ដោយធ្វើដំណើរដោយដើរថយក្រោយ និងហាមងាកក្រោយជាច់ខាត។
- **ដំណើរការលេង៖** នៅពេលអ្នកដឹកនាំឱ្យសញ្ញាចាប់ផ្តើម ក្រុមនីមួយៗចាប់ផ្តើមដោយមនុស្សយន្តចាប់ចេញដំណើរ ចំណែកដៃគូម្ខាងទៀតបង្គាបបញ្ជាឱ្យមនុស្សយន្តធ្វើដំណើរឱ្យបានធាប់ដល់ដោយមានពាក្យថា៖ «ងាក់ទៅឆ្វេង ងាកទៅស្តាំ ត្រូវហើយ ដើរឱ្យត្រង់ ។ល។» ។ មនុស្សយន្តសំឡឹងមើលមកដៃគូ និងធ្វើសកម្មភាពតាមការបញ្ជាដើម្បីផ្តួលដប ឬកូនកោយដោយប្រើជើងទាត់ឱ្យបានមុនគេគឺជាអ្នកឈ្នះ។

កំណត់សម្គាល់៖

- **អ្នក**បញ្ជាមានសិទ្ធិតែនិយាយប្រាប់ និងមិនអនុញ្ញាតឱ្យប្រើកាយវិការជំនួសឱ្យការនិយាយនោះទេ។

៥- ល្បែង «បីដកមួយ»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់
- ល្បឿននៃប្រតិកម្ម ផ្សេងៗទៀត៖ ដេញចាប់នរណាម្នាក់។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** លេងទាំងអស់គ្នាដោយចាប់ដៃគូគ្នា២ៗនាក់
- **សម្ភារៈ៖** គ្មាន
- **ការរៀបចំលេង៖**ក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់ សមសម្របនឹងចំនួនកុមារ ដោយឈរជារង្វង់និងថ្កក់ដៃគ្នា២ៗនាក់។

បំណងនៃល្បែង៖ មិនត្រូវឱ្យអ្នកដេញចាប់បានឡើយ

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** កុមារថ្កក់កៀកដៃគ្នាពីរៗនាក់បង្កើតបានជារង្វង់មូលមួយ។ រើស២នាក់ស្ម័គ្រចិត្តធ្វើជាអ្នកចាប់ផ្តើមមុនគេ ដោយម្នាក់ជាអ្នកដេញ និងម្នាក់ទៀតជាអ្នករត់ ដោយរត់នៅក្រៅរង្វង់។ អ្នកដេញត្រូវដេញចាប់គេឱ្យបាន អ្នកត្រូវគេដេញអាចរួចខ្លួនបាននៅពេលទៅថ្កក់ដៃជាមួយអ្នកណាម្នាក់ ហើយម្នាក់ទៀតដែលមិនបានគេថ្កក់ដៃត្រូវដកដៃចេញឱ្យរហ័សរួចរត់កុំឱ្យអ្នកដេញចាប់បាន។ អ្នកដេញត្រូវបានរួចខ្លួននៅពេលដេញចាប់គេបាន។
- **ដំណើរការលេង៖**
  - កុមារម្នាក់ជាអ្នកដេញនិងកុមារម្នាក់ទៀតជាអ្នករត់អ្នករត់ត្រូវរត់ជុំវិញរង្វង់នោះហើយនៅពេលណាដែលចិត្តចង់កុមារនោះចូលទៅថ្កក់ដៃទៀតជាមួយនិងកុមារម្នាក់នៃដៃគូណាមួយពេលនោះអ្នកចាំទីលែងដេញចាប់កុមារនោះទៀតហើយ អ្នកដេញចាប់ត្រូវរត់ដេញចាប់កុមារដែលគេលែងថ្កក់ដៃវិញម្តង ចំណែកអ្នកដែលរមិនបានត្រូវគេថ្កក់ដៃ ត្រូវរត់គេចចេញភ្លាមព្រោះគេក្លាយទៅជាអ្នករត់ឱ្យគេដេញចាប់វិញម្តង
  - បើកុមារដែលត្រូវគេដេញនោះចាប់បាន ត្រូវក្លាយទៅជាអ្នកដេញចាប់វិញម្តង។

កំណត់សម្គាល់៖

- ប្រសិនបើអ្នករត់នោះត្រូវចាប់បានមុននឹងចូលទៅថ្កក់ដៃ កុមារនោះនឹងត្រូវធ្វើជាអ្នកដេញចាប់គេម្តង
- ប្រសិនបើអ្នករត់ដេញចាប់គេបានទេ ត្រូវធ្វើការផ្លាស់ប្តូរអ្នកដេញចាប់ដោយកុមារផ្សេងទៀត។

៦- ល្បែង «រូបចម្លាក់មានចលនា»

<u>ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖</u>
- ធ្វើឱ្យមានលំនឹង
- ល្បឿននៃប្រតិកម្ម យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ ដើរលើផ្ទៃកោង។

<u>លក្ខណៈពិសេស៖</u>
- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

<u>ការរៀបចំ៖</u>
- ចំនួនអ្នកលេង៖ ៤ទៅ៦នាក់
- សម្ភារៈ៖ គ្មាន
- ការរៀបចំលេង៖ នៅក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់

<u>បំណងនៃល្បែង៖</u> នៅស្ងៀមឥតកម្រើក

<u>ដំណើរការ៖</u>
- **របៀបលេង៖** ចាប់ផ្តើមរាប់យឺតៗ ហើយបញ្ចប់យ៉ាងឆាប់រហ័ស។ គោះសម្ភារៈផ្សេងៗជាសញ្ញាដោយចង្វាក់មិនស្មើគ្នា។ គោះជញ្ជាំងដោយចង្វាក់មិនស្មើគ្នាធ្វើដូចជាប្រុង និងគោះហើយក៏ងាកមកមើលភ្លាមដោយមិនបានរាប់ទៀតផង។អ្នករាប់មើលទៅជញ្ជាំង។
- **ដំណើរការលេង៖** គូប្រកួតតម្រៀបគ្នាជាជួរមើលមកអ្នករាប់ ការលេងចាប់ ផ្តើមឡើងអ្នករាប់គោះជញ្ជាំងដោយនិយាយឡើងថា "១ ២ ៣ រូបចម្លាក់" បន្ទាប់មកងាកមកមើលអ្នកខាងក្រោយ។គូប្រជែងទាំងឡាយបានរុលមកមុខដោយដំណើរផ្សេងៗគ្នាក្នុងពេលដែលគេរាប់នោះ។ប៉ុន្តែនៅពេលដែលអ្នករាប់ងាកមកមើលឃើញកុមារណាមួយនៅមានចលនាដោយជើងទាំងពីរមិនដាក់ជាប់គ្នា អ្នករាប់និងបញ្ជូនកុមារនោះទៅទីចាប់ផ្តើមឡើងវិញ។គេចាប់ផ្តើមឡើងវិញរហូតដល់មានកុមារណាម្នាក់បានទៅដល់ទីដៅនិងប៉ះជញ្ជាំងក្នុងពេលដែលអ្នករាប់ដោយកុមារនោះ ត្រូវស្រែកឡើងថា "ខ្ញុំមិនមែនជារូបចម្លាក់ទេ" គឺកុមារនេះហើយជាអ្នកឈ្នះ។

<u>កំណត់សម្គាល់៖</u> អ្នករាប់មានសិទ្ធិប្រើល្បិច ដើម្បីដេញឱ្យទាន់អ្នកធ្វើរូបចម្លាក់។

៧- ល្បែង «ទន្សាយរត់ចូលទ្រុង»

<u>ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖</u>
- រត់ បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- ល្បឿននៃប្រតិកម្ម ផ្សេងៗទៀត៖ រកឱ្យឃើញនៅកន្លែងចន្លោះទំនេរ។

<u>លក្ខណៈពិសេស៖</u>
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

<u>ការរៀបចំ៖</u>
- **ចំនួនអ្នកលេង៖** លេងចាប់ពី៧នាក់ឡើងទៅ នឹងចែកគ្នាជា២ក្រុម មួយក្រុមធ្វើទ្រុងដែលមានគ្នា២នាក់

ដោយចាប់ដៃគ្នា និងមួយក្រុមទៀតធ្វើជាទន្សាយ(ទ្រុង១មានគ្នា២នាក់ និងទន្សាយ១ មានតែម្នាក់ឯង)

- **សម្ភារៈ៖** គ្មាន
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅខាងក្រៅថ្នាក់រៀនឈររាយប៉ាយពីគ្នា។

បំណងនៃល្បែង៖ អ្នកទន្សាយត្រូវរត់ឱ្យបានលឿនទៅរកទ្រុងដែលទំនេរដើម្បីជ្រកទឹកភ្លៀង

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** ចាត់អ្នកស្ម័គ្រចិត្តធ្វើទ្រុងចាប់ដៃគញនា និងអ្នកដែលធ្វើទន្សាយត្រូវនៅក្នុងរង្វង់ដៃអ្នកធ្វើទ្រុង (ត្រូវមានចំនួនស្មើគ្នា)។ ទន្សាយត្រូវរត់មករកទ្រុងឱ្យបានទាន់មុនទ្រុងធ្វើការទម្លាក់ដៃចុះ។ ទន្សាយណាមកមិនទាន់ត្រូវបានក្លាយជាទ្រុងវិញ ឬជាអ្នកចាញ់។
- **ដំណើរការលេង៖**
  - គ្រូចាប់ផ្តើមដឹកនាំសកម្មភាពដោយឱ្យកុមារជាទន្សាយនៅក្នុងទ្រុង។
  - នៅពេលឮពាក្យថា៖
    «ទន្សាយចេញរកចំណី» ទ្រុងលើកដៃឡើងឱ្យទន្សាយដើរចេញតាមចិត្ត
    «មេឃជិតភ្លៀងហើយ» ទន្សាយត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នរកមើលទ្រុងដែលនៅជិតជាគេ
    «មេឃភ្លៀងហើយទន្សាយរត់ចូលទ្រុង» ទន្សាយត្រូវរត់ចូលទៅក្នុងទ្រុង ចំណែកទ្រុងត្រូវទម្លាក់ដៃចុះទោះបីគ្មានទន្សាយចូលក៏ដោយ។
  - ទន្សាយដែលរត់ចូលទ្រុងមិនទាន់ត្រូវបានធ្វើជាទ្រុងវិញម្តង។

កំណត់សម្គាល់៖ អ្នកធ្វើទ្រុងត្រូវបានធ្វើការផ្លាស់ប្តូរធ្វើទន្សាយឱ្យបានលេងគ្រប់គ្នា។

៨- ល្បែង «ហុច និងចាប់បាល់»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- ហុច ចាប់ ធ្វើឱ្យមានលំនឹង បង្វិលឬប្រមៀល ទាញ បំនិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- ល្បឿននៃប្រតិកម្ម យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ បញ្ជូនបាល់ដោយមិនឱ្យរបូត។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការ (វត្ថុបំណង)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** លេងទាំងអស់គ្នា ចែកជាក្រុមតូចដែលមានចំនួនស្មើៗគ្នា
- **សម្ភារៈ៖** បាល់តាមចំនួនក្រុម
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅក្នុង ឬនៅក្រៅថ្នាក់ ដោយឈរជាជួរ

បំណងនៃល្បែង៖ បញ្ជូនបាល់ដោយមធ្យោបាយផ្សេងៗឱ្យដល់គោលដៅលឿនបំផុត

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** ចែកជាក្រុមតូច និងតម្រង់ជួរឱ្យបានត្រង់ គ្រប់ក្រុមត្រូវធ្វើការបញ្ជូនបាល់ទៅដល់គោលដៅឲ្យបានមុនគេតាមការណែនាំឬលក្ខណដែលបានកំណត់

- **ដំណើរការលេង៖**

  ចែកកុមារជា ៣ ក្រុមហើយឈរបន្តគ្នាក្នុងមួយក្រុមកាន់បាល់ ១៖

  – **លើកទី១** ហុចបាល់បន្តគ្នាពីលើក្បាល ពីមុខទៅក្រោយ
  – **លើកទី ២** ហុចបាល់ទៅខាងស្តាំដៃដោយបន្តគ្នាពីមុខទៅក្រោយ
  – **លើកទី ៣** ហុចបាល់ទៅក្រោមប្រឡោះភ្លៅដោយបន្តគ្នាពីមុខទៅក្រោយ
  – ពេលគ្រូឱ្យសញ្ញា កុមារចាប់ផ្តើមហុចបាល់តាមក្រុមធ្វើទៅតាមការកំណត់របស់ក្រុមនីមួយៗ ធ្វើយ៉ាងណាកុំឱ្យធ្លាក់ដល់ដី។ ប្រសិនបើធ្លាក់ដល់ដី ក្រុមនោះជាអ្នកចាញ់ហើយបើក្រុមណាហុចបាល់ទៅដល់ក្រោយ បានមុនគេ ក្រុមនោះជាអ្នកឈ្នះ។

៩- ល្បែង «បោះបាល់ចូលរង្វង់»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់ បោះ បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- ល្បឿននៃប្រតិកម្ម យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ ចាប់យកបាល់មកវិញលើទីលាន។

លក្ខណៈពិសេស៖

- សហការ (វត្ថុបំណង)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** យ៉ាងច្រើនបំផុតក្នុងមួយក្រុមៗមានចំនួន៦នាក់
- **សម្ភារៈ៖** បាល់ចំនួនដែលមានពណ៌ខុសគ្នា
- **ការរៀបចំលេង៖** ក្នុងថ្នាក់ ឬក្នុងទីធ្លាសាលា

បំណងនៃល្បែង៖ ធ្វើឱ្យបាល់ចូលរង្វង់ឱ្យបានច្រើន

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖**
  + ចែកកុមារជា២ក្រុម ក្រុមនីមួយៗមានបាល់១ពណ៌ខុសគ្នា ដែលក្រុមទី១មានសញ្ញាសម្គាល់ខុសពីក្រុមទី២ និងគ្រូជាអាជ្ញាកណ្តាលជួយរាប់ចំនួនដងដែលបោះបាល់ចំរង្វង់
  + គូររង្វង់១នៅលើដើមឈើ២ដើមទន្ទឹមគ្នា កម្ពស់២ម បើគ្មានដើមឈើអាចយកដីសគូររង្វង់២នៅលើជញ្ជាំង បើទីតាំងជញ្ជាំងមិនអំណោយផល អាចគូសនៅលើដីបាន ។
- **ដំណើរការលេង៖**
  + ដំបូងត្រូវរកដំណាងអ្នកចាប់ផ្តើមបោះឬគប់មុន ដោយក្រុមនីមួយៗត្រូវពិភាក្សាគ្នា ធ្វើយ៉ាងណាគប់ឱ្យបានគ្រប់គ្នា និងបែងចែកកម្លាំងរើសបាល់ឱ្យក្រុមគប់ ឱ្យចំចំណុចបានច្រើនដង
  + នៅពេលកុមារក្នុងក្រុមនីមួយៗបានបោះឬគប់គ្រប់គ្នាហើយ ការលេងត្រូវធ្វើការបញ្ចប់ និងធ្វើការរាប់ចំនួនក្រុមដែលបោះចូលបានច្រើនជាងគេគឺជាក្រុមដែលឈ្នះ។

១០- ល្បែង «លោតអន្ទាក់»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់ លោត បំនិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- ល្បឿននៃប្រតិកម្ម យុទ្ធសាស្ត្រ ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការ (វត្ថុបំណង)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ក្នុងមួយក្រុមពី៣ ទៅ៥នាក់
- **សម្ភារៈ៖** កៅស៊ូ ឬផ្តៅ ឬដើមឫស្សីវែងធ្មាតូចចំនួន១
- **ការរៀបចំលេង៖** ជាក្រុមតូច នៅក្រៅថ្នាក់

បំណងនៃល្បែង៖

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** ចែកកុមារជា ៣ ក្រុម ខ្សែកៅស៊ូវែង ២ ខ្សែ ផ្តៅ ឬ ឫស្សីវែងតូចធ្មា ១ កុមារម្នាក់ជាអ្នកលោត ហើយកុមារ ២ នាក់ជាអ្នកកាន់ខ្សែគ្រវី កុមារម្នាក់លោត ដោយកុមារម្នាក់អង្គុយគ្រវី ផ្តៅ ឬ ឫស្សីវែង។
- **ដំណើរការលេង៖**
    - **របៀបទី ១:** កុមារកាន់ខ្សែកៅស៊ូនៅដៃសងខាង ហើយបង្វិលខ្សែមកមុខ លោតជើង ២ រួចបង្វិលទៅបង្វិលមួយ ៗ ប្រសិនបើកុមារលោតបើលោតស្ទាត់ទើបបានបង្វិលលឿនហើយលោតលឿនតាមតែធ្វើបាន។
    - **របៀបទី ២:** កុមារ ២ នាក់ ឈរសេងខាងកាន់ខ្សែគ្រវី កុមារ ១ នាក់ ២ នាក់រត់ចូលលោត បើមិនទាន់ចេះរត់ចូល ឱ្យកុមារឈរចំកណ្តាលហើយគ្រវីកុមារលោតតែម្តង។
    - **របៀបទី៣:** កុមារម្នាក់អង្គុយកាន់ផ្តៅ ឬ ឫស្សីតូចធ្មាវែងមួយគ្រវីទៅឆ្វេងទៅស្តាំកុមារ ១ នាក់ ២ នាក់ លោត បើលោតជាន់ផ្តៅ កុមារនោះអង្គុយគ្រវីម្តងធ្វើយ៉ាងណាឱ្យកុមារលោតបានគ្រប់ៗគ្នា។

កំណត់សម្គាល់៖ បង្កើនការប្រុងប្រយ័ត្ន និងកំណត់លក្ខណាឱ្យបានច្បាស់លាស់ជាងវាងគ្រោះថ្នាក់។

១១- ល្បែង «វារដូចក្តាមប្រណាំងគ្នា»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- វារ បំនិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ ដើរលើផ្ទៃកោង។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការ (វត្ថុបំណង)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ចែកជាក្រុមតូច ដែលលេងម្តងពី៣ ទៅ៥នាក់
- **សម្ភារៈ៖** កន្ទេល
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់ដែលមានសុវត្ថិភាព (លើវាលស្មៅ លើកន្ទេល ឬលើឥដ្ឋការ៉ូ)។

បំណងនៃល្បែង៖ វារទៅមុខឱ្យដល់គោលដៅលឿនបំផុត

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** រៀបចំកន្លែងមានសុវត្ថិភាពនៅលើវាលស្មៅ លើកន្ទេល ឬលើឥដ្ឋការ៉ូ និងកំណត់ទីចេញដំណើរ និងទៅដល់ ចម្ងាយប្រវែង ៥ ឬ៦ម៉ែត្រ។ អ្នកដែលទៅដល់ទីមុនគេគឺជាអ្នកឈ្នះ។
- **ដំណើរការលេង៖**
    - ឱ្យកុមារវារប្រណាំងគ្នាម្តង៣ ទៅ ៥នាក់ អាស្រ័យទៅតាមទំហំនៃទីកន្លែង
    - ឱ្យសញ្ញាចាប់ផ្តើមកុមារធ្វើជាក្ដាមវារចំហៀងខ្លួនដោយប្រើប្រាមដៃលាឱ្យអស់និង ប្រើក្បាលជង្គង់ឱ្យស្របគ្នា វារទៅដល់គោលដៅ។ ក្តាមណាវារលឿនបានត្រឹមត្រូវទៅដល់គោលដៅមុនគេឈ្នះ។

ដំណើរការ៖ ល្បែងនេះ កុមារអាចលេងប្រណាំងគ្នាជាបុគ្គល ឬក្រុម។

១២- ល្បែង «រត់ដេញចាប់ជើងមួយ»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- លោត រុញ ធ្វើឱ្យមានលំនឹង
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ លោតចាប់ និងរុញគេឱ្យចេញពីរង្វង់។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** លេងជាក្រុមតូច
- **សម្ភារៈ៖** គ្មាន
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅក្នុងទីធ្លាសាលា ដោយគូសរង្វង់មូលចំនួន៦

បំណងនៃល្បែង៖ រកអ្នកដែលនៅក្នុងរង្វង់ក្រោយគេ

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖**
    - ឱ្យកុមារទាំងអស់ប៉ាវរកអ្នកចាញ់ម្នាក់ដើម្បីលោតជើង១ដេញចាប់គេឯកុមារដែលប៉ាវឈ្នះត្រូវរត់ជើង ២ ក្នុងរង្វង់កុំឱ្យគេចាប់បាន។ អ្នកដែលត្រូវគេចាប់បាន ឬទម្លាក់ជើងចុះទាំង២គឺជាអ្នក ចាញ់។
- **ដំណើរការលេង៖**
    - គ្រូឱ្យសញ្ញាកុមារដែលចាញ់ត្រូវលោតជើង១ដេញចាប់កុមារឯទៀតដែលនៅក្នុងរង្វង់បើចាប់បានកុមារណាម្នាក់ត្រូវចាត់ទុកថាឈ្នះហើយរត់ជើង២វិញ ឯកុមារដែលគេចាប់បានត្រូវលោតជើង១ដេញចាប់គេបន្តតែម្តងឬនៅពេលលេងបើមានកុមារណារត់ចេញក្រៅរង្វង់ក៏ចាត់ទុកជាអ្នកចាញ់ដែរ លេងរបៀបនេះរហូតដល់គ្រូបញ្ឈប់

- គូសរង្វង់៦ កុមារចាប់គូរឈរក្នុងរង្វង់មូលមួយៗ(កុមារលេងទាំងអស់គ្នា)
- ឱ្យសញ្ញាកុមារទាំងអស់នៅក្នុងរង្វង់ លើជើងមួយរុញគ្នាទៅវិញទៅមក ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យដៃគូចេញក្រៅរង្វង់ កុមារនោះជាអ្នកចាញ់ ហើយប្តូរអ្នកថ្មីម្នាក់ទៀតចូលរុញម្តងចុងបញ្ចប់រុញកុមារឈ្នះនិងកុមារឈ្នះដើម្បីរកកុមារឈ្នះលេខ១។

កំណត់សម្គាល់៖ ស្រេចតែកុមារក្នុងការធ្វើឱ្យកុមារចេញក្រៅនោះដូចជា ចាក់ចង្កេះ ចាក់ក្លៀកតែមិនឱ្យលេងខ្លាំងទេ។

១៣- ល្បែង «ប្រណាំងឡាន»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ រត់ដោយដំណើរស្របគ្នាក្នុងក្រុម។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** លេងជាក្រុមតូច ម្តង៥នាក់
- **សម្ភារៈ៖** ឡានធ្វើពីសម្បកឡាំងក្រដាស ចំនួន៥
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅក្នុងទីធ្លាសាលា

បំណងនៃល្បែង៖ រកអ្នកដែលទៅដល់គោលដៅបានមុនគេ

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖**
  - រៀបចំសម្បកឡាំងក្រដាស ពុំមានបាតលើក្រោមធ្វើជាឡាន ចំនួន៥។ ឡាន១ដាក់កុមារ២នាក់។នៅក្នុងឡានគឺម្នាក់ជាអ្នកបើកនៅខាងមុខនិងម្នាក់ទៀតជាអ្នកជិះនៅខាងក្រោយ ដោយដៃទាំង២កាន់ឡានឱ្យជាប់
  - កំណត់ទីចាប់ផ្តើម ចម្ងាយ៣ម - ៥ម ទៅដល់គោលដៅ (សមស្របតាមវ័យ)។
- **ដំណើរការលេង៖**
  - ឱ្យសញ្ញាទៅកុមារប្រណាំងឡានម្តង៥ឡានដោយសំដៅទៅដល់គោលដៅឱ្យបានមុនគេ
  - ឡាននីមួយៗ ត្រូវធ្វើដំណើរឱ្យបានល្អមិនមានឈប់
  - ឡានណាទៅដល់គោលដៅមុនគេគឺឈ្នះ
  - ប្រណាំងឡានបែបនេះរហូតដល់អស់កុមារ។

១៤- ល្បែង «ដឹកដៃកូនប្រសារទៅលេងម៉ែក្មេក»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់ បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។

- ល្បឿននៃប្រតិកម្ម យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ រត់រកកន្លែងដែលមានចន្លោះ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- សហការ (វត្ថុបំណង)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ក្រុមធំ (លេងទាំងអស់គ្នា)
- **សម្ភារៈ៖** គ្មាន
- **ការរៀបចំលេង៖** ក្នុងឬក្រៅថ្នាក់

បំណងនៃល្បែង៖ ធ្វើយ៉ាងណារត់មករកកន្លែងដើម្បីឈរឱ្យបានមុនគេ

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** កុមារឈរជារង្វង់ កុមារលេងទាំងអស់គ្នាចាប់ដៃគូ២ៗ ប្រុស១ ស្រី១ កុមារប៉ាវចាញ់គេឈរនៅក្រៅរង្វង់កាន់ដៃគ្នា។
- **ដំណើរការលេង៖** ពេលគ្រូឱ្យសញ្ញា កុមារនៅក្រៅកាន់ដៃគ្នារត់ជុំវិញអ្នកឈរ បើគេពេញចិត្តគូណាទះស្មាឬវ៉ៃដៃគូនោះ គូដែលគេទះនោះត្រូវទាញដៃគូរបស់ខ្លួនរត់បញ្ច្រាស់ទិសអ្នកដែលទះស្មាឬវ៉ៃដៃ ធ្វើយ៉ាងណារត់ទៅរកកន្លែងដើមឈរវិញឱ្យបានមុនគេគឺជាអ្នកឈ្នះ គូដែលរកកន្លែងបានក្រោយគេត្រូវអនុវត្តបន្តដូចមុន ដោយទៅទះស្មាគូផ្សេងៗទៀត។ លេងរបៀបនេះរហូតដល់ចប់ម៉ោង។

កំណត់សម្គាល់៖ រត់ត្រូវកាន់ដៃគ្នារហូតមិនឱ្យរបូត បើរបូតត្រូវរត់ទៅរកគ្នា និងបន្តដំណើរទៅមុខទៀតឱ្យបានទាន់ពេល។

១៥- ល្បែង «បោះបាល់/វត្ថុចូលកន្ត្រកប្រណាំងគ្នា»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- បោះ បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ បោះតម្រង់ទៅរកគោលដៅ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការ (វត្ថុបំណង)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ចែកជា២ក្រុម ដែលមានគ្នាចាប់ពី៣ ទៅ៥នាក់
- **សម្ភារៈ៖** បាល់តូចៗដែលធ្វើអំពីក្រដាសមានចំនួន៤០បាល់ និងកន្ត្រកចំនួន៣ ដែលមានពណ៌ខុសគ្នា(រៀបចំបាល់តូចៗជាច្រើន ឬធ្លុលក្រដាសចាស់ធ្វើឱ្យមូលបិទស្កុតធ្វើជាកូនបាល់ កន្ត្រក៣ គឺ១សម្រាប់ដាក់បាល់រួមគ្នា កន្ត្រកក្រហមចងពាក់នឹងបង្គោលម្ខាង កន្ត្រកខៀវចងពាក់នឹងបង្គោលម្ខាងទៀត)។
- **ការរៀបចំលេង៖** លេងខាងក្នុងថ្នាក់ ដែលមានទិសដៅបោះផ្ទុយគ្នា

បំណងនៃល្បែង៖ បញ្ជូនបាល់ចូលកន្ត្រកឱ្យបានច្រើនបំផុត។

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖**
  - គូសទីឱ្យចំកណ្ដាលរវាង កន្ត្រកក្រហមចងភ្ជាប់នឹងបង្គោលម្ខាង និងកន្ត្រកខៀវចងភ្ជាប់នឹងបង្គោលម្ខាង។
  - ចែកកុមារជាពីរក្រុម គឺក្រុមខៀវ យកបាល់បោះចូលកន្ត្រកខៀវ ក្រុមក្រហមយកបាល់បោះចូលកន្ត្រកក្រហម និងយកកន្ត្រកដាក់បាល់ដាក់នៅចំកណ្ដាលទី។
  - ក្រុមណាដែលបោះបានច្រើនជាងគេគឺជាក្រុមដែលឈ្នះ។
  - ដំណើរការលេង៖
  - គ្រូឱ្យសញ្ញា កុមារតាមក្រុមរត់ទៅយកបាល់បោះឱ្យចូលកន្ត្រករបស់ខ្លួនឱ្យបានច្រើន
  - គ្រូធ្វើសញ្ញាបញ្ឈប់។នាំកុមារតាមក្រុមរាប់ចំនួនបាល់ក្នុងកន្ត្រក
  - រួចធ្វើការផ្ទៀងផ្ទាត់រកក្រុមដែលមានបាល់ក្នុងកន្ត្រកច្រើនជាងគេគឺឈ្នះ។

កំណត់សម្គាល់៖ គ្រូអាចច្នៃប្រឌិតវត្ថុផ្សេងៗជាកន្ត្រក។ អ្នកកកន្ត្រក ២នាក់រត់ចុះឡើងដើម្បីឱ្យកុមាររត់តាមបោះបាល់ឱ្យចូលកន្ត្រករបស់ក្រុមខ្លួន។

១៦- ល្បែង «ដើរកាន់ទឹកប្រណាំងគ្នា»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- ដើរធ្វើឱ្យមានលំនឹង បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ ដើរកាន់កែវដោយមិនឱ្យកំពប់ទឹកលើផ្ទៃរាបស្មើ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ក្រុមតូច ដែលលេងម្ដងចំនួន៤ ទៅ៥នាក់
- **សម្ភារៈ៖** កែវដែលមានទឹកចំនួន៤ ឬ៥កែវ
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅក្រៅថ្នាក់ និងកំណត់ទីចម្ងាយប្រហែល៣ ទៅ៥ម៉ែត្រ

បំណងនៃល្បែង៖ កាន់កែវទឹកមិនឱ្យកំពប់

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** កុមារត្រូវកាន់កែវដែលមានទឹកម្នាក់មួយនៅពីមុខគំនូស និងដើរសំដៅទៅមុខឱ្យដល់គោលដៅដោយមិនកំពប់។ អ្នកណាដែលទៅដល់មុនគឺជាអ្នកឈ្នះ។
- **ដំណើរការលេង៖**
  - អ្នកលេងនៅពេលឮសញ្ញាចាប់ផ្ដើម អ្នកចូលរួមលេងទាំងអស់ចាប់កាន់កែវដែលមានទឹក រួចដើរសំដៅ
  - ទៅដល់គោលដៅដែលបានកំណត់ ដោយអ្នកលេងត្រូវធ្វើយ៉ាងណាកាន់កែវដែលមានទឹកត្រឹមត្រូវមិនឱ្យកំពប់និងយកដល់ទីមុនគេជាអ្នកឈ្នះ។

- ចំណែកកុមារណាដែលធ្វើឱ្យកំពប់ត្រូវមកកន្លែងដើមវិញដើម្បីចាប់ទឹកបំពេញឱ្យត្រឹមក្រិត រួចធ្វើដំណើរទៅមុខទៀត។

១៧- ល្បែង «ចាប់កូនខ្លែង»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់ បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ រត់ចាប់យក និងការពារកូនរបស់ខ្លួនពីការចាប់។

លក្ខណៈពិសេស៖

- សហការ (វត្ថុបំណង)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ក្រុមធំ
- **សម្ភារៈ៖** គ្មាន
- **ការរៀបចំលេង៖** លេងនៅខាងក្រៅថ្នាក់

បំណងនៃល្បែង៖ ការពារកូនរបស់ខ្លួនពីការចាប់របស់សត្វខ្លែង

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖**
  - ចាត់កុមារម្នាក់ធ្វើជាតា ឬជាសត្វខ្លែង អង្គុយបង្កាត់ភ្លើង
  - កុមារឯទៀតឈរឱបចង្កេះបន្តគ្នា អ្នកឈរខាងមុខធ្វើមេមាន់ និងអ្នកឈរបន្តបន្ទាប់ពីក្រោយជាកូនមាន់
  - សត្វខ្លែងត្រូវរត់ដេញចាប់កូនមាន់ដែលនៅខាងក្រោយគេ រហូតទាល់តែអស់ទើបសត្វខ្លែងឈ្នះ។ តែបើខ្លែងចាប់មិនអស់ទេ មាន់គឺជាអ្នកឈ្នះវិញ ឬសត្វខ្លែងត្រូវបានមេមាន់ចាប់បានក៏ត្រូវចាញ់មាន់ ដែរ។
- **ដំណើរការលេង៖**
  - មេមាន់នាំកូនដើរជុំវិញតា រួចស្រែកច្រៀងថា៖ ចាប់កូនខ្លែង ប្រឡែងកូនមាន់ម្ចាស់គេទាន់យកមេទៅលាក់ លាក់ឯណាលាក់ក្បាលដំណោក រពួកពីដេកវាយមាន់តូងតាំងៗ
  - មេមាន់ និងកូនមាន់ឈរឱ្យចំពីមុខតារួចនិយាយថា៖ «តាៗសុំភ្លើង១» តាឆ្លើយថា៖ «អត់មានទេ»
  - មេមាន់នាំកូនដើរច្រៀងបន្ត ហើយមកឈរពីមុខតាម្តងទៀតនិយាយថា៖ «តាៗសុំភ្លើង១» តាសួរថា៖«យកធ្វើអ្វី?» មេមាន់ឆ្លើយថា៖ «យកទៅដុតខ្យង» តាថា៖ «ឱ្យតាស៊ីផង» មេមាន់ឆ្លើយថា៖ «ស៊ីសំបកទៅ»
  - តាហុចភ្លើងឱ្យមេមាន់ មេមាន់ហុចភ្លើងឱ្យទៅកូនៗមាន់ ធ្វើជាស្ពោះទឹកមាត់បន្តគ្នា បន្ទាប់មកមេមាន់ឱ្យកូនមាន់កន្ទេកជើងរួចយកភ្លើងបោះចូលក្រោមជើងកុំឱ្យប៉ះខ្លាចរលាក
  - តាក្រោកឈរទល់មុខមេមាន់ហើយនិយាយថា៖

តា	មាន់
➢ សុំកូនមុខ	ឪពុកមិនឱ្យ
➢ សុំកូនកណ្តាល	ម្តាយមិនឱ្យ
➢ សុំកូនក្រោយ	ចាប់បានយកចុះ

- តាធ្វើជាសត្វខ្លែងរត់ដេញចាប់យកកូនមាន់ដែលនៅខាងក្រោយគេ
- មេមាន់រត់ឃាំងខ្លែងកុំឱ្យចាប់កូនបាន
- បើខ្លែងចាប់កូនមាន់បានត្រូវយកកូនមាន់មកដាក់មួយកន្លែង។ បើចាប់កូនមាន់បានអស់ ខ្លែងជាអ្នកឈ្នះ បើចាប់មិនអស់ មេមាន់ជាអ្នកឈ្នះ។ តែខ្លែងមិនអាចចូលជិតមេមាន់បានទេ បើខ្លែងចូលជិតមេមាន់ ហើយមេមាន់ចាប់បានខ្លែងជាអ្នកចាញ់រួចចាប់ផ្តើមលេងសាឡើងវិញ។

១៨- ល្បែង «បោះបាល់/វត្ថុចូលរាងការេ»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- បោះ ធ្វើឱ្យមានលំនឹង បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ បញ្ជូនបាល់ឱ្យចំគោលដៅ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** លេងម្តង៣ ទៅ៤នាក់
- **សម្ភារៈ៖** បាល់ចំនួន៤
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅខាងក្រៅថ្នាក់ និងមានគូសគំនូសរាងការេទំហំ៣០សង់ទីម៉ែតចំនួន៣ទៅ៤កំណាត់ ដែលមានចម្ងាយពីទី៣ម៉ែត (ទាប១,៥០ម មធ្យម២ម)

បំណងនៃល្បែង៖ បញ្ជូនបាល់ឱ្យចំគោលដៅកំណត់

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** អ្នកបោះត្រូវបោះឱ្យបានព្រមគ្នាតម្រង់បាល់ឱ្យចូលក្នុងរាងការេឱ្យបានចំនួន៣ដងគឺជាអ្នកឈ្នះ
- **ដំណើរការលេង៖**
  - ឱ្យសញ្ញាកុមារត្រូវបោះតម្រង់ឱ្យចំរាងការេឱ្យគ្រប់៣ដង
  - កុមារ៣នាក់ឈរទន្ទឹមគ្នានៅលើទីដោយកាន់បាល់ម្នាក់១ដែលមានពណ៌ខុសគ្នា រីឯ៣នាក់ទៀតត្រូវឈរពីមុខរាងការេរង់ចាំ និងរាប់ចំនួនដងរបស់អ្នកបោះចំរាងការេ រួចរើសបាល់បោះឱ្យទៅវិញ
  - កុមារណាដែលបោះចំរាងការេ បានចំនួន៣ដងត្រូវបានទទួលការអបអរជាពិសេសពីគ្រូ
  - កុមារណាបោះមិនចំទាល់តែសោះត្រូវឈរ១កន្លែង ដើម្បីត្រៀមខ្លួនបោះសាជាថ្មី។ ក្នុងករណីដែលបោះមិនត្រូវ គឺត្រូវរាំ ឬច្រៀង។

កំណត់សម្គាល់៖ អ្នកបោះត្រូវធ្វើយ៉ាងណាឱ្យចំប្រឡោះនៃរាងការេ ដោយមិនឱ្យចាកចេញ។ តែក្នុងករណីបោះទៅមិនចំតែបាល់លោតលើកទីពីរចំក្នុងប្រឡោះរាងការេនិងទទួលបានពិន្ទុចំនួន១ដែរ។

១៩- ល្បែង «ដង្កូវវារទៅមុខប្រណាំងគ្នា»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- តោង រំកិល បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ តោងរំកិលទៅមុខឱ្យបានដល់គោលដៅ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការ (វត្ថុបំណង)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** ចាប់ដៃគូ២ៗនាក់ ដោយលេងម្តងចំនួន២ក្រុម
- **សម្ភារៈ៖** គ្មាន
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់លើវាលស្មៅ

បំណងនៃល្បែង៖ តោងនិងរំកិលទៅមុខឱ្យដល់គោលដៅដោយមិនរបូត

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖**
  - ចែកកុមារជា២ក្រុម ដោយដាក់ឈ្មោះថា ដង្កូវពណ៌ខៀវ និងដង្កូវពណ៌ក្រហម
  - កំណត់ទីតាំងចាប់ផ្តើម និងគោលដៅដែលត្រូវទៅឱ្យដល់កុមារអង្គុយសណ្តូកជើងស្របគ្នាដោយឱបចង្កេះបន្តគ្នាធ្វើជាដង្កូវពណ៌ខៀវ១ ដង្កូវពណ៌ក្រហម១។
  - ដង្កូវណាដែលទៅដល់ទីមុនគេគឺជាអ្នកឈ្នះ។
- **ដំណើរការលេង៖**
  - ឱ្យសញ្ញាចេញដំណើរ ដង្កូវពណ៌ខៀវ ដង្កូវពណ៌ក្រហម ត្រូវរំកិលគូថទៅមុខឱ្យលឿនដើម្បីទៅឱ្យដល់គោលដៅបានមុនគេនឹងបានជ័យជំនះ។

កំណត់សម្គាល់៖ គ្រូអាចបង្កើតដង្កូវច្រើនទៅតាមចំនួនកុមារ និងកំណត់លក្ខខណ្ឌល្បែងតាមវិធីជាក់ស្តែងរបស់គ្រូ។

២០- ល្បែង « គាបវត្ថុនៅនឹងខ្នងប្រណាំងគ្នា»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- ដើរ ឬរត់ បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ គាបវត្ថុដោយប្រើខ្នងជាប់មិនជ្រុះ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួ (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- សហការ
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** លេងជាគូរៗ ចំនួនពី២ទៅ៣ក្រុម
- **សម្ភារៈ៖** បាល់ ឬតុក្កតា
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅក្នុងថ្នាក់ ឬនៅក្រៅថ្នាក់ ដោយកំណត់ទីចម្ងាយ ៣ម៉ែត្រ

បំណងនៃល្បែង៖ បន្លាស់ទីទៅមុខដោយគៀបវត្ថុដោយប្រើខ្នងមិនឱ្យជ្រុះ

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖** កុមារ២នាក់ដាក់វត្ថុនៅគាបនិងខ្នងរបស់ខ្លួន រួចធ្វើដំណើរទៅរកគោលដៅឱ្យបានមុនគេ និងមិនឱ្យជ្រុះបាល់ឬតុក្កតាចេញនឹងខ្នងអ្នកទាំងពីរ
- **របៀបលេង៖**
  - កុមារចាប់ដៃគូពីរៗនាក់ដោយដាក់វត្ថុគាបទល់ខ្នងគ្នា
  - ពេលឮសញ្ញារបស់គ្រូ កុមារទាំង២នាក់ដែលបានគាបវត្ថុនៅនឹងខ្នងទល់គ្នា ត្រូវចេញដំណើរឱ្យស្របគ្នាមិនឱ្យធ្លាក់វត្ថុចេញពីខ្នង ដោយធ្វើយ៉ាងណាកុំឱ្យធ្លាក់ និងបានលឿនទៅឱ្យដល់គោលដៅ ហើយការចេញដំណើរម្តងៗ ចាប់ពី ២ ទៅ៣គូដោយប្រណាំងគ្នា
  - ក្រុមណាដែលទៅដល់គោលដៅមុនគេ ទើបជាអ្នកឈ្នះ។

២១- ល្បែង « គាបវត្ថុនឹងភ្លៅដោយដើរ ឬលោតប្រណាំងគ្នា»

ចលនាជាមូលដ្ឋាន និងសមត្ថភាព៖

- រត់ ឬលោត បំណិននិងភាពច្បាស់លាស់។
- យុទ្ធសាស្ត្រ ផ្សេងៗទៀត៖ គាបវត្ថុឱ្យជាប់មិនជ្រុះ។

លក្ខណៈពិសេស៖

- ការប្រកួត (ប្រៀបធៀបលទ្ធផលទទួលបាន)
- ការប្រឈមមុខតទល់ (សកម្មភាព ប្រតិកម្ម)។

ការរៀបចំ៖

- **ចំនួនអ្នកលេង៖** លេងម្តងចំនួនពី៣ទៅ៥នាក់
- **សម្ភារៈ៖** បាល់ ឬតុក្កតា
- **ការរៀបចំលេង៖** នៅក្នុងថ្នាក់ ឬនៅក្រៅថ្នាក់ ដោយកំណត់ទីចម្ងាយ ៣ម៉ែត្រ

បំណងនៃល្បែង៖ បន្លាស់ទីទៅមុខដោយគៀបវត្ថុមិនឱ្យជ្រុះ

ដំណើរការ៖

- **របៀបលេង៖**
  - កុមារត្រូវរៀបចំបាល់ ឬតុក្កតាសម្រាប់គាបនឹងភ្លៅ

- កុមារអាចលោត ឬដើរម្តង ៣ ទៅ៥នាក់ ឱ្យដល់គោលដៅឱ្យបានមុនគេនិងមិនជ្រុះបាល់ឬតុក្កតា នោះគឺជាអ្នកឈ្នះ។

- **ដំណើរការលេង៖**
  - នៅពេលឮសញ្ញារបស់គ្រូ កុមារដែលបានគាបវត្ថុនឹងភ្លៅ លោត ឬដើរសំដៅទៅរកទីដែលបាន កំណត់ឱ្យបានលឿនបំផុត ហើយមិនឱ្យធ្លាក់វត្ថុចេញពីភ្លៅ នោះចាត់ទុកជាអ្នកឈ្នះ។

ល្បែងចលនាម្រាមដៃ

១- ល្បែង « ចាក់ទឹកដូង»

គោលបំណង៖

- កុមារចេះធ្វើចលនាម្រាមដៃបានរហ័ស
- មានការប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងពេលលេង
- ចេះធ្វើការសង្កេត (ដោយប្រើទឹកមុខ និងចលនាដៃ)
- ឱ្យកុមារស្គាល់របស់ប្រើប្រាស់ និងឈ្មោះសត្វ។

ការរៀបចំ៖

- ចំនួនអ្នកលេង៖ មានចំនួន២ ទៅ៨នាក់
- សម្ភារៈ៖ គ្រាប់ធញ្ញជាតិតូចៗឬកំណាត់ឈើចំនួន១
- ការរៀបចំលេង៖ លេងខាងក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់

ដំណើរការ៖

- កុមារ ត្រូវប៉ាវរកអ្នកចាញ់
- អ្នកចាញ់ត្រូវក្រាបនៅចំកណ្តាលរង្វង់
- អ្នកឈ្នះត្រូវផ្ងារបាតដៃឆ្វេងដាក់លើខ្នងអ្នកក្រាបទាំងអស់គ្នា
- កុមារម្នាក់ធ្វើជាមេគេ(ដោយអ្នកស្ម័គ្រចិត្តកាន់គ្រាប់ក្រួស ឬកំណាត់ជើងធូប)ដោយម្រាមមេដៃ និងចង្អុលដៃស្តាំយកទៅចុចលើបាតដៃរបស់សមាជិកតាមលំដាប់លំដោយពីស្តាំទៅឆ្វេងឬពីឆ្វេងទៅស្តាំដោយស្រែកច្រៀងបណ្តើរ«ចាក់ទឹកដូងមីឡុងមីឡាកន្ទុយ ត្រីប្រាមហានាងអុក អកកំបោរប្រចាំថង់ បំពង់ឬស្សីប្រចាំរំពែក ក្បាលទំពែកក្អែកជុះដាក់ប៉ក់ លាក់ទៅ«
- ពាក្យប៉ក់ចប់ភ្លាម មេត្រូវដាក់គ្រាប់ធញ្ញជាតិ ឬកំណាត់ជើងធូបលើបាតដៃកុមារណាម្នាក់បន្ទាប់មក កុមារទាំងអស់យកបាតដៃឆ្វេងក្តាប់ចង្អុលដៃស្តាំធ្វើចលនារមួលចុះរមួលឡើងដោយច្រៀងបន្ទរថា៖« គ្រលីតបាយសងៗៗៗ»
- កុមារក្រាបងើបឡើង រួចទាយរកអ្នកលាក់របស់ (គ្រាប់ ឬកំណាត់ធូប)បើទាយត្រូវនោះបានរួចខ្លួន (កុមារទាំងអស់ទះដៃអបអរសាទរ)
- អ្នកលាក់របស់ដែលគេទាយត្រូវ ត្រូវក្រាបវិញម្តង។ប៉ុន្តែបើទាយខុសអ្នកមុនត្រូវក្រាបម្តងទៀត ហើយលេងសាជាថ្មី។

កំណត់សម្គាល់៖ *បើទាយខុសពីរដង ត្រូវគេដោះ ឬច្រៀង ឬនិទានរឿង រៀបរាប់ពីវត្ថុធ្លាប់ស្គាល់...ឱ្យកុមារទាំងអស់ស្តាប់។*

២- ល្បែង «ចាក់ឡុកឡាក់ ឬចាក់ជីយ៉ា»

គោលបំណង៖

- ពង្រឹងចលនាដៃ ម្រាមដៃ និងភ្នែក
- ពង្រឹងសមត្ថភាពស្តាប់ មានការប្រុងប្រយ័ត្ន រហ័សរហួន និងចេះកំណត់ទិសដៅ។

ការរៀបចំ៖

- ចំនួនអ្នកលេង៖ ចំនួនពី៣ ទៅ៥នាក់
- សម្ភារៈ៖ គ្មាន
- ការរៀបចំលេង៖ នៅខាងក្នុង ឬខាងក្រៅថ្នាក់។

ដំណើរការ៖

- អ្នកគ្រូអង្គុយលាបាតដៃស្ដាំដាក់ចំពីមុខ
- កុមារទាំងអស់យកចង្អុលដៃស្ដាំចុចលើបាតដៃអ្នកគ្រូ បន្ទមកអ្នកគ្រូពោលជាទំនុក៖ «ចាក់ឡុកឡាក់ស៊ីបាយឡុងឡាំង ដក់ថ្នាំខ្លាំងណាំណិណាំអយ កូនចៅឡយកន្ត្រប់បាយអ៊ីង»
- ពេលអ្នកគ្រូនិយាយដល់ពាក្យ «អ៊ីង» កុមារទាំអស់ត្រូវដកដៃចេញយ៉ាងរហ័សចំណែកអ្នកគ្រូត្រូវប្រុងចាប់យកម្រាមដៃកុមារណាមួយឱ្យបាន។ ពេលចាប់បានអ្នកគ្រូត្រូវកាន់ចង្អុលដៃឱ្យជាប់រួចបញ្ជាទៅកុមារដទៃទៀតដែលរួចខ្លួនឱ្យទៅគោះឬប៉ះវត្ថុណាមួយដែលនៅជុំវិញខ្លួន(ចម្ងាយប្រមាណ៤ទៅ៥ម៉ែត្រ)។ បន្ទាប់មកអ្នកគ្រូលែងដៃកុមារឱ្យទៅដេញកុមារទាំងអស់។ កាលបើឃើញកុមារចាំទីមកដេញចាប់ខ្លួន កុមារទាំងអស់នោះត្រូវរត់គេចខ្លួនសំដៅទៅអ្នកគ្រូ។ បើរត់មិនដល់ទេ ហើយយល់ថាខ្លួនគេចមិនទាន់កុមារនោះត្រូវអង្គុយចុះដោយយកដៃទាំងគូខ្ទប់ត្រចៀក រួចដើរដំណើរទាទៅរកអ្នកគ្រូ ធ្វើដូចនេះទើបអ្នក ចាំទីមិនអាចចាប់ខ្លួនកុមារនោះបានឡើយ។ ដូច្នេះកុមារចាំទីត្រូវងាកទៅដេញចាប់កុមារដទៃទៀតដែលកំពុងរត់ ឬមិនបានយកដៃទាំងពីរខ្ទប់ត្រចៀក និងអង្គុយចុះនោះ។ បើសិនជាអ្នកចាំទីដេញចាប់កុមារណាម្នាក់បានគេចាត់ទុកអ្នកចាំទីថារួចខ្លួន។ ប្រសិនបើអ្នកចាំទីចាប់ពុំបាននរណាម្នាក់ នឹងទទួលពិន័យឱ្យធ្វើអ្វីមួយ តាមការកំណត់របស់ក្រុមអ្នកលេង ហើយចាប់ផ្ដើមលេងសាជាថ្មី។

៣- ល្បែង «បូតសណ្ដែក»

គោលបំណង៖

- ពង្រឹងចលនាបាតដៃ ដើមដៃ និងកំភួនដៃ
- ពង្រឹងស្មារតីចងចាំ និងប្រុងប្រយ័ត្ន
- បង្កើនភាពរហ័សរហួន និងធ្វើឱ្យកុមារថ្នឹកដៃ
- កុមារចេះកំណត់ទិសដៅច្បាស់លាស់។

ការរៀបចំ៖

- ចំនួនអ្នកលេង៖ លេងជាគូៗ
- សម្ភារៈ៖ គ្មាន
- ការរៀបចំលេង៖ ក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់

ដំណើរការ៖

- រៀបកុមារអង្គុយទល់មុខគ្នាមួយគូៗ
- ចម្រៀង និងកាយវិការត្រូវធ្វើដំណាលពេលគ្នា ហើយបន្តការទះដៃរហូតដល់ចប់
- កុមារអង្គុយទល់មុខគ្នាមួយគូៗ ត្រូវយកបាតដៃទាំង២ដាក់ផ្ដោបឆ្លាស់គ្នានឹងបាតដៃទាំ២របស់ដៃគូ
- រួចហើយបូតដៃចេញ ទះដៃខ្លួនឯងរៀងខ្លួន ហើយតមកទៀតទើបយកបាតដៃឆ្វេងទះទៅលើបាតដៃឆ្វេងរបស់គូខ្លួន រួចដកដៃមកទះដៃខ្លួនឯងរៀងខ្លួនសិន ទើបទះទៅលើ

- បាតដៃស្តាំរបស់ដៃគូខ្លួនធ្វើរបៀបនេះរហូតដល់ច្រៀងចប់។កុមារទះបាតដៃម្តងឆ្វេង
- ម្តងស្តាំទៅរកគ្នារហូតដល់ច្រៀងចប់ទើបលេងសាដើមឡើងវិញ ។

❖ នៅពេលដែលបូតដៃចេញពីគ្នាកុមារត្រូវច្រៀងឱ្យព្រមៗគ្នា៖

បូតសណ្តែកអើយបូតសណ្តែក	រទេះបាក់បែកនាងនីដើរដី
អស់ទាំងគេ គេជិះដំរី	នាងនីដើរដីជិះផ្លែកំផើម។
កំផើមៗអើយចង់ស៊ីនំដុត	ភ្លើងរលត់ចង់ស៊ីនំផៅ
កំពប់ម្សៅយកដៃទៅត្រង	កំពប់លំអង សងកូនក្រមុំ
សងមីតូច វាចេះតែយំ	សងមីធំវាដាំបាយផៅ។

កំណត់សម្គាល់៖

- គ្រូច្នៃប្រឌិតល្បែងនេះ ដោយឱ្យកុមារអង្គុយជារង្វង់មូល រួចទះបាតដៃទៅលើបាតដៃអ្នកនៅអមសងខាង។
- នៅកន្លែងខ្លះ គេមានបញ្ចូលទះភ្លៅផងដែរ។

៤- ល្បែង «ដំណើរនៃម្រាមដៃ»

គោលបំណង៖

- ស្គាល់ឈ្មោះម្រាមដៃទាំងប្រាំ ស្គាល់ចំនួន១ ចំនួន២ ចំនួន៥ និងចំនួន១០
- ពង្រឹងចលនាម្រាមដៃ
- ឱ្យកុមារមានស្មារតីប្រុងប្រយ័ត្ន ចេះប្រើកាយវិការ ពាក្យសំដីស៊ីចង្វាក់គ្នា

ការរៀបចំ៖

- ចំនួនអ្នកលេង៖ បុគ្គល
- សម្ភារៈ៖ គ្មាន
- ការរៀបចំលេង៖ ក្នុងថ្នាក់

ដំណើរការ៖

- កុមារច្រៀងនិងធ្វើកាយវិការព្រមគ្នាមាន៖
  - មេដៃ១ដែលដើរ (លើកមេដៃឆ្វេង) មេដៃ២ដែលដើរ (លើកមេដៃស្តាំបន្ថែម)
    នេះហើយដំណើរនៃការសប្បាយ។ (ច្រៀងរួចដាក់ដៃចុះ)
  - ចង្អុរដៃ១ដែលដើរ (លើកចង្អុរដៃឆ្វេង) ចង្អុរដៃ២ដែលដើរ (លើកចង្អុរដៃស្តាំបន្ថែម)
    នេះហើយដំណើរនៃការសប្បាយ។ (ច្រៀងរួចដាក់ដៃចុះ)
  - ម្រាមកណ្តាល១ដែលដើរ (លើកម្រាមកណ្តាលឆ្វេង) ម្រាមកណ្តាល២ដែលដើរ (លើកម្រាមកណ្តាលស្តាំបន្ថែម)
    នេះហើយដំណើរនៃការសប្បាយ។ (ច្រៀងរួចដាក់ដៃចុះ)
  - នាងដៃ១ដែលដើរ (លើកនាងដៃឆ្វេង) នាងដៃ២ដែលដើរ (លើកនាងដៃស្តាំបន្ថែម)
    នេះហើយដំណើរនៃការសប្បាយ។ (ច្រៀងរួចដាក់ដៃចុះ)
  - កូនដៃ១ដែលដើរ (លើកកូនដៃឆ្វេង) កូនដៃ២ដែលដើរ (លើកកូនដៃស្តាំបន្ថែម)
    នេះហើយដំណើរនៃការសប្បាយ។ (ច្រៀងរួចដាក់ដៃចុះ)

- ម្រាមដៃ៥ដែលដើរ (លើកម្រាមដៃឆ្វេង) ម្រាមដៃ២ដែលដើរ (លើកម្រាមដៃស្តាំបន្ថែម) នេះហើយដំណើរនៃការសប្បាយ។ (ច្រៀងរួចដាក់ដៃចុះ)

កំណត់សម្គាល់៖ ក្រោយច្រៀងចប់ កុមារទាំងអស់ត្រូវទះដៃចំនួន៣ដងព្រមៗគ្នាជាចង្វាក់ រួចទើប ស្រែកហ៊ោរ។

៥- ល្បែង «ចាក់ក្រឡេក»

គោលបំណង៖

- ពង្រឹងចលនាម្រាមដៃ
- មានការប្រុងប្រយ័ត្នព្រោះចុងបញ្ចប់គេចាក់ក្រឡេក
- ពង្រឹងភាសា ស្គាល់ឈ្មោះសត្វ
- ចេះកំណត់ទិសដៅបានច្បាស់លាស់
- ស្គាល់ចំនួន១ ដល់៥ និងស្គាល់ឈ្មោះម្រាមដៃទាំង៥

ការរៀបចំ៖

- ចំនួនអ្នកលេង៖ លេងជាដៃគូ
- សម្ភារៈ៖ គ្មាន
- ការរៀបចំលេង៖ នៅក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់

ដំណើរការ៖

- កុមារម្នាក់យកចង្អុលដៃស្តាំចុចទៅលើម្រាមដៃរបស់កុមារម្នាក់ទៀតដែលបានដាក់ផ្ងារ។ អាចចាប់ផ្តើមពីកូនដៃមកមុន រួចរាប់បន្តទៅដល់មេដៃ ឬត្រឡប់ពីមេដៃមុនក៏បាន។
- ពេលកុមារយកចង្អុលដៃស្តាំចុចទៅលើម្រាមដៃទី១ នៃដៃគូរបស់ខ្លួន ដោយធ្វើការរាប់ឈ្មោះសត្វដូចជា តាវ៉ៅ ទីទុយ ក្អែក ខ្លែង ព្រាប... ពេលរាប់ឈ្មោះចប់គ្រប់ម្រាមដៃទាំង៥ ទៅ ត្រូវបន្តដំណើរចង្អុលដៃទៅលើកំភួនដៃរួចបង្ហួសមកដល់ក្លៀក ហើយចាក់ក្រឡេកឱ្យរសើប។

កំណត់សម្គាល់៖ នៅកន្លែងខ្លះគេពោល «ក្អែកផុះដាក់នេះ(មេដៃ) តាវ៉ៅផុះដាក់នេះ(ចង្អុលដៃ) ទីទុយផុះដាក់នេះ(ម្រាមកណ្តាល) ខ្លែងផុះដាក់នេះ (នាងដៃ) ព្រាបផុះដាក់នេះ(កូនដៃ) ហើយទឹកភ្លៀងហូរចូលទៅត្រង់នេះ» (ហូរពីបាតដៃទៅកំភួនដៃ រួចចូលក្លៀក)។

៦- ល្បែង « ម្រាមដៃនៅឯណា ?»

គោលបំណង៖

- ពង្រឹងចលនាម្រាមដៃ ឱ្យមានភាពរហ័សរហ័ន
- ចេះកំណត់ពេលនៃការបង្ហាញម្រាមដៃណាមួយតាមអត្ថន័យនៃចម្រៀង
- មានការប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងការស្តាប់
- ពង្រីកភាសា។

ការរៀបចំ៖

- ចំនួនអ្នកលេង៖ ក្រុមធំ
- សម្ភារៈ៖ គ្មាន

- ការរៀបចំលេង៖ លេងនៅក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់ ដោយឈរទល់មុខគ្នា

<u>ដំណើរការ៖</u>

- គ្រូសួរសំណួរកុមារអំពីឈ្មោះម្រាមដៃទាំងប្រាំចំណែកកុមារជាអ្នកឆ្លើយ៖
- ចម្លើយរំពឹងទុក៖ ១.មេដៃ ២.ចង្អុលដៃ ៣.ម្រាមកណ្តាល ៤.នាងដៃ ៥.កូនដៃ
- គ្រូនាំកុមារថាតាមពាក្យ មេដៃ ចង្អុលដៃ ម្រាមកណ្តាល នាងដៃ កូនដៃ
- គ្រូច្រៀងចម្រៀងជាគំរូឮៗព្រមទាំងធ្វើកាយវិការឱ្យកុមារស្តាប់និងសង្កេត៖

១- មេដៃនៅឯណា(២ដង)	«យកមេដៃលាក់ទៅក្រោយខ្នង»
នៅឯណោះៗ	«លើកមេដៃម្តងមួយៗដាក់ទៅមុខ»
សុខសប្បាយជាទេ	«មេដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាបេះឡើងៗ»
សុខសប្បាយទាំងកាយចិត្ត	«មេដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាចំដើមទ្រូងបេះឡើងៗ»
ជម្រាបសួរ(២ដង)	«ផ្តុំមេដៃរួចជម្រាបសួរម្តង»
២- ចង្អុលដៃនៅឯណា(២ដង)	«យកចង្អុលដៃលាក់ទៅក្រោយខ្នង»
នៅឯណោះៗ	«លើកចង្អុលដៃម្តងមួយៗដាក់ទៅមុខ»
សុខសប្បាយជាទេៗ	«ចង្អុលដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាបេះឡើងៗ»
សុខសប្បាយទាំងកាយចិត្ត	«ចង្អុលដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាចំដើមទ្រូងបេះឡើងៗ»
ជម្រាបសួរ(២ដង)	«ផ្តុំចង្អុលដៃរួចជម្រាបសួរម្តង»
៣- ម្រាមកណ្តាលនៅឯណា(២ដង)	«យកម្រាម កណ្តាលលាក់ទៅក្រោយខ្នង»
នៅឯណោះៗ	«លើកម្រាមកណ្តាលម្តងមួយៗដាក់ទៅមុខ»
សុខសប្បាយជាទេៗ	«ម្រាម កណ្តាលទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាបេះឡើងៗ»
សុខសប្បាយទាំងកាយចិត្ត	«ម្រាមកណ្តាលទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាចំដើមទ្រូងបេះឡើងៗ»
ជម្រាបសួរ(២ដង)	«ផ្តុំម្រាមកណ្តាលរួចជម្រាបសួរម្តង»
៤- នាងដៃនៅឯណា(២ដង)	«យកនាងដៃលាក់ទៅក្រោយខ្នង»
នៅឯណោះៗ	«លើកនាងដៃម្តងមួយៗដាក់ទៅមុខ»
សុខសប្បាយជាទេៗ	«នាងដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាបេះឡើងៗ»
សុខសប្បាយទាំងកាយចិត្ត	«ចង្អុលដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាចំដើមទ្រូងបេះឡើងៗ»
ជម្រាបសួរ(២ដង)	«ផ្តុំនាងដៃរួចជម្រាបសួរម្តង»
៥- កូនដៃនៅឯណា(២ដង)	«យកកូនដៃលាក់ទៅក្រោយខ្នង»
នៅឯណោះៗ	«លើកកូនដៃម្តងមួយៗដាក់ទៅមុខ»
សុខសប្បាយជាទេៗ	«កូនដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាបេះឡើងៗ»
សុខសប្បាយទាំងកាយចិត្ត	«កូនដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាចំដើមទ្រូងបេះឡើងៗ»
ជម្រាបសួរ(២ដង)	«ផ្តុំកូនដៃរួចជម្រាបសួរម្តង»
៦- ម្រាមដៃនៅឯណា(២ដង)	«យកម្រាមដៃលាក់ទៅក្រោយខ្នង»
នៅឯណោះៗ	«លើកម្រាមដៃស្តាំ និងម្រាមដៃឆ្វេងដាក់ទៅមុខ»
សុខសប្បាយជាទេៗ	«ម្រាមដៃទាំងអស់ដាក់ជាប់គ្នាបេះឡើងៗ»
សុខសប្បាយទាំងកាយចិត្ត	«ម្រាមដៃទាំងពីរដាក់ជាប់គ្នាចំដើមទ្រូងបេះឡើងៗ»
ជម្រាបសួរ ជម្រាបលា	«ផ្តុំម្រាមដៃដៃរួចជម្រាបសួរនឹងជម្រាបលា»។

៧- ល្បែង «បាយខុំ»

គោលបំណង៖

- ពង្រឹងចលនាម្រាមដៃ
- ចេះរាប់ចំនួន
- ចេះកំណត់ទិសដៅដែលត្រូវដើរដោយមានភាពច្នៃប្រឌិត
- ចេះសង្កេត និងមានភាពវៃឆ្លាត។

ការរៀបចំ៖

- ចំនួនអ្នកលេង៖ លេងជាមួយគ្នាជាដៃគូ
- សម្ភារៈ៖ គ្រាប់ក្រួស សម្បកខ្ចៅ និងរន្ធចំនួន១០ (ចំនួន៤ ជាជួរដេក និងចំនួន៤ទៀតនៅស្របនឹងទល់មុខគ្នា និងចំនួន២ទៀតនៅចន្លោះនៃរន្ធទាំង៨ ដោយនៅជ្រុងម្ខាងជាមេ)
- ការរៀបចំលេង៖ នៅខាងក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់ អង្គុយទល់មុខគ្នា

ដំណើរការ៖

- កុមារលេង២នាក់ ម្នាក់ៗត្រូវមានរន្ធចំនួន៤ និងរន្ធមេចំនួន១។ រន្ធនីមួយៗ មាន៥គ្រាប់ លើកលែងតែរន្ធមេមាន៦គ្រាប់(ខ្ចៅ គ្រួស...)
- កុមារប៉ោះរកអ្នកឈ្នះ។ អ្នកឈ្នះចាប់យកគ្រាប់ក្នុងរន្ធណាមួយដែលជារបស់ខ្លួន មកពង្រាយចែកតាមរន្ធនីមួយៗ ចំនួន១គ្រាប់ ឱ្យត្រូវតាមលំដាប់បន្តបន្ទាប់គ្នាពីឆ្វេងទៅស្តាំ ឬពីស្តាំទៅឆ្វេង ដោយមិនឱ្យរំលងរន្ធមួយណាឡើយ។
- នៅពេលអស់គ្រាប់ពីក្នុងដៃ ត្រូវចាប់យកគ្រាប់ទាំងអស់ក្នុងរន្ធបន្ទាប់ (គឺជារន្ធដែលបានទម្លាក់គ្រាប់ចុងក្រោយ)។ រួចពង្រាយគ្រាប់ដាក់តាមរន្ធបន្តដូចមុន។
- ប្រសិនបើចែកទៅអស់គ្រាប់ ហើយរន្ធបន្ទាប់នោះ ពុំមានគ្រាប់ហៅថា«ខត» គឺពុំមានសិទ្ធិដើរបន្តទៀតឡើយ។ ប៉ុន្តែអាចប្រមូលយកគ្រាប់ដែលមានក្នុងរន្ធបន្ទាប់«ខត» ជា កម្មសិទ្ធិរបស់ខ្លួន។
- បន្តទៅអ្នកទី២ លេងរបៀបដូចអ្នកមុន។ ប៉ុន្តែត្រូវគិតថា តើត្រូវចាប់យករន្ធរបស់ខ្លួនមួយណានិងចាប់ពីខាងណាទៅមុន ទើបស៊ីបានគ្រាប់ច្រើន។ អ្នកដែលមានគ្រាប់ច្រើនជាងគេគឺជាអ្នកឈ្នះ។

៨- ល្បែង «ផ្ទាត់កៅស៊ូគងគ្នា ឬចាប់គូ»

គោលបំណង៖

- ពង្រឹងចលនាម្រាមដៃ
- ឱ្យកុមារចេះស្គាល់នូវចំនួន១-២-៣
- បង្កើនស្មារតីចងចាំ និងប្រុងប្រយ័ត្ន
- មានស្មារតីប្រឡងប្រណាំង

ការរៀបចំ៖

- ចំនួនអ្នកលេង៖ លេងចាប់ពី២ ដល់៤នាក់
- សម្ភារៈ៖ កៅស៊ូកង
- ការរៀបចំលេង៖ នៅខាងក្នុងថ្នាក់ ឬក្រៅថ្នាក់ អង្គុយជារង្វង់

ដំណើរការៈ

- កុមារទាំងអស់ប៉ាវដើម្បីរកអ្នកឈ្នះផ្ទាត់មុនគេរួចរកអ្នកទី២ ទី៣...
- កុមារប៉ាវឈ្នះគេត្រូវកើបកៅស៊ូទាំងអស់រួចបោះឡើងទៅលើ ពេលធ្លាក់មកវិញកៅស៊ូណាគងគ្នាជាគូៗ កុមារនោះត្រូវយកមកធ្វើជារបស់ខ្លួន។ ចំណែកកៅស៊ូនៅដាច់ពីគ្នា និងគងលើគ្នាច្រើនចាប់ពីបីឡើងទៅ កុមារត្រូវរំពឹងគិតថា តើត្រូវផ្ទាត់កៅស៊ូកងណាមួយចេញពីគំនរ ដើម្បីឱ្យទៅគងលើកៅស៊ូកងដទៃទៀត ដែលនៅឯកឯង ។ ការផ្ទាត់របៀបនេះពិបាកបន្តិច។ ដូច្នេះកុមារអាចបែមកផ្ទាត់កៅស៊ូរាយៗដែលនៅតែឯងឱ្យគងគ្នាតាមការយល់ឃើញ។ បើកុមារណាម្នាក់ផ្ទាត់កៅស៊ូមិនគងគ្នា កុមារនោះត្រូវផ្ទេរឱ្យកុមារទី២ ផ្ទាត់វិញម្តង។ កុមារណាម្នាក់ ផ្ទាត់បានកៅស៊ូបានច្រើនជាងគេ កុមារនោះជាអ្នកឈ្នះ។

ហាត់ប្រាណតាម
រឿងនិទាន

រឿង យើងនាំគ្នាទៅលេងបុណ្យចូលឆ្នាំ

ថ្ងៃនេះមានកុមារតូចៗមួយក្រុម បានបបួលគ្នាដើរទៅលេងល្បែងប្រជាប្រិយនៅឯវត្ត ព្រោះជាថ្ងៃបុណ្យចូលឆ្នាំ។ ពេលដើរតាមផ្លូវពួកគេកាន់ដៃគ្នាដើរជាក្រុមប្រាំៗនាក់ ពួកគេសប្បាយចិត្តណាស់ គេនាំគ្នាលោតទៅឆ្វេង លោតទៅស្ដាំ ម្ដងទៅមុខម្ដងទៅក្រោយបន្ទាប់មកគេលោតបង្វិលខ្លួនម្នាក់ម្ដងៗ រួចក៏នាំគ្នារត់យ៉ាងលឿនទៅមុខក៏បានដល់ផ្លូវធំមួយ ពួកគេក៏ឈប់ងាកឆ្វេង ងាកស្ដាំ ហើយក៏ដើរយ៉ាងស្វាហាប់ដើម្បីឆ្លងថ្នល់នោះ។ ពួកគេកាន់ដៃគ្នាពីរៗនាក់ រត់តិចៗ បន្តទៅមុខទៀតក៏បានជួបស្ពានតូចមួយ ពួកគេក៏បាននាំគ្នាឆ្លងស្ពាននោះម្នាក់ម្ដងៗ បន្តបន្ទាប់ជាជួររួចក៏នាំគ្នារត់ចូលវត្ត ហើយក៏ចូលលេងល្បែងទៅតាមចំណូលចិត្តរៀងៗខ្លួន។ លុះដល់ពេលព្រលប់បន្តិចទើបពួកគេត្រឡប់មកផ្ទះវិញ។

រឿង មេមាន់នាំកូនទៅរកចំណី

មានមេមាន់មួយបាននាំកូនដើរចេញពីទ្រុង ពួកវាបានដើរផង លោតផង ហើយទទះស្លាបស្រែកថា «ក្លិបៗៗ» វាដើរមួយៗ ដើម្បីទៅរកចំណីនៅជិតរបងផ្ទះស្រាប់តែវាឃើញពស់មួយវារឡើងលើរបងពួកវាភ័យណាស់ក៏ដើរថយក្រោយមួយៗដោយជំហានវែងៗ។ មេមាន់ក៏នាំកូនរត់លោតទំលើរបងមួយ រួចហក់ចុះទៅលើដីវាលម្ខាងទៀតដើរបណ្ដើរលោតបណ្ដើរដោយទទះស្លាបក្លិបៗ ហើយក៏នាំកូនកកាយដីរកចំណី ម្ដងកាយទៅឆ្វេង ម្ដងកាយទៅស្ដាំ លោតចុះ លោតឡើង ព្រោះគេសប្បាយដោយបានស៊ីចំណីឆ្ងាញ់ៗ ស្រាប់តែពេលនោះមេមាន់ក្រឡេកទៅឃើញសត្វស្ទាវមួយយ៉ាងធំ បម្រុងចាប់កូនវាស៊ីជាចំណី។ ពេលនោះ មេមាន់ក៏កៀងកូន ស្រែកថាកូនៗ រត់ឱ្យលឿនចូលទ្រុងវិញ។

រឿង មេសេះសនាំកូនទៅរកចំណី

មានមេសេះសមួយបាននាំកូនលោតផ្លោះរបងចេញពីក្រោល ដើម្បីទៅលេងនៅលើភ្នំមួយ គេនាំគ្នារត់បោលយ៉ាងលឿនម្ដងលោតទៅឆ្វេងម្ដងលោតទៅស្ដាំ ខ្លះរត់ហក់រំលងដុំថ្ម ខ្លះលោតជាន់លើដុំថ្មតូចៗ ខ្លះរត់ជល់ក្បាលគ្នា ខ្លះទៀតឈរ ទល់គូថគ្នារុញទៅរុញមករហូតបានមកដល់ជ្រោះមួយដែលមាស្ពានបាក់បែកប៉ុន្តែមាំ វាក៏នាំគ្នាដើរតម្រង់ជួរឆ្លងស្ពានមួយម្ដងៗ ដើម្បីកុំឱ្យផុងជើងធ្លាក់ ពួកវាលើកជើងខ្ពស់ៗ ហើយឈានជើងវែងៗ។ ពេលឆ្លងផុតពួកវាបានលោតបន្តទៀតដោយ ភ្នែកសំឡឹងមើលទៅលើភ្នំ ពួកវាអង្គុយសម្រាកមួយសន្ទុះទើបក្រោកឡើងនាំគ្នាស៊ីស្មៅ។ មេសេះ និងកូននាំគ្នាស៊ីឆ្អែតហើយ ពួកវាក៏ប្រឡែងគ្នាលេងយ៉ាងសប្បាយរីករាយរហូតដល់ពេលល្ងាចទើបគេនាំគ្នាត្រឡប់មកក្រោលវិញ។

រឿង មេទានាំកូនទៅលេងទឹកបឹង

ថ្ងៃមួយមេទាចង់បបួលកូនៗទៅលេងទឹកបឹង។ មេទាហៅកូនចេញពីទ្រុងកូនទាទទះស្លាបភ្លឹបៗ ហើយស្រែកថាកេបៗៗ រួចក៏នាំកូនដើរមួយៗ ចេញទៅដោយលើកជើងខ្ពស់ៗ។ ពេលដើរទៅមុខបន្តិចពួកគេក៏ឃើញចំណីជាច្រើន នៅតាមផ្លូវ មេទាក៏នាំគ្នារត់តម្រង់ទៅរកចំណីហើយក៏នាំគ្នាស៊ីចំណីនោះជាអាហារ។ មេទា និងកូនក៏

ដើរបន្តទៅមុខទៀត បានជួបនឹងកូនស្ពានមួយតូច មេទាក៏នាំកូនៗ ដើរជាជួរបន្តបន្ទាប់ដោយប្រុងប្រយត្ន័ដើម្បីឆ្លងស្ពាននោះ។ ផុតស្ពានបានបន្តិចក៏ជួបនឹង ទឹកថ្លុកមួយពួកគេ ក៏នាំគ្នាលោតរំលងយ៉ាងសប្បាយរីករាយដោយរត់ទទះស្លាបភ្លឹបៗទៅមុខ ហើយក៏បានឃើញទឹកបឹងមួយយ៉ាងធំ ពួកគេក៏នាំគ្នាចុះទៅលេងទឹកមុជយ៉ាងសប្បាយរីករាយមួយសន្ទុះក្រោយមក ពួកគេបានហែលឡើងមកលើគោកវិញ ហើយក៏នាំគ្នាដើរត្រឡប់មកផ្ទះវិញ។

រឿង មេគោនាំកូនទៅស៊ីស្មៅនៅឯវាលស្រែ

រៀងរាល់ព្រឹក មេគោបាននាំកូនគោដើរទៅស៊ីស្មៅនៅឯវាលស្រែមួយនៅក្បែរភូមិ នៅតាមផ្លូវ ហ្វូងគោបាននាំ គ្នាដើរមួយៗដោយក្នែកសំឡឹងមើលស្មៅ។ ពេលនោះហ្វូងគោបានឃើញស្មៅពណ៌បៃតងខ្ចី។ ហ្វូងគោទាំងនេះក៏នាំគ្នារត់ផង លោតផង ហក់ទៅឆ្វេង ហក់ទៅស្ដាំដោយក្ដីសប្បាយរីករាយ។ កំពុងប្រដេញគ្នាលេងស្រាប់តែជួបនឹងអូរមួយ ពួកគេក៏នាំគ្នាលោតរំលងអូរនោះម្ដង៣ៗបន្តគ្នា ហើយក៏បានទៅដល់វាលស្រែដែលមានស្មៅពណ៌បៃតងខ្ចី ពួកគេក៏នាំគ្នាស៊ីស្មៅយ៉ាងឆ្ងាញ់ លុះដល់ពេលល្ងាចទើបនាំគ្នាវិលត្រឡប់មកក្រោលវិញ។

រឿង សម្លាញ់៣នាក់ (កង្កែប ហ៊ីង និងគីង្គក់)

ក្រោយពេលភ្លៀងធ្លាក់រួច ពួកសត្វទាំង៣គឺ កង្កែប ហ៊ីង គីង្គក់ បាននាំគ្នាលោតផ្លោតៗ ដើម្បីទៅលេងទឹកស្រះមួយនៅតាមដងផ្លូវ។ ពួកគេលោតម្ដងទៅឆ្វេង ម្ដងទៅស្ដាំ ម្ដងទៅមុខ ម្ដងទៅក្រោយ លោតបត់បែន ហើយលោតទៅមុខយ៉ាងលឿន រួចពួកគេឈប់ង៉ក់ដោយឃើញមានដុំថ្មរដឹបរដុប។ ពួកគេក៏នាំគ្នាលោតរំលងដុំថ្មមួយៗ រហូតទៅដល់ទឹកស្រះ ហើយក៏លោតចុះទៅក្នុងទឹកស្រះនោះ ទាំងអស់គ្នា។ ខ្លះបង្វិលខ្លួនលេង ខ្លះរុញគ្នាលេងរុញទៅមុខទាញថយក្រោយ លោតឡើងលើ លោតចុះក្រោម លោតទៅមុខ លោតថយក្រោយ។ ពួកគេនាំគ្នាហែលទឹកលេងយ៉ាងសប្បាយរួចក៏លោតទៅរកទីជម្រករៀងៗខ្លួនវិញ។

រឿង យើងនាំគ្នាទៅមើលគេអុំទូក

ថ្ងៃនេះកុមារជាច្រើនបានបបួលគ្នាដើរទៅមើលគេអុំទូកនៅឯមាត់ស្ទឹង។ ពួកគេកាន់ដៃគ្នាយ៉ាងលឿនទៅមុខ ខ្លះដើរចុងជើង ខ្លះដើរកែងជើង ខ្លះទៀតដើរចំហៀងជើង។ លុះដើរបានបន្តិចពួកគេក៏ជួបដុំអាចម៍គោនៅពេញផ្លូវ គេក៏នាំគ្នាលោតរំលងម្ដងមួយៗម្ដងពួកគេលោតទៅឆ្វេង ម្ដងពួកគេលោតទៅស្ដាំ ម្ដងទៅមុខ ម្ដងថយក្រោយ លុះផុតពីនោះ ពួកគេក៏កាន់ដៃគ្នាបីៗនាក់ហើយរត់តិចៗ។ លុះទៅបានឆ្ងាយបន្តិច ពួកគេជួបប្រទះដែកគោលនៅពាសពេញផ្លូវ ពួកគេក៏នាំគ្នារើសបោះដាក់ក្នុងរណ្ដៅមួយ ហើយក៏នាំគ្នាដើរទៅមុខទៀតដោយឈរបន្តគ្នាជាជួររួចធ្វើត្រាប់តាមអ្នកអុំទូក ជួននាំគ្នាអង្គុយអុំទូក ជួននាំគ្នាឈរអុំទុកនៅពេលពួកគេធ្វើដំណើរជិតដល់ទឹកស្ទឹង ពួកគេក៏នាំគ្នារត់ប្រសាចទៅមើលគេអុំទូកលេងដល់ពេលរសៀល ទើបគេនាំគ្នាដើរមកផ្ទះវិញ។

រឿង កូនទន្សាយទៅសាលារៀន

មានកូនទន្សាយមួយឈ្មោះទីណូ។ ព្រឹកនេះទីណូកំពុងគេងលក់យ៉ាងស្កប់ស្កល់ព្រះអាទិត្យរះចាំងចូលតាមបង្អួចហើយមកខ្សឹបដាស់ទីណូថ្នមៗ ដោយនិយាយថា៖ ភ្ញាក់ឡើងទីណូ ភ្លឺហើយ។ ទីណូប្រែខ្លួនទៅម្ខាងរួចទាញខ្នើយ

មកគ្របក្បាល សត្វចាបឃើញដូចនេះក៏នាំគ្នាស្រែកពីលើកមែកត្របែកថា «ចេបៗ ! ចេបៗ ! ទីណូ ភ្លឺហើយៗ»។ ទីណូមិនឮទេ វាកំពុងស្រមុក ខុរៗ។ ពេលនោះនាឡិកាស្រែកយ៉ាងខ្លាំងថា៖

- រ៉ឹងៗ! ទីណូម៉ោងប្រាំមួយហើយភ្ញាក់ឡើងៗ ទីណូភ្ញាក់ព្រឺតស្ទុះក្រោកអង្អុយពត់ខ្លួនប្រាណ ហើយនិយាយថា៖
- សួស្តី! នាឡិកា! អរគុណឯង ដែលបានដាស់ខ្ញុំ ! នាឡិកា ញញឹម ព្រមទាំងគ្រវីក្បាលរួចតបវិញ៖
- សួស្តីទីណូ! មិនមែនខ្ញុំតែម្នាក់ឯងទេ ដែលដាស់ឯងនោះ គឺមានព្រះអាទិត្យព្រមទាំងចាបផងដែរ។ ទីណូរត់ចេញទៅរានហាលផ្ទះ និយាយ៖
- សួស្តីបងចាប! សួស្តីបងព្រះអាទិត្យ! អរគុណអ្នកទាំងអស់គ្នាដែលបានដាស់ខ្ញុំ។ ព្រះអាទិត្យញញឹមស្រស់ដាក់ទីណូរួចតបវិញ៖
- សួស្តីទីណូ! សូមឯងមានសុខភាពល្អ។ សត្វចាបនិយាយថា៖
- សួស្តីទីណូ! សូមឯងមានប្រាជ្ញាភ្លឺថ្លា អរគុណ! អរគុណ! ខ្ញុំលាសិនហើយ! ខ្ញុំប្រញាប់ទៅសាលារៀន។

ទីណូលុបមុខ ស្លៀកពាក់ សិតសក់ស្អាតបាត ស្រស់ស្រូបអាហារ រួចយកកាតាបហើយសំពះលា ប៉ា ម៉ាក់ចេញទៅសាលារៀន។ នៅតាមផ្លូវទីណូឃើញអ៊ូកៗ កំពុងចាប់ចង្រិតនៅគុម្ពស្មៅ។ ទីណូនិយាយទៅកាន់អ៊ូកៗថា៖

- សួស្តី អ៊ូកៗ ឯងមិនទាន់រៀបចំខ្លួនទៅរៀនទេឬ?
- ទេខ្ញុំរៀនពេលរសៀល ព្រឹកនេះខ្ញុំនៅផ្ទះជួយចំអិនម្ហូបម៉ាក់ខ្ញុំ។
- អូមែន! ខ្ញុំលាសិនហើយ!
- បាទ សូមមានសំណាងល្អ! លាសិនហើយ។
- ទីណូប្រញាប់ដើរទៅសាលា គ្រាន់តែចូលផុតមាត់ទ្វាររបងសាលារៀន ដួងក៏បន្លឺម៉ឺងៗ ហៅសិស្សទាំងអស់ឱ្យចូលរៀន។ សិស្សទាំងអស់គោរពទង់ជាតិ រួចនាំគ្នាតម្រៀបជួរចូលថ្នាក់រៀន។ អ្នកគ្រូឈរនៅមុខក្តារខៀនបម្រុងចាប់ផ្តើមមេរៀន។ រំពេចនោះស្វារត់ចូលមក ហើយអង្គុយក្បែរទីណូ អ្នកគ្រូឃើញដូចនេះក៏សួរថា៖
- សួស្តីកូនស្វា! កូនឯងរវល់ធ្វើអ្វីបានជាទៀបមកដល់?
- បាទអ្នកគ្រូ! ខ្ញុំរវល់រកសៀវភៅទើបបានជាមករៀនយឺតបន្តិច។
- ថ្ងៃក្រោយត្រូវទុកដាក់ប្រដាប់ប្រដារៀនឱ្យមានសណ្តាប់ធ្នាប់ទើបងាយរក។
- បាទអ្នកគ្រូ!។

រឿង មេអំបៅមួយគូ

ក្នុងសួនមួយមានមេអំបៅមួយគូ មួយពណ៌កូឡាប មួយទៀតពណ៌លឿង។ មេអំបៅទាំងពីរជាមិត្តនឹងគ្នាដ៏ជិតស្និទ្ធ ស្រឡាញ់គ្នាដូចបងប្អូនបង្កើត។ ថ្ងៃណាក៏ដូចថ្ងៃណា មេអំបៅទាំងគូនេះ តែងតែបបួលគ្នាចូលក្នុងសួនហើរផ្ទៃលឆ្ងាត់លេងយ៉ាងសប្បាយរីករាយ។

ថ្ងៃមួយក្នុងពេលដែលមេអបៅទាំងគូ កំពុងតែហិចហើរចុះឡើង សប្បាយក្អាកក្អាយលើគុម្ពផ្កាកូឡាប និងស្មៃរឿងដែលកំពុងរីកស្រស់បំព្រងស្រាប់តែផ្ទៃមេឃប្រែជាងងឹត ភ្លៀងធ្លាក់មកយ៉ាងខ្លាំងតំណក់ទឹកធំៗ ធ្លាក់មក

ប៉ះលើមែកឈើលាន់ឮប្រាវៗ ធ្វើឱ្យមេអំបៅទាំងពីរភ័យរន្ធត់។ វាហើរតម្រង់ទៅដើមផ្កាកូឡាបដែលនៅជិតនោះ ហើយនិយាយថា៖ បងកូឡាប អើយ! ភ្លៀងខ្លាំងណាស់! ទទឹកស្លាបយើងខ្ញុំអស់ហើយ! យើងខ្ញុំរងាណាស់! បងឱ្យយើងខ្ញុំចូលជ្រកក្រោមមែកផ្ការបស់បងផងណា!។

កូឡាបឆ្លើយថា៖ មេអំបៅណាពណ៌កូឡាបមានពណ៌ដូចខ្ញុំ ខ្ញុំឱ្យបងឯងជ្រកបាន រីឯមេអំបៅពណ៌លឿងហើរទៅវិញទៅខ្ញុំមិនឱ្យជ្រកទេ។ ឮផ្កាកូឡាបនិយាយដូចនេះ មេអំបៅទាំងគូសម្លឹងមើលមុខគ្នា ហើយមេអំបៅពណ៌កូឡាបនិយាយថា៖ បងកូឡាបអើយ! យើងទាំងពីរជាមិត្តនឹងគ្នា បើបងឱ្យយើងជ្រកទាំងពីរនាក់ទើបយើងខ្ញុំជ្រក ខ្ញុំមិនអាចចោលមិត្តខ្ញុំបានទេ។

ផ្កាកូឡាបឆ្លើយដាច់ខាតមិនព្រមឱ្យមេអំបៅពណ៌លឿងចូលជ្រក។ មេអំបៅទាំងគូនាំគ្នាហើរទៅទៀត គេហើរទៅជិតផ្កាស្បៃរឿង។

គេនាំគ្នានិយាយព្រមៗគ្នាថា៖ បងស្បៃរឿង អើយ! ភ្លៀងខ្លាំងណាស់! ទទឹកស្លាបយើងខ្ញុំអស់ហើយ! យើងខ្ញុំរងាណាស់! បងអនុញ្ញាតឱ្យយើងខ្ញុំជ្រកកោនក្រោមមែកផ្ការបស់បងផងបានទេបង?

ផ្កាស្បៃរឿងនិយាយថា៖ មេអំបៅពណ៌លឿងពណ៌ដូចខ្ញុំ មេអំបៅឯងចូលជ្រកក្រោមមែកខ្ញុំចុះ ឯមេអំបៅពណ៌កូឡាបហើរចេញទៅខ្ញុំមិនឱ្យជ្រកទេ។ ឮផ្កាស្បៃរឿងនិយាយដូចនេះ មេអំបៅទាំងគូសម្លឹងមើលមុខគ្នា ហើយមេអំបៅពណ៌លឿងនិយាយថា៖ យើងទាំងពីរជាមិត្តនឹងគ្នា! បើបងឱ្យយើងជ្រកទាំងពីរនាក់ទើបយើងខ្ញុំជ្រក។ ផ្កាស្បៃរឿងមិនយល់ព្រម មេអំបៅទាំងគូរហើរទៅមុខទៀត។ ភ្លៀងធ្លាក់កាន់តែខ្លាំង ខ្យល់បក់រ៉ូវៗធ្វើឱ្យមេអំបៅកាន់តែទទឹកជោគជាំថែមទៀត វាហើរលែងរួច ហើយវាធ្លាក់ចុះដី វាញ័រចំប្រប់ដោយរងា តែវាពុំសុខចិត្តបែកគ្នាទេ។ ក្នុងនោះព្រះអាទិត្យដែលនៅខ្ពស់លើឮដ៏អាកាសក៏សម្លឹងមើលចុះក្រោម។ លោកញញឹមហើយសរសើរមេអំបៅទាំងគូដែលចេះស្រឡាញ់គ្នា។ ដើម្បីស្រោចស្រង់អាយុជីវិតមេអំបៅនេះ លោកក៏រុញច្រានពពកខ្មៅឱ្យរសាត់ទៅឆ្ងាយបាត់អស់។ ភ្លៀងរាំងហើយមេឃស្រឡះពណ៌ខៀវស្រងាត់ រស្មីពណ៌មាសនៃព្រះសូរិយាកម្តៅស្លាបមេអំបៅទាំងគូឱ្យស្ងួតវិញអស់។

មិត្តទាំងពីរសប្បាយចិត្តណាស់ស្ទុះងើបឡើងហើយហើរឆាបពេញក្នុងសួន។ គេអរគុណនឹងព្រះអាទិត្យជាខ្លាំងតែក៏មិនចងកំហឹងនឹងផ្កាកូឡាប និងផ្កាស្បៃរឿងដែរ ព្រោះផ្កាទាំងពីរដើមត្រូវព្រះអាទិត្យស្ដីបន្ទោសជាច្រើនរួចទៅហើយ អ្នកទាំងពីរទទួលសារភាពកំហុសរបស់ខ្លួន ហើយសន្យាថា អំណឺះតទៅនឹងខិតខំកែខ្លួនឱ្យល្អប្រសើរ។

ហាត់ប្រាណតាម បទចម្រៀង

១. ជម្រាបសួរ

- ជម្រាបសួរថ្ងៃនេះជួបគ្នា សប្បាយចិត្តពេលបានឃើញគ្នា
  អូឡា ឡា ឡា ឡា ឡា ឡា អូឡា ឡា ឡា ឡា ឡា ឡា។
- ជម្រាបសួរថ្ងៃនេះជួបគ្នា សប្បាយចិត្តពេលបានស្គាល់គ្នា
  អូឡា ឡា ឡា ឡា ឡា ឡា អូឡា ឡា ឡា ឡា ឡា ឡា។

២. ឆ្វេង ស្ដាំ

- ឆ្វេង ស្ដាំ ចាំឱ្យស្ទាត់១-២ ពួកយើងប្រយ័ត្នដើរឱ្យត្រូវជើង១-២
  ឆ្វេង ស្ដាំត្រូវចាំពួកយើង១-២ ដើរឱ្យត្រូវជើងកុំឱ្យច្រឡំ ១-២។

៣. មេអំបៅទៅសាលា (លំនាំបទសារាវ៉ាន់)

- អើយមើលមេអំបៅ ហិចហើរសំដៅ ទៅរកក្រេបផ្កាពណ៌លឿង
  ក្រហមបៃតងស្រស់អស្ចារ្យ អូនទៅសាលា ជាមួយបងទេ(២ដង)។

៤. ព្រះអាទិត្យរះហើយ(លំនាំបទសារិកាកែវ)

- ព្រះអាទិត្យរះហើយ នាំគ្នាលើកដៃ កុកគីកែកឹត
  ព្រះអាទិត្យរះហើយ នាំគ្នាលើកដៃ យកពន្លឺថ្ងៃច័ន្ទ
  រាងកាយមាំមួន អឺៗអឹងអើយ។

៥. ដើរ ឬដេក

- ដើរឬដេកដងខ្លួនឱ្យត្រង់ ត្រូវតម្រង់ទាន់ខ្លួននៅក្មេង
  ទោះអង្គុយឬមួយឈរលេង យើងក្មេងៗឈរឱ្យត្រង់ខ្លួន។
- មុខញញឹមសង្ឃឹមជានិច្ច កុំបែរគេចលបមើលក្រោយខ្នង
  ងើបមុខឡើងនិយាយឆ្លើយឆ្លង ទើបអ្នកផងគេហៅក្លាហាន។

៦. ពេលសប្បាយ

- ពេលសប្បាយ ពេលយើងរីករាយ យើងត្រូវទះដៃ(ទះដៃ២ដង)
- ពេលសប្បាយ ពេលយើងរីករាយ យើងត្រូវទះដៃ (ទះដៃ២ដង)
- ពេលសប្បាយ ពេលយើងរីរាយ យើងត្រូវទះដៃ
  យើងទះដៃ មិត្តរាល់គ្នា បើមិនសប្បាយក៏ត្រូវទះដៃ(ទះដៃ២ដង)។

៧. ចាប់ត្រី (លំនាំបទចូកកំពឹស)

- តាក់ទីងកណឹងណឹង បងមុជទឹកបឹងចាប់បានត្រីបី
  អាមួយធ្វើងៀត អាពីរស្ងោរស្ងោ

ចាប់បានត្រីបី យកទៅភោគ្គា(២ដង)។

- តាក់ទីងកណឹងណឹង បងមុជទឹកបឹងចាប់បានត្រីបួន
អាពីរទុកអាំង អាពីរចៀនជូន
ចាប់បានត្រីបួន យកទៅភោគ្គា(២ដង)។

- តាក់ទីងកណឹងណឹង បងមុជទឹកបឹងចាប់បានត្រីប្រាំ
អាពីរធ្វើផ្អក អាបីធ្វើម៉ាំ
ចាប់បានត្រីប្រាំ យកទៅភោគ្គា(២ដង)។

តាក់ទីងកណឹងណឹង។

៨. កូនកំប្រុក

- ផ្លោតៗផ្លោះទៅលើចុងត្នោត ក្រោក ក្រោក ក្រោក កកេរផ្លែក្រេកក្រោក
បក់កន្ទុយតែកតោក ហើយធ្វើក្បាលងឺងើៗ(២ដង)។

៩. យើងក្មេងៗនាំគ្នារាំលេង

- យើងក្មេងៗនាំគ្នារាំ រាំសប្បាយៗលម្ហែកាយា
មកមិត្តអើយយើងនាំគ្នារាំ រាំ រាំ រាំលេងសប្បាយ។

- កាន់ដៃគ្នាៗជារង្វង់ រាល់ថ្ងៃឈប់ៗឈប់សម្រាករៀន
មកមិត្តអើយយើងនាំគ្នារាំ រាំ រាំ រាំលេងសប្បាយ។

ឡាឡាឡា ៗៗ ឡាឡាឡា ៗៗ។
ឡាៗៗ ឡាៗ។ (ឡាៗ មួយចប់អត្ថបទចម្រៀង)

១០. សារិកាកែវពត់ប្រាណ (លំនាំបទសារិកាកែវ)

- សារិកាកែវអើយ ស៊ីអីកងៗ កុមារត្រេសងនាំគ្នាពត់ប្រាណ អើយកែវៗអើយ(២ដង)
យើងខំលើកដៃ លើកជើងឱ្យបាន ខំពត់ទាំងប្រាណទើបសុខភាពល្អ អើយកែវៗអើយ(២ដង)។

១១. កាយសិក្សា

- កូនលើកដៃហាត់ធ្វើកាយសិក្សា ធ្វើចលនាឱ្យដៃកូនរឹងមាំ
មកមិត្តអើយយើងនាំគ្នារាំ មកពួកយើងរាំ រាំកាយសិក្សា។

- ដងខ្លួនកូនហាត់ធ្វើកាយសិក្សា ធ្វើចលនាឱ្យដងខ្លួនកូនរឹងមាំ
មកមិត្តអើយយើងនាំគ្នារាំ មកពួកយើងរាំ រាំកាយសិក្សា។

- ចង្កេះកូនហាត់ធ្វើកាយសិក្សា ធ្វើចលនាឱ្យចង្កេះកូនរឹងមាំ
មកមិត្តអើយយើងនាំគ្នារាំ មកពួកយើងរាំ រាំកាយសិក្សា។

១២. កូនទា

- ពេលកូនទាវាដើរទៅ ដំណើរវាមិនល្អឡើយ
  ចាំទុកណាពួកម៉ាកអើយ កុំឱ្យដើរដូចកូនទា។

- មើលកូនទាវាដើរទៅ ដើរសំដៅទៅសាលារៀន
  មកមិត្តអើយយើងនាំគ្នា ទៅជាមួយកូនទា។

១៣. រទេះភ្លើង

- រទេះភ្លើងកូនក្មេងបរទៅ បរសំដៅទៅសាលារៀន មកមិត្តអើយប្រញាប់រួសរាន់
  មកឱ្យទាន់ រទេះភ្លើងចេញហើយ ទីន ទីន ទីន ឈុក ឈុក ឈុក។

១៤. បូតសណ្ដែក

- បូតសណ្ដែក អឺងអើយបូតសណ្ដែក យើងនាំគ្នារែក
  បូតដាក់ក្នុងល្អី មិត្តខ្លះខំទូលខិតខំឃ្មាតខ្មី មិត្តខ្លះកាប់ដីបន្តុទុកដាំ។

- បន្ទរ៖ មែនហើយមែនពិត ដេញចង្រិតចូលរន្ធ ដេញមាន់ស្រែកខ្វក
  ដេញចចករត់លឿន រត់អើយរត់លឿន រត់លឿនហុយដី។
  អឺងអើយបូតសណ្ដែក។

១៥- ក្រោមម្លប់ឈើធំ

- ក្រោមម្លប់ឈើធំ ជួបជុំមិត្តតូចមិត្តធំ
  អ្នកហើយនិងខ្ញុំ ខ្ញុំហើយនិងអ្នក
  យើងជួបជុំគ្នារាំសប្បាយជាមិត្តភាព(២ដង)។

- ក្រោមម្លប់ឈើធំ ជួបជុំមិត្តតូចមិត្តធំ
  អ្នកហើយនិងខ្ញុំ ខ្ញុំហើយនិងអ្នក
  យើងជួបជុំគ្នារាំសប្បាយជាមិត្តភាព(២ដង)។

១៦- កង្កែបចេញពីសាលា

- កង្កែបៗចេញពីសាលា ទៅជួបយាយឆ្មាពាក់វ៉ែនតាធំៗ
  កង្កែបតូចពិតតែចេះគួរសម លោកយាយឆ្មាសុំស្គាល់ឈ្មោះសាលាកង្កែប
  ឆ្លើយភ្លាមមិននៅយូរការ ខ្ញុំរៀននៅសាលាមត្តេយ្យសិក្សា......។
  (ដាក់ឈ្មោះសាលាដែលកុមាររៀន)

ឧបសម្ព័ន្ធទី ២

គរុកោសល្យរៀន និងបង្រៀន

ដើម្បីឆ្លើយតបសមភាពយេនឌ័ររវាងកុមារី និងកុមារា នៅមត្តេយ្យសិក្សា

សម្រាប់ជំនួយដល់គ្រូមត្តេយ្យសិក្សាដឹកនាំ
សកម្មភាពរៀន និងបង្រៀន

១-សេចក្តីផ្តើម

សមភាពយេនឌ័រ មិនមែនគ្រាន់តែជាមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃសិទ្ធិមនុស្សប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែវាគឺជាមូលដ្ឋានគ្រឹះដ៏សំខាន់ក្នុងការកសាងនិងរក្សាសន្តិភាព ភាពរុងរឿង និងស្ថិរភាពក្នុងសង្គមលើពិភពលោកផងដែរ។ ការផ្តល់ឱ្យស្ត្រី និងកុមារីនូវភាពស្មើគ្នាក្នុងការទទួលបាននូវការអប់រំ ការថែទាំសុខភាព ការងារដ៏ត្រឹមត្រូវ និងការត្រៀមជាស្រេចក្នុងការចូលរួមក្នុងដំណើរការសម្រេចចិត្តផ្សេងៗ ក្នុងសង្គមមួយដែលមានសមភាព និងស្ថិរភាព។

២-ស្ថានភាពទូទៅ

ផ្អែកលើស្ថានភាពជាក់ស្តែងក្នុងសង្គមកម្ពុជា ជារឿយៗឪពុកម្តាយនិងអ្នកថែកុមារមិនបានដឹងថាពួកគាត់បានបន្តបង្ហាញនូវផ្នត់គំនិតលម្អៀងជំនឿអំពីតួនាទីខុសគ្នារវាងបុរសនិងស្ត្រីនោះទេ។ កុមារីមួយចំនួនត្រូវបានទទួលការថែទាំនិងចិញ្ចឹមបីបាច់ខុសគ្នាពីកុមារា ជាទូទៅកុមារីត្រូវបានរៀបចំឱ្យស្លៀកពាក់ទៅតាមពណ៌ ដូចជាពណ៌ផ្កាឈូក ពណ៌ក្រហម ពណ៌ស្វាយជាដើម ហើយប្រដាប់លេងទៀតសោត គឺកូនក្រមុំ តុក្កតា និងប្រដាប់ប្រដាជាំស្ល គឺសម្រាប់កុមារីលេង រីឯបាល់ និងកូនឡាន សម្រាប់កុមារាលេង។ កូនស្រីត្រូវបានបង្រៀនឱ្យស្តាប់បង្គាប់និងសុភាពរាបសា រីឯកុមារាត្រូវបានបង្រៀនឱ្យក្លាហាន និងរឹងមាំ ជួនកាលកុមារីត្រូវបានការពារហ្មត់ចត់ជាងកុមារា ទន្ទឹមនឹងនេះកុមារាត្រូវបានបង្រៀនមិនឱ្យយំព្រោះជាសញ្ញាបង្ហាញថាទន់ខ្សោយ ។

នៅតាមសាលារៀន យើងសង្កេតឃើញថាការរៀបចំសកម្មភាពរៀននិងបង្រៀននៅកម្រិតមត្តេយ្យសិក្សាមួយចំនួន មិនទាន់ទទួលបាននូវបរិយាកាសរៀនសូត្រដែលមានលក្ខណៈសមភាពយេនឌ័រ រវាងកុមារីនិងកុមារានៅឡើយទេ។ កត្តាទាំងអស់នោះ គឺដោយសារតែចំណេះដឹង និងការអនុវត្តរបស់គ្រូផ្អែកលើផ្នត់គំនិតអវិជ្ជមានដែលបន្សល់ទុកតាំងពីដើមមកនឹងផ្អែកទៅលើកម្រិតចំណេះដឹងរបស់គ្រូ ជាពិសេសគ្រូមត្តេយ្យសិក្សាសហគមន៍ដែលមានការបណ្តុះបណ្តាលមិនទាន់គ្រប់គ្រាន់នៅឡើយ។ បញ្ហាដែលបានបន្សល់ទុកទាំងនោះមានដូចជា កុមារីធាប់ភ័យខ្លាចនៅពេលកុមារាស្រែកសម្លុតមិនសូវមានទំនុកចិត្តក្នុងការដឹកនាំក្រុម មិនហ៊ានហក់លោតខ្លាំងដូចកុមារា (ឡើងទីខ្ពស់ ឬលេងបាល់ទាត់។ល។) មិនហ៊ានជ្រើសរើសពណ៌ដែលខ្លួនចូលចិត្ត ត្រូវបានមនុស្សចាស់បង្អាក់មិនឱ្យហក់លោតច្រើនពេកទេ ព្រោះខ្លួនជាកូនស្រី មិនសូវក្លាហានក្នុងការនិយាយខ្លាចខុស ហើយត្រូវបានគ្រូឱ្យធ្វើតែការងារណាដែលកុមារីធ្លាប់ធ្វើទៅតាមទម្លាប់ពីដើមមក ដូចជាការរៀបចំថ្នាក់ ជូតសម្អាត ឬទុកដាក់សម្ភារៈ(មិនប្រើកុមារា)។ល។ ចំណែកកុមារាមួយចំនួនក៏នៅមិនទាន់មានសមភាពដែរ ដូចជាកុមារា មានសកម្មភាពពិស និងចូលចិត្តស្រែកសម្លុតដាក់កុមារី និងកុមារាខ្លះដណ្តើមល្បែងលេងពីកុមារី និងមិនអាចរើសយកអ្វីដែលជារបស់ចំណូលចិត្តរបស់កុមារី ពេលខ្លះកុមារាមិនអាចលេងល្បែងដែលកុមារីមានទម្លាប់លេង។

បើយើងគិតឱ្យបានល្អិតល្អន់ យើងឃើញថា ទាំងនេះគឺជាកត្តាសំខាន់ដែលយើងមិនត្រូវមើលរំលងឡើយ ព្រោះទម្លាប់នៃភាពមិនមានសមភាពនេះហើយដែលធ្វើឱ្យជះឥទ្ធិពលអវិជ្ជមានដល់សង្គមនៅពេលដែលកុមារទាំងនោះបានក្លាយទៅជាមនុស្សពេញវ័យ ។

៣. គរុកោសល្យនៃសកម្មភាពបង្រៀននិងរៀនឆ្លើយតបសមភាពយេនឌ័ររវាងកុមារា និងកុមារី

គរុកោសល្យនៃសកម្មភាពរៀននិងបង្រៀន ឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័រ សំដៅទៅលើសកម្មភាពដែលផ្តោតសំខាន់ទៅលើតម្រូវការនៃការសិក្សាជាក់លាក់របស់កុមារី និងកុមារា។ ទាំងនេះតម្រូវឱ្យគ្រូនិងគណៈគ្រប់គ្រងសាលារៀន គឺជាអ្នកដែលឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័រនៅក្នុងដំណើរការនៃសកម្មភាពរៀននិងបង្រៀន។

គរុកោសល្យនៃសកម្មភាពបង្រៀនដែលឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័រ នឹងត្រូវបានលើកកម្ពស់ឱ្យមានការឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីជំនឿរបស់ពួកគាត់ផ្ទាល់ទៅលើតួនាទីយេនឌ័រ ដែលមានតាំងពីយូរណាស់មកហើយ។ ការអនុវត្តបន្តិចម្តងៗជាបន្តបន្ទាប់ វានឹងជួយគ្រូក្នុងការផ្តល់ឱកាសស្មើគ្នារវាងកុមារី និងកុមារាក្នុងការចូលរួមសកម្មភាពរៀនសូត្រនិងលេងល្បែងនៅមត្តេយ្យសិក្សាមិនចំពោះតែកុមារី ឬកុមារានោះទេ។ បន្ថែមពីលើនេះទៅទៀត គរុកោសល្យនៃសកម្មភាពរៀននិងបង្រៀនឱ្យឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័រនឹងបង្ហាញផ្លូវគ្រូក្នុងការជួយឱ្យសកម្មភាពដោយស្មើភាពគ្នារវាងកុមារី និងកុមារា។

ហេតុអ្វីបានជាត្រូវមានគរុកោសល្យនៃការអប់រំរបស់គ្រូ ឱ្យឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័ររវាងកុមារានិងកុមារី?

គរុកោសល្យនៃការអប់រំកុមារដែលតម្រូវឱ្យមានការឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពរវាងកុមារា និងកុមារីគឺត្រូវតែមានទំនាក់ទំនងនៅក្នុងដំណើរការរៀន និងបង្រៀន សកម្មភាពក្នុងនិងក្រៅថ្នាក់រៀនដែលមានតួនាទីសំខាន់ ដើម្បីកំណត់ឱ្យកុមារទទួលបាននូវការបន្តចូលរួមនិងការអនុវត្តសមត្ថភាពរៀននៅក្នុងថ្នាក់រៀន។ ក្នុងនាមជាគ្រូមត្តេយ្យសិក្សា អ្នកអាចជួយកុមារឱ្យមានទំនាក់ទំនងដោយសមភាពរវាងកុមារានិងកុមារី ក្នុងលក្ខណៈជាវិជ្ជមានដោយទទួលបាននូវឱកាសរៀនសូត្រ និងអភិវឌ្ឍន៍ស្មើគ្នា។

៤- គោលបំណងនៃឯកសារ

ឯកសារនេះ រៀបចំឡើងដើម្បីជាជំនួយបន្ថែមដល់គ្រូមត្តេយ្យសិក្សា ធ្វើឱ្យកាន់តែប្រសើរឡើងនូវ៖

(១). ការរៀបចំផែនការបង្រៀន

(២). ការបង្រៀន និងបរិស្ថានសិក្សា

(៣). ការរៀបចំកន្លែងអង្គុយ ក្នុងពេលរៀន

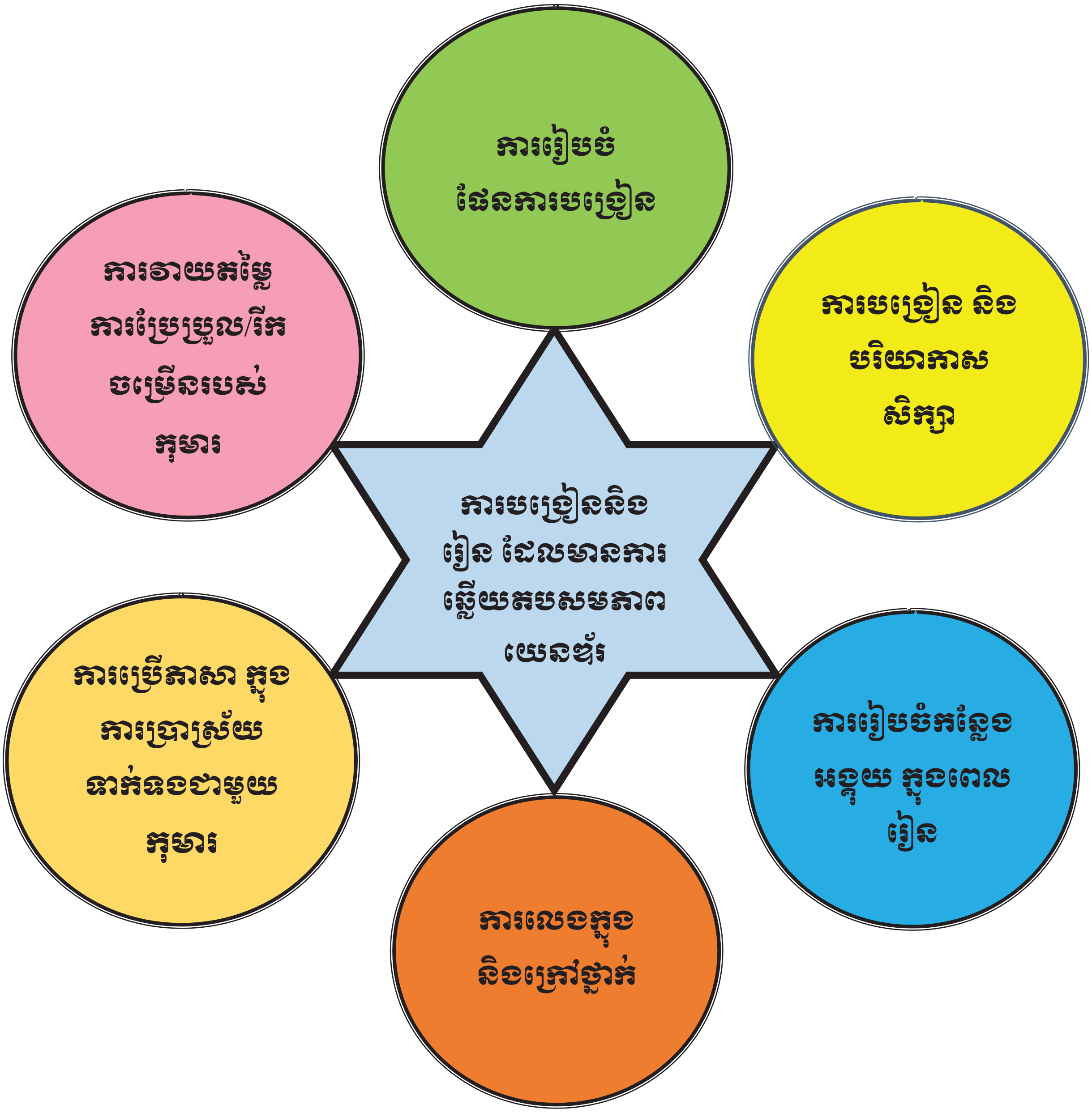
(៤). ការលេងក្នុងនិងក្រៅថ្នាក់

(៥). ការប្រើភាសាក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកុមារពេលដឹកនាំសកម្មភាពរៀននិងបង្រៀន

(៦).ការធ្វើទំនាក់ទំនងជាមួយឪពុកម្តាយ ឬអ្នកអាណាព្យាបាល។

៥. ខ្លឹមសារសំខាន់ៗ

ខ្លឹមសារសំខាន់ៗដែលត្រូវយកចិត្តទុកដាក់



ក. ការរៀបចំផែនការបង្រៀន

គ្រូត្រូវមានផែនការបង្រៀនដែលបានរៀបចំជាស្រេចនូវសម្ភារៈបង្រៀន សម្រាប់មេរៀននីមួយៗ ឆ្លើយតបទៅនឹងតម្រូវការនិងលទ្ធផលសិក្សារបស់កុមារ។ គ្រូគួរត្រៀមនិងគិតទៅដល់ចំណុចមួយចំនួន ដូចខាងក្រោម៖

- តើត្រូវបង្រៀនដូចម្តេច ដើម្បីតម្រូវទៅនឹងចំនួនកុមារដែលមាននៅក្នុងថ្នាក់?
- រៀបចំបរិស្ថានថ្នាក់រៀន គិតបញ្ចូលរបៀបអង្គុយរបស់កុមារ

- តើកុមារត្រូវការប្រើសម្ភារៈអ្វីខ្លះ ?
- តើត្រូវនិយាយយ៉ាងដូចម្ដេច ដើម្បីធ្វើការទំនាក់ទំនងជាមួយកុមារ ឱ្យមានលក្ខណៈរីករាយ និងស្មើភាព ?
- តើត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីឱ្យមានការទំនាក់ទំនងជាមួយឪពុកម្ដាយឬអាណាព្យាបាលកុមារក្នុងការជួយយកចិត្តទុកដាក់ជាមួយកូនស្មើៗគ្នានៅផ្ទះបន្ថែមទៀត ?

គន្លឹះសំខាន់ៗក្នុងពេលរៀបចំផែនការ បង្រៀន

- *ធានាថាកុមាររីករាយ និងចូលចិត្តសកម្មភាពដែលអ្នករៀបចំ ចៀសវាងការផ្ដោតតែទៅលើកុមារី ឬ កុមារ។*
- *គ្រូអាចនិយាយចែករំលែក នូវបទពិសោធន៍ជាក់ស្ដែងរបស់អ្នក ដែលកំពុងតែ ប្រឈមនឹងទទួល ខុសត្រូវ ឧទាហរណ៍(ពេលខ្លះប្ដីរបស់អ្នកគ្រូ ដាំស្ល បោកគក់ខោអាវ លាងចាន។ល។*
- *នៅក្នុងមេរៀនអំពីមុខរបរ គ្រូគួរនិយាយពិភាក្សាអំពីការទទួលខុសត្រូវរបស់ មុខជំនាញនីមួយៗដែល បុរស និងស្ត្រីក៏អាចធ្វើបានដូចគ្នា រួមទាំង។*
- *ចៀសវាងការសន្និដ្ឋានក្នុងកំឡុងការសន្ទនាដូចជា(ឪពុកដែល មិនចេះដាំស្លគឺជាឪពុកមិនល្អ) ជាដើម។*
- *នៅពេលដែលអ្នកធ្វើផែនការចូរអ្នកចាំថាអ្នកចង់ឱ្យកុមារទទួលស្គាល់និងយល់អំពីកុមារីនិង កុមារា ស្ត្រីនិងបុរស។*

ខ-ការបង្រៀន និងបរិយាកាសសិក្សា

- **ការបង្រៀន៖** នៅក្នុងមេរៀនមួយ គ្រូបង្កឱកាសសម្រាប់កុមារដើម្បីធ្វើការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយមិត្តរបស់ពួកគេពីម្នាក់ទៅម្នាក់ទៀត ប្រើប្រាស់វិធីសាស្ត្រធ្វើការងារជាក្រុមដែលអាចលើកទឹកចិត្តកុមារទាំងអស់ ឱ្យមានឱកាសបានការចូលរួមមតិយោបល់ ការសហការគ្នាក្នុងការធ្វើការងារ ហើយនៅពេលដែលកុមារបានធ្វើការងារជាមួយដៃគូ ពួកគេនឹងបានអភិវឌ្ឍបំណិនក្នុងការនិយាយប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នាយ៉ាងមានប្រសិទ្ធភាព ធ្វើឱ្យពួកគេមានទំនុកចិត្តចំពោះខ្លួនគេផ្ទាល់ និងមានភាពស្និទ្ធស្នាលជាមួយកុមារផ្ទុយភេទក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងទៀតផង។ បំណិនសង្គមទាំងនោះគឺយើងពិតជាត្រូវការប្រើប្រាស់ក្នុងជីវិតនៅពេលដែលពួកគេក្លាយជាមនុស្សធំ នៅពេលដែលពួកគេនឹងត្រូវធ្វើទំនាក់ទំនងគ្នាក្នុងការងារដែលមានបុរស និងស្ត្រីធ្វើការជាមួយគ្នា។
- **បរិយាកាសសិក្សា៖** សកម្មភាពនៃការបង្រៀននិងការរៀនអាចធ្វើឡើងនៅក្នុងនិងក្រៅថ្នាក់។ ការឆ្លើយតបបែបសមភាពរវាងកុមារីនិងកុមារាក្នុងសកម្មភាពរៀន និងបង្រៀនអាចកំណត់បានតាម រយៈការរៀបចំកន្លែងធ្វើសកម្មភាពឬកន្លែងអង្គុយរៀនរបស់កុមារ ការរៀបចំគ្រប់គ្រងថ្នាក់

រៀនការ រៀបចំការងារជាក្រុមរបស់កុមារ ការរៀបចំសកម្មភាពរៀនក្នុងនិងក្រៅថ្នាក់ដោយរៀបចំសកម្មភាព រៀនតាមរយៈការលេងរបស់កុមារ (Learning Through Play)។

គ. ការរៀបចំកន្លែងអង្គុយ ក្នុងពេលធ្វើសកម្មភាពរៀន

- បែងចែកកុមារជាក្រុមការងារ ដែលក្នុងក្រុមនីមួយៗ មានកុមារី និងកុមារា លាយគ្នាដើម្បីឱ្យពួកគេបានចូលរួមធ្វើការងារ ឬលេងជាក្រុមដែលមានចម្រុះភេទ។
- ផ្លាស់ប្ដូរក្រុមជាប្រចាំ ដើម្បីឱ្យកុមារបានចូលរួម និងបានផ្សារភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងរវាងគ្នានិងគ្នាជាមួយមិត្ត និងទំនាក់ទំនងបន្តពីម្នាក់ទៅម្នាក់ទៀតនៅក្នុងថ្នាក់រៀន។
- រៀបកុមារឱ្យអង្គុយជារាងរង្វង់ ដោយឆ្លាស់គ្នារវាងកុមារីនិងកុមារាដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានធ្វើការរួមគ្នា ចូលរួមបានគ្រប់គ្នា ស្មើភាពគ្នា និងមានការទំនាក់ទំនងគ្នារវាងភេទផ្សេងគ្នា។

ឃ. ការលេងក្នុង និងក្រៅថ្នាក់

ការរៀនតាមរយៈការលេង(Learning Through Play) គឺជាមធ្យោបាយដ៏សំខាន់ណាស់ និងមានប្រសិទ្ធភាពបំផុតជាពិសេសគឺចំពោះកុមារវ័យមត្តេយ្យសិក្សា។ សម្ភារៈល្បែង និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នាក្នុងការលេងជាមួយដៃគូ នឹងជួយឱ្យកុមារបានលេងទាំងអស់គ្នា និងដោះស្រាយបញ្ហាក្នុងការលេងរួមគ្នា។ ការលេងគឺនាំឱ្យកុមារបានរៀនហើយកុមារអាចលេងជាមួយកុមារដ៏ទៃដែលមានក្រុមអាយុចម្រុះ និងភេទផ្សេងគ្នា។ យ៉ាងណាក៏ដោយក៏កុមារានិងកុមារីច្រើនតែចូលចិត្តលេងអ្វីផ្សេងពីគ្នា ដែលជាហេតុផលធ្វើឱ្យពួកគាត់យល់ថាកុមារីនិងកុមារា គឺមានភាពខុសគ្នាឆ្ងាយមិនអាចធ្វើអ្វីដូចគ្នាបានទេ។ កុមារាចូលចិត្តលេងអ្វីដែលរពឹសជាង ប្រឡឹមជាង រហ័សរហួនជាង ត្រូវការទីកន្លែងទូលាយ ដូចជា កុមារាចូលចិត្តលេងបាល់ទាត់ នៅពេលដែលកុមារីចូលចិត្តលេងល្បែងដែលងាយៗយឺតៗ ដូចជាលេងផ្ទឹះគ្រាប់ក្រួសជាដើម។ កំណត់សម្គាល់ទាំងអស់ខាងលើនេះ នឹងមានការជះឥទ្ធិពលដល់ការគិត និងលទ្ធផលរបស់កុមារ។

- *អ្នកត្រូវចងចាំថា កុមារីនិងកុមារាមានរាងកាយមាំមួន និងត្រូវការធ្វើចលនាដូចគ្នារហូតដល់ពេលដែលពួកគេពេញវ័យ។ ប៉ុន្តែកុមារី ច្រើនតែអាចបង្ហាញពីអត្តចរិតទំនាក់ទំនងសង្គមបានប្រសើរ ជាង។*
- *លើកទឹកចិត្តកុមារលេងល្បែងជាក្រុម ដែលមានសមាសភាពកុមារីលាយចម្រុះជាមួយកុមារា ក្នុងការលេង ឬធ្វើការងារជាក្រុម។*
- *ល្បែងមួយចំនួនមានការលេង ដោយកុមារា ឬក៏កុមារី តែប៉ុណ្ណោះ ពួកគាត់មិនដែលលេងចូលគ្នាទេ ឧទាហរណ៍ បាល់ លេងកូនក្រមុំ លេងល្បែងសំណង់ និងលេងលោតអន្ទាក់។ល។ ដូច្នេះគ្រូត្រូវលើកទឹកចិត្តនិងរៀបចំសកម្មភាពបង្រៀនអំពីរបៀបលេងដល់កុមារ ឱ្យពួកគាត់អាចលេងជាមួយគ្នាបាន។*
- *លើកសរសើរ កុមារី កុមារាដែលមានការផ្លាស់ប្តូរបាននូវទម្លាប់លេងជាមួយគ្នា និងចេះផ្តល់តម្លៃឱ្យគ្នាទៅវិញទៅមក។*

ខ. ការប្រាស្រ័យទាក់ទង និងការប្រើប្រាស់ការនិយាយជាមួយកុមារ

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងរវាងគ្រូ និងសិស្ស គឺជាកត្តាដ៏សំខាន់បំផុតដែលត្រូវប្រើជាមួយកុមារក្នុងថ្នាក់រៀន ព្រោះវាត្រូវតែជាភាសាដែលឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័រ។ ការនិយាយស្តី ដែលមានលក្ខណៈឆ្លើយតបទៅនឹងសមភាពយេនឌ័រដែលវាអាចធ្វើឱ្យកុមារមានអារម្មណ៍ថា ត្រូវទទួលបានការគោរព និងឱ្យតម្លៃ ដូចជាការលើកទឹកចិត្តកុមារដែលនឹងធ្វើឱ្យការរៀនសូត្របានប្រសើរឡើង បន្ថែមពីនេះទៀត បានបង្កបរិយាកាសល្អក្នុងការសិក្សាដែលកុមារអាចបញ្ចេញគំនិតខ្លួនឯងដោយសេរី ក្រោមការសម្របសម្រួលពីសំណាក់គ្រូមត្តេយ្យសិក្សា។

ការរៀនដែលមានការផ្តល់តម្លៃឱ្យកុមារ ធ្វើឱ្យកុមារមានទំនុកចិត្ត មានសេចក្តីក្លាហាន និងមានអារម្មណ៍ត្រូវបានលើកទឹកចិត្ត មានការយកចិត្តទុកដាក់ ដែលនាំឱ្យលទ្ធផលនៃការសិក្សារបស់ពួកគេកាន់តែប្រសើរឡើង។ ផ្ទុយទៅវិញ ការនិយាយឬប្រើភាសាមិនល្អ និងកាយវិការដែលមិនសមរម្យ ដូចជាកាយវិការ ទឹកមុខ ប្រើភ្នែកសម្លក់ បែបគំរាមកំហែង ទៅលើកុមារីឬកុមារា អាចធ្វើឱ្យកុមារចម្លងតាមនូវទស្សនៈអវិជ្ជមានចំពោះសមភាពយេនឌ័រ និងជាសារដែលកុមារនឹងរៀនតាមរយៈការប្រាស្រ័យទាក់ទងពីមនុស្សម្នាក់ទៅម្នាក់ទៀតផងដែរ។

ច. ការប្រាស្រ័យទាក់ទងរវាងគ្រូ និងឪពុកម្តាយ

ជារឿយៗ ឪពុកម្តាយនិងអ្នកមើលថែកុមារ មិនបានដឹងថាពួកគាត់ បន្តការបង្ហាញនូវអត្តចរិត និងជំនឿអំពីតួនាទីខុសគ្នារវាងបុរសនិងស្ត្រីនោះទេ ហើយកុមារាភាគច្រើនថៃទាំនិងចិញ្ចឹមខុសគ្នាពីកុមារី។ ជាទូទៅ កុមារីត្រូវបានរៀបចំឱ្យស្លៀកពាក់ទៅតាមពណ៌ដូចជាពណ៌ផ្កាឈូកពណ៌ស្វាយ ហើយសម្ភារៈលេងទៀតសោតមានដូចជា កូនក្រមុំ តុក្កតា គឺសម្រាប់កុមារីលេង រីឯបាល់ឬកូនឡាន សម្រាប់តែកុមារាលេង។ កូនស្រីត្រូវបានបង្រៀនឱ្យស្តាប់បង្គាប់សុភាពរាបសា កុមារាត្រូវបានបង្រៀនឱ្យក្លាហានរឹងមាំជួនកាលកុមារី ត្រូវបានការពារហ្មត់ចត់ជាងកុមារា។ ទន្ទឹមនឹងនេះដែរ កុមារាត្រូវបានបង្រៀនមិនឱ្យយំព្រោះជាសញ្ញាបង្ហាញថា ទន់ខ្សោយ។ ឪពុកម្តាយ ក៏បានបង្ហាញនូវទស្សនៈលម្អៀងមួយចំនួន ដូចជា ស្ត្រីត្រូវធ្វើការងារផ្ទះ ដូចជាបោសសម្អាតផ្ទះ បោកគក់ខោអាវ ធ្វើម្ហូបជាដើម។ ចំណែកបុរស ធ្វើការងារក្រៅ

ផ្ទះ។ ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា ផ្តត់គំនិតអវិជ្ជមាន អំពីសមភាពយេនឌ័រ នៅក្នុងគ្រួសារ និងសហគមន៍របស់កុមារ អ្នកត្រូវធ្វើការជិតស្និទ្ធជាមួយសហគមន៍ ។

ចំណុចដែលត្រូវយកចិត្តទុកដាក់បន្ថែម ដើម្បីចូលរួមចំណែក លើកកម្ពស់សមភាពរវាងកុមារ និងកុមារី ចំពោះការប្រាស្រ័យទាក់ទង រវាងគ្រូ និងឪពុកម្តាយ

- *នៅពេលដែលកុមារបង្ហាញអំពីចរិតរើសអើង ត្រូវព្យាយាមទទួលព័ត៌មានបន្ថែមអំពីស្ថានភាព និងហេតុផលដែលនាំឱ្យកុមារមានចរិតបែបនេះ។*
- *ព្យាយាមរកពេលសន្ទនាជាលក្ខណៈឯកជនជាមួយឪពុកម្តាយ ឬអាណាព្យាបាលកុមារដើម្បីពិភាក្សារកឱកាសចំណោញស្មើគ្នានិងគោរពការជួយរបស់ពួកគាត់។*
- *ត្រូវចងចាំថា ការគោរពគ្នាទៅវិញទៅមកគឺជាចំណុចសំខាន់ ដើម្បីមានការជួយពីឪពុកម្តាយ។*

៦. ការវាស់វែងនិងវាយតម្លៃការប្រែប្រួលរបស់កុមារ

- ការវាយតម្លៃការរីកចម្រើនរបស់កុមារនឹងប្រើប្រាស់សម្រាប់គ្រូ ឪពុកម្តាយ និងគ្រួសាររបស់កុមារនូវព័ត៌មានសំខាន់ៗ មួយចំនួន អំពីការរីកចម្រើនរបស់កុមារ។

- ព័ត៌មានសំខាន់ៗបានមកពីការវាយតម្លៃ ក៏ត្រូវបានប្រើប្រាស់ ផងដែរសម្រាប់ប្រសិទ្ធភាពនៃសកម្មភាពបង្រៀននិងរៀន ដើម្បីធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវលទ្ធផលសិក្សារបស់កុមារ។
- នៅពេលធ្វើការវាយតម្លៃ អ្នកនឹងត្រូវមានមោទកភាព។ ព្រោះអ្នកដឹងថា អ្វីដែលអ្នកកំពុងធ្វើគឺត្រឹមត្រូវដូចដែលមានគ្រោងទុក។
- ការសង្កេតរបស់អ្នកទៅលើកុមារី និងកុមារានឹងជួយអ្នកឱ្យវាយតម្លៃអំពី ការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងសមភាពយេនឌ័រ។
- ប្រើប្រាស់ព័ត៌មានដែលអ្នកបានប្រមូល ដើម្បីជួយកុមារឱ្យប្រសើរឡើងនូវអត្តចរិត អាកប្បកិរិយាតម្លៃ និងការសិក្សារៀនសូត្រ។

គន្លឹះសំខាន់ៗ

វិធីដែលល្អបំផុតក្នុងការវាយតម្លៃកុមារគឺ "ការសង្កេត"។ តាមរយៈការសង្កេត អ្នកនឹងបានដឹងថាតើមានផ្នត់គំនិតអ្វីខ្លះដែលរារាំងនៅក្នុងថ្នាក់ដែលជាឧបសគ្គក្នុងការសិក្សារបស់កុមារ។

- *លើកទឹកចិត្តកុមារ ឱ្យលេងល្បែងណាដែលជាធម្មតាលេងដោយភេទផ្ទុយបាន ដូចជា (បាល់បាញ់កៅស៊ូកង លោតអន្ទាក់ កូនក្រមុំ។ល។*
- *អ្នកអាចសួរសំណួរទៅកុមារម្នាក់ៗ អ្នកនឹងបានដឹងអំពី ការយល់ដឹង ផ្នត់គំនិត និងការអនុវត្តរបស់កុមារជុំវិញ រឿងរ៉ាវនៃផ្នត់គំនិតយេនឌ័រ។*
- *នៅពេលអ្នកធ្វើការសង្កេត អ្នកគួរផ្តោតទៅលើ ការបញ្ចេញមតិ ការធ្វើកាយវិការ ការច្រៀង រាំ និងគូររូបរបស់កុមារ។ល។*

ឧទាហរណ៍មួយអំពីឧបករណ៍សម្រាប់ការសង្កេតៈ

គំរូឧទាហរណ៍នេះ គឺមានប្រយោជន៍សម្រាប់ធ្វើការសង្កេត អាកប្បកិរិយារបស់កុមារ។
បញ្ជាក់៖ អ្នកអាចកែសម្រួលទៅតាមតម្រូវការជាក់ស្តែងនៃថ្នាក់រៀនរបស

របស់កុមារ	ចំណុចដែលធ្វើបាន	យោបល់បន្ថែម
ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយដៃគូ	✓	ជាមួយអ្នកណា ?
ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយដៃគូដែលជាភេទ ផ្ទុយគ្នា	✓	ជាមួយអ្នកណា ?
មិនមានការខុសគ្នានៅពេលធ្វើការទំនាក់ទំនង ពេលនិយាយទៅកាន់ដៃគូជាភេទផ្ទុយគ្នា	✓	ធ្វើការអធិប្បាយ

លេងនៅក្បែរកុមារដែលមានភេទផ្ទុយ	✓	ជាមួយអ្នកណា ?
ចូលរួមលេងជាមួយដៃគូដែលជាភេទផ្ទុយ	×	លេងជាមួយអ្នកណា ?
ចូលរួមលេងជាមួយសម្ភារៈរៀន	×	សម្ភារៈអ្វីខ្លះ ?
ចូលរួមលេងជាមួយសម្ភារៈ ដែលមិនមានផ្នត់គំនិត យេនឌ័រ	✓	លេងដូចម្ដេច ?
រូបដែលកុមារបានគូរ រួចមាន រូបកុមារា និងរូបកុមារី	✓	ធ្វើការអធិប្បាយ
បាននិទានរឿងប្រាប់អំពី សាច់រឿងដែលមានតួអង្គ ទាំងពីរភេទ	✓	ធ្វើការអធិប្បាយ

យេនឌ័រ និងចិត្តចលភាព

ដើម្បីឆ្លើយតបសមភាពយេនឌ័រនៅក្នុងមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាព គ្រូមត្តេយ្យសិក្សាត្រូវយកចិត្តទុកដាក់៖

- ✓ គ្រូដឹកនាំកុមារទាំងពីរភេទចូលរួមសកម្មនៅគ្រប់សម្មភាពនៃមុខវិជ្ជាចិត្តចលភាពដោយបរិយាកាសរីករាយ ដោយពន្យល់អំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការធ្វើចលនាមួយៗសម្រាប់ពួកគាត់ទាំងពីរភេទ។
- ✓ គ្រូត្រូវសង្កេត និងលើកទឹកចិត្តកុមារទាំងពីរភេទឱ្យសកម្មដូចគ្នាក្នុងគ្រប់ប្រភេទសម្មភាព ដោយ
- ✓ រំលឹកអំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការធ្វើចលនានីមួយៗសម្រាប់ពួកគាត់ទាំងពីរភេទ។
- ✓ ដើម្បីឱ្យកុមារីអាចចូលរួមសកម្មនៅក្នុងចលករធំ-តូច គ្រូគួរណែនាំឱ្យកុមារស្លៀកខោទ្រនាប់ជើងប៉ោង ឬខោកីឡាមកសាលាជាប្រចាំថ្ងៃ ដើម្បីអាចធ្វើសកម្មភាពចលនា គ្រប់ប្រភេទបានងាយស្រួល ដែលជួយឱ្យពួកគាត់មានរាងកាយមាំមួនបានស្មើភាពជាមួយកុមារា។
- ✓ ចំពោះកុមារដែលមានពិការភាព ដែលអាចរាំងកុមារនោះក្នុងការធ្វើចលនាណាមួយ គ្រូគួរសម្រួលលក្ខណៈនៃការធ្វើសកម្មភាពនោះងាយៗសម្រាប់ពួកគាត់ ទៅតាមស្ថានភាពជាក់ស្ដែងនៃពិការភាពក្នុងបរិយាកាសរីករាយ ឬជ្រើសរើសប្រភេទសកម្មភាពផ្សេងទៀតដែលផ្ដល់អត្ថប្រយោជន៍នៃការរីកចម្រើនដល់ការលូតលាស់រាងកាយរបស់ពួកគាត់។ និយាយរួម គឺត្រូវចេះបត់បែនសកម្មភាពផ្ដល់ឱកាសឱ្យកុមារពិការ បានអនុវត្តសកម្មភាពនៅក្នុងម៉ោងចិត្តចលភាពដូចគ្នានឹងកុមារធម្មតាដែរ។

ឯកសារពិគ្រោះ

១. ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ៖ សៀវភៅចិត្តចលភាព ផ្នែកមត្តេយ្យសិក្សា ភ្នំពេញ អង្គការកុមារកម្ពុជា ENFANTS DU CAMBODE បោះពុម្ពឆ្នាំ១៩៩៦-១៩៩៧

២. ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ៖ សៀវភៅចិត្តចលភាព ផ្នែកមត្តេយ្យសិក្សា ភ្នំពេញ គរុកោសល្យមត្តេយ្យមជ្ឈិមបោះពុម្ព ឆ្នាំ២០១៤

៣. អង្គការ (Save the Children France) សៀវភៅកុមារ និងការអភិវឌ្ឍ

៤. ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ៖ សៀវភៅប្រព័ន្ធពិនិត្យតាមដាន និងវាយតម្លៃ ផ្អែកលើលទ្ធផលសម្រាប់អនុវិស័យអប់រំកុមារតូច បោះពុម្ពឆ្នាំ២០១៧

៥. ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ៖ សៀវភៅគំរូល្បែងសិក្សាអប់រំបរិយាបន្ន នាយកដ្ឋានអប់រំពិសេស បោះពុម្ពឆ្នាំ២០១៩ គាំទ្រដោយអង្គការ សង្គ្រោះនិងអភិវឌ្ឍន៍ (CRS)

៦. ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ៖ សៀវភៅចិត្តចលភាព របស់ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា នាយកដ្ឋានអប់រំកុមារតូច បោះពុម្ពឆ្នាំ១៩៩៩

៧. ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ៖ សៀវភៅកម្មវិធីសិក្សាលម្អិតសម្រាប់មត្តេយ្យសិក្សារដ្ឋ ឆ្នាំ២០១៨

៨. ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ៖ សៀវភៅកម្រងអត្ថបទល្បែងចលនាម្រាមដៃសម្រាប់កុមារាកុមារី

៩. ការចិញ្ចឹមបីបាច់កុមារតូច (សៀវភៅមេរៀនបណ្តុះបណ្តាលសម្រាប់គ្រូសម្របសម្រួលថ្នាក់ជាតិ ខេត្ត/ស្រុក ឃុំ និងអ្នកអប់រំនៅសហគមន៍ ឆ្នាំ២០២២)

១០. Nurturing Early learning A curriculum of kindergartens in Singapore. Ministry of EducationRepublic of Singapore.20 2013

១១. Website :

- Gross Motor Skill Stallings,Loretta M.(1973).
- Motor Skills: Development and Learning .Boston:WCB/McGraw-Hill.ISBN 0-697-07263-0
- WWW.health of children.com.
- Yerkes,Robert M,Dodson,John D (១៩០៨)«ទំនាក់ទំនងនៃកម្លាំងនៃការរំញោចទៅនឹងការបង្កើតទម្លាប់-រហ័ស»
- ទិនានុប្បវត្តិនៃសរសៃប្រសាទនិងចិត្តវិទ្យាប្រៀបធៀប
- ការយល់ដឹងអំពីចិត្តចលភាពចំពោះកុមារដែលមានស្វ័យភាព ADHAM,Autism, និងការពិការភាពនៃការរៀនសូត្រផ្សេងទៀត៖ការណែនាំក្នុងការកែសម្រួលការសម្របសម្រួល (KP Essentials Series)(KP Essentials).Jessica Kingsley Pub.ISBN ៩៧៨-១-៨៤៣១០-៨៦៥-៨

- Adams J.A.«ទ្រឹស្តីបិទជិតនៃការរៀនពីចលនា»J Mot Behav.៣(២):១១១-៤៩
- ការគ្រប់គ្រងចលនានិងការរៀនសូត្រៈការសង្កត់ធ្ងន់លើអាកប្បកិរិយា។ Champaign,IL:Human Kineties.ISBN 0-៨៨០១១-៤៨៤-៣
- Carlson,Neil(២០១៣)សរីរវិទ្យានៃឥរិយាបថ Boston:Pearson
- Schott,G.(១៩៩៣)«Penfield's homunculus:a note on cerebral cartography» ទិន្នានុប្បវត្តិផ្នែកសរសៃប្រសាទ,សរសៃប្រសាទ,និងចិត្តសាស្ត្រ
- ភាពស្រដៀងគ្នាស្រងាត់ខាងផ្លូវភេទជម្មតានៅក្នុងgangliaរបស់មនុស្ស»ផែនទីខួរក្បាលរបស់មនុស្ស.៣៣(៥):១២៤៦-១២៥២.doi:១០.១០០២/hbm.២១២៨៣
- Sparrow,W.A.(ថ្ងៃទី១ ខែកក្កដា ឆ្នាំ១៩៨៣) «ប្រសិទ្ធភាពនៃការអនុវត្តជំនាញ»
- ទិនានុប្បវត្តិនៃឥរិយាបថចលនា១៥(៣)៖២៣៧-២៤.២៦១
- PMID ១៥១៥១៨៧២
- Guthrie,E.R.(១៩៥៧)។ Harper et Brothers ,New York(ed) «ចិត្តវិទ្យានៃការរៀនសូត្រ»
- ចិត្តវិទ្យាអភិវឌ្ឍន៍(Physical of Early childhood) (Early childhood Physical Deverlopment : Gross and Fine Motor

ឧបត្ថម្ភការបោះពុម្ព

PLAN INTERNATIONAL