

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

ใบงาน เรื่อง การเคลื่อนไหวเบื้องต้นกิจกรรมเข้าจังหวะ

คำชี้แจง : ให้นักเรียนแยกประเภทของ “ลักษณะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นในกิจกรรมเข้าจังหวะ”

ที่กำหนดให้ ว่าเป็นการเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่หรือการเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่



เดิน	เหยียดขา	เขย่ง	บิดลำตัว
นั่งลง	หมุนแขน	กระโดด	ควมม้า
ตบมือ	วิ่งไถ่	สละบมือ	ลุกขึ้น
สั่นไหล่	ก้มเงย	กระหีบเท้า	วิ่งสลับเท้า
วิ่ง	ยกแขนขึ้น	การสั่น	โยกตัว



การเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่
(Non Locomotor Movement)

[illegible]

การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่
(Locomotor Movement)

[illegible]