

กิจกรรมสุขภาพดีด้วยการออกกำลังกาย

นักเรียนสังเกตภาพการเคลื่อนไหวพื้นฐานในรูปแบบต่างๆ แล้วนำคำที่กำหนดให้เติมลงในใต้ภาพให้ถูกต้อง

การกระโดด

การโยนลูกเปตอง

การก้ม

การยกน้ำหนัก

การตบลูก
วอลเลย์บอล

การวิ่ง

การเตะลูกบอล

การบิดเอว



BEND



ให้นักเรียนสังเกตภาพการเคลื่อนไหวพื้นฐานจากด้านบนในรูปแบบต่างๆ แล้วนำคำที่กำหนดให้เติมลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

การกระโดด

การโยนลูกเปตอง

การก้ม

การยกน้ำหนัก

การตบลูก
วอลเลย์บอล

การวิ่ง

การเตะลูกบอล

การบิดเอว

แบบอยู่กับที่

แบบเคลื่อนที่

แบบประกอบอุปกรณ์
และแบบอยู่กับที่

แบบประกอบอุปกรณ์
และแบบเคลื่อนที่