

# สารบัญ

## บทที่ ๑ กิจกรรม BODY กรอง กัน แก่ การรับรู้ การเรียนรู้ บกพร่องได้อย่างไร

- |                                                                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ❖ BODY (บอดี) คือ อะไร                                                                                                | ๒๘ |
| ❖ แนวคิด                                                                                                              | ๒๙ |
| ❖ หลักการคิด                                                                                                          | ๓๑ |
| ❖ สำหรับเด็กที่รับรู้ เรียนรู้ดีและมีไอคิวฉลาด<br>หากไม่ได้รับการฝึกทำบอดีที่เหมาะสมตามวัย<br>ผลที่ออกมาจะเป็นอย่างไร | ๓๓ |
| ❖ คุณสมบัติของผู้ฝึก                                                                                                  | ๓๔ |
| ❖ การแปลผลว่า พฤติกรรมการเรียนรู้<br>ไม่เหมาะสมเป็นอย่างไร                                                            | ๓๖ |
| ❖ ใช้กิจกรรมบอดี กรอง กัน แก่ พฤติกรรมเสี่ยง<br>บกพร่องการเรียนรู้เป็นอย่างไร                                         | ๓๘ |
| ❖ บอดี ใช้ กรอง กัน แก่ พฤติกรรมเสี่ยง<br>บกพร่องเรียนรู้ หมายความว่าอย่างไร                                          | ๔๑ |
| ❖ วัตถุประสงค์การใช้กิจกรรมบอดี                                                                                       | ๔๒ |
| ❖ ความพร้อมของพฤติกรรมการเรียนรู้<br>ในการทำบอดีที่เหมาะสมควรเป็นอย่างไร                                              | ๔๓ |
| ❖ ทำไมความพร้อมของพฤติกรรมการเรียนรู้<br>กิจกรรมบอดีมีความสำคัญต่อการเรียนรู้<br>ด้านอื่น ๆ                           | ๔๔ |

- ❀ ความไม่พร้อมของพฤติกรรมการเรียนรู้กับ  
กิจกรรมบอดีมีความสำคัญต่อการเรียนรู้  
ด้านอื่น ๆ อย่างไร ๔๕
- ❀ เด็กไม่ร่วมมือ/ปฏิเสธ ควรทำอย่างไร ๔๗
- ❀ การจัดการให้เด็กยอม หมายความว่าอย่างไร  
ใช้ตอนไหน ๔๘
- การจัดการให้เด็กยอมมีวิธีการทำอย่างไร ๔๘
- ❀ กิจกรรมบอดีเสริมสร้างพัฒนาการเรียนรู้  
อะไรบ้าง ๔๙
- ❀ พัฒนาการเรียนรู้มีผลต่อทักษะการทำกิจกรรม  
การดำเนินชีวิตอย่างไร ๕๑
- ❀ ทำไมต้องเป็นกิจกรรมบอดี กิจกรรมอื่นได้ไหม ๕๒
- ❀ ทำไมบอดีถึงมีความสำคัญ ๕๓
- ❀ ตอบข้อคำถามที่ถูกลืมเสมอ ๆ
  - > เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดู ที่ไม่ได้ให้  
การเรียนรู้ การฝึกฝนทำกิจกรรมบอดี  
จะเป็นอย่างไร ๕๔
  - >> การฝึกบอดีจะทำอย่างไร ๕๕
  - >>> แบ่งระดับความสามารถของการเรียนรู้  
ได้อย่างไร ๕๖
  - >>>> บอดีจะช่วย กรอง กัน แก้ไขปัญหา  
เด็กพิเศษทุกกลุ่มได้อย่างไร ๕๗

|   |                                                                                                                     |    |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ❀ | การบำบัดต่อเนื่องแล้ว แต่ยังคงมีปัญหา<br>พฤติกรรมต่าง ๆ ปัญหาการอยู่ร่วมกับสังคม<br>จะช่วยเหลืออย่างไร จะฝึกอย่างไร | ๖๑ |
| ❀ | ข้อควรคิด                                                                                                           | ๖๖ |
| ❀ | ข้อควรปฏิบัติ                                                                                                       | ๖๘ |

## บทที่ ๒ วิธีการทำ BODY

|   |                                                         |    |
|---|---------------------------------------------------------|----|
| ❀ | วิธีการทำบอดี้แบ่งตามลักษณะท่าทาง                       | ๗๒ |
| ❀ | ๑. บอดี้ท่านอนหงาย                                      | ๗๒ |
| ❀ | ๒. ท่าการทำบอดี้มีหลากหลายตาม<br>การเคลื่อนไหวของอวัยวะ | ๗๒ |
| ❀ | ๓. การเลือกท่า                                          | ๙๓ |
| ❀ | ๔. ข้อควรระวังของการฝึกทำบอดี้                          | ๙๖ |
| ❀ | ๕. เวลาการทำบอดีนานแค่ไหน                               | ๙๘ |

## บทที่ ๓ กิจกรรม BODY ชั้นกลาง

|   |                                                                                  |     |
|---|----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ❀ | ความรู้จัก ความเข้าใจกับบอดี้ชั้นกลาง คือ อะไร<br>ต่างจากบอดี้ชั้นพื้นฐานอย่างไร | ๑๐๒ |
| ❀ | บอดี้ชั้นกลาง หมายถึง อะไร                                                       | ๑๐๓ |

- ❀ บอดี้ฝึกบังคับ ควบคุมการใช้งานของอวัยวะและร่างกายด้วยสื่อ หมายถึง อะไร ๑๐๔
- ❀ เป้าหมายของการฝึกบอดี้ขั้นกลางกับการใช้สื่อ ๑๐๔
- ❀ ความสามารถในการทำกิจกรรมตามวิธีการของสื่อสำเร็จ หมายถึงว่า อย่างไร ๑๐๕
- ❀ บอดี้ฝึกบังคับควบคุมการใช้งานของอวัยวะและร่างกายด้วยสื่อจะเริ่มฝึกได้เมื่อไหร่ ๑๐๖
- ❀ มีเหตุผลอะไรในการเลือกใช้นวัตกรรมสื่อ ๑๐๗
- ❀ นวัตกรรมสื่อดังกล่าวมีอะไรบ้าง ๑๐๗

## บทที่ ๔ กิจกรรม BODY ขั้นสูง

- ❀ บอดี้ขั้นสูง คือ อะไร ๑๑๒

บทที่ ๕ โครงการนำร่องจัดกิจกรรมบอดี้  
กรอง กัน แก่ พฤติกรรมเสี่ยง  
เด็กพิเศษ ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก  
และเด็กอนุบาลในพื้นที่  
อำเภอเมืองแพร่ ปี พ.ศ.๒๕๖๕

- ❖ พฤติกรรมเสี่ยงเด็กพิเศษในศูนย์พัฒนา  
เด็กเล็กและเด็กอนุบาลในพื้นที่  
อำเภอเมืองแพร่ ปี พ.ศ.๒๕๖๕ ๑๑๖

บทที่ ๖ เรื่องที่น่าสนใจ

- ❖ วิธีการทำบอดี้แบ่งตามลักษณะท่าทาง  
จากผลการดำเนินงานกิจกรรมออกหน่วยขยายผล  
โครงการนำร่องฯ เพื่อบริการจัดกิจกรรมบอดี้  
กรอง กัน แก่ พฤติกรรมเสี่ยงเด็กพิเศษ  
ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และเด็กอนุบาล  
สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในจังหวัดแพร่  
ปี พ.ศ.๒๕๖๕-๒๕๖๖ ๑๒๔
- ❖ บอดี้นอน /บอดี้ยืน /บอดี้เดินฐานเสริมสร้างทักษะ  
การรับรู้พื้นฐานการฟัง การมองเห็นการกระทำ  
ที่สัมพันธ์กับการพูดสื่อสารภายใต้ความคิด  
ความเข้าใจ รู้ข้อมูลตามวัยกับสื่อบอดี้ใช้งาน ๑๒๘

- ❀ ผลสรุปตัวเลขที่น่าเป็นห่วง ๑๓๐
- คือ อนาคตของเยาวชนและประเทศไทย
- ❀ จากการติดตามกลุ่มที่แนะนำให้เข้ารับการตรวจ ๑๓๒

## บทที่ ๗ เสียงจากผู้ปกครอง

- ❀ ตัวแทนเสียงจากผู้ปกครอง ๑๓๕
- ❀ สแกนคิวอาร์โค้ดเพื่อฟังบทเพลงหลงทาง ๑๕๓
- เสียงจากผู้ปกครอง

## บทที่ ๘ สแกนคิวอาร์โค้ด เพื่อดูคลิปวิดีโอ ท่าฝึก

- >>> BODY ๑๐ ท่าพื้นฐาน ๑๕๖
- >>> BODY เปลี่ยนท่านั่งเป็นยืน ๑๖๐
- >>> BODY ท่ายืน ๑๐ ท่า แบ่งเป็น ๓ ชุด ๑๖๔
- >>> BODY ท่านั่ง ๑๖๘
- >>> BODY เคลื่อนย้ายฐานร่ายท่า ๑๗๒
- >>> BODY Movement and Body Control ๑๗๗
- ฝึกการควบคุมตนเอง
- >>> BODY บทเรียนรู้พิเศษ ๑๗๘

## ประวัตินักเขียน ๑๘๐