

3 องค์ประกอบดีๆ

สู่การเป็น Active School

อยากเป็นโรงเรียนที่ระดับกระแง (Active School)
ควรจัดสรรพื้นที่เวลาและอุปกรณ์ต่างๆ
ตามนี้เลยค่า

1 จัดสรร พื้นที่ ที่มีอยู่ให้เอื้อต่อการเล่น



1 ระดมความคิด

ระดมครูและทีมผู้บริหารสำรวจและมองหาว่ามีพื้นที่ไหนในโรงเรียนที่ให้เด็กวิ่งเล่นได้บ้าง ไม่จำเป็นต้องสร้างโรงยิมหรือสนามฟุตบอลใหม่เสมอไป มีตัวอย่างจากโรงเรียนในอังกฤษที่ปรับพื้นที่ระเบียงทางเดินให้เด็กกระโดดยาง หรือเดินจูล่าจูปได้

	1	2	3	ACTIVE TIME	6	7	8	9	10
จ									
อ									
พ									
พฤ									
ศ									

2 จัดตารางเรียนที่เอื้อต่อการเคลื่อนที่

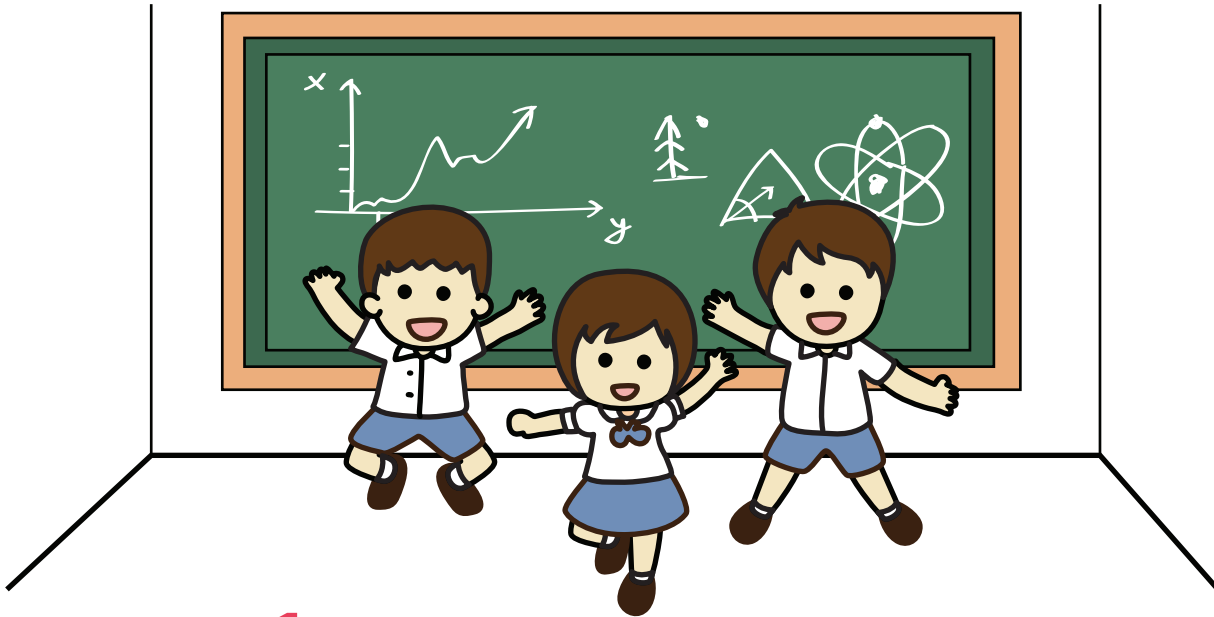
เช่น จัดช่วงเวลาพักเบรกหรือจัดตารางเรียนให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย แต่ทั้งนี้ควรเพื่อเวลาให้เด็กเดินโดยไม่รับแรงมากเกินไป

3 ปรับเปลี่ยนชั้นเรียนใหม่

ออกแบบชั้นเรียนให้เคลื่อนย้ายโต๊ะเก้าอี้ได้ง่ายขึ้น พยายามมองหาไอเดียใหม่ๆ อย่าห้ามเด็กว่า "ทำไม่ได้" เด็ดขาด

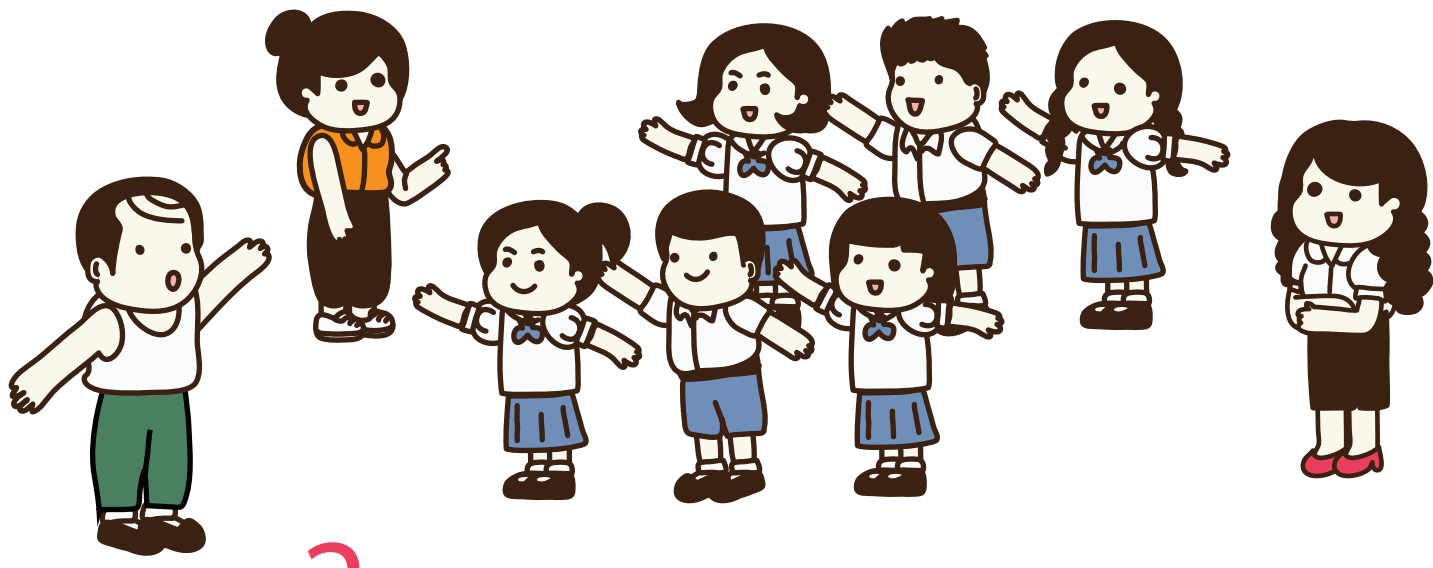


2 จัดสรร เวลา ให้เด็กมีโอกาสนเล่น



1 แทรกการเล่นในชั้นเรียน

ลองดูว่ามีกิจกรรมอะไรที่คุณครูสามารถแทรกเข้าไปในบทเรียนได้ โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน เช่น แทรกเพลงวิทยาศาสตร์ให้เด็กได้เต้นรำ เด็กจะจดจำเนื้อหาผ่านบทเพลงได้ง่ายขึ้น แถมยังได้ขยับตัวกระตุ้นสมองด้วย



2 หาเครือข่ายผู้ปกครองมาช่วย

อาจจัดชั่วโมงพิเศษทุกวันศุกร์เย็น สำหรับให้ผู้ปกครองที่เต็มใจเป็นอาสาสมัครมาช่วยจัดคลาสออกกำลังกายสำหรับเด็กในโรงเรียน

3 จัดหา อุปกรณ์ เพื่อส่งเสริมการเล่นของเด็ก



1 หากิจกรรมที่ไม่ต้องพึ่งอุปกรณ์

กิจกรรมพื้นฐานหลายอย่าง สามารถทำได้โดยไม่ต้องมีอุปกรณ์ เช่น การกระโดดสูง วิ่งเล่น เต้นรำ ทางโรงเรียนสามารถหาไอเดียใหม่ๆ เพิ่มเติมได้ในวิดีโอสอนออนไลน์หรือยูทูบ

2 ขอความร่วมมือจากหน่วยงานในชุมชน

วัด สำนักงานเขต หรือองค์การในพื้นที่ อาจช่วยเอื้อเพื่อให้ยืมอุปกรณ์ได้ เช่น ลูกฟุตบอล ไม้ตีแบดมินตัน หรือกรวยไว้ทำสิ่งกีดขวางเวลาวิ่ง