

ตัวอย่างกิจกรรม SI ง่ายๆที่เด็กอายุ 4-5 ปีควรทำได้

คลินิกพัฒนาการเด็ก สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนา
เด็กและครอบครัว

ความทนทานกล้ามเนื้อ (ปัญหาที่พบ - เด็กชอบนอนเลื้อย,ไม่สามารถนั่งท่าเดิมได้นาน)

- นอนหงาย
- Sit up
- นอนคว่ำ
- ทำท่าเรือ (ยกขาและหัวขึ้น)
- ทำไถนา
- ปีนเชือก โหนบาร์



การประสานสัมพันธ์ซ้ายขวา (bilateral coordination)

- กระโดดตบมือ
- ตีตบแปะ (เพิ่มความซับซ้อนขึ้น เช่น ตบมือ 2-3-4 ที/ตบสลับข้างไปมา)
- กระโดดขา กาง หุบ กาง
- กระโดดขา สลับใจไว้หน้าหลัง
- แตะสลับ (มือขวาแตะน้องซ้าย มือซ้ายแตะน้องขวา ทำสลับไปมา 10-20 ที)



กิจกรรมลูกบอล - (motor planning, visual motor, visual spatial, gross motor, modulation)

- รับส่งบอล
- รับบอลที่กระดอนจากพื้น
- เลี้ยงบอล (แต่งกับพื้น)
- โยนบอลลงตะกร้า / กระยะแล้วโยนบอลลงตะกร้า (ขยับตะกร้าหนีไปมา)
- เตะบอล / เตะบอลเข้าโก
- ใช้เท้าหนีบอลแล้วกระโดด

