



บาร์โต๊ะ



# บาร์โตะ

บาร์โตะเป็นของเล่นที่จำลองมาจากบาร์ห้อยโหน หรือวัดบาร์ หรือบาร์คู้ ซึ่งเป็นอุปกรณ์ที่ใช้สำหรับการออกกำลังกาย

## ทำจาก

กิ่งไม้เหี่ยวๆ กิ่งไม้รวก ฯลฯ ฐานทำด้วยไม้เนื้อแข็ง ไม้สัก ไม้ประดู่ ฯลฯ

## วิธีทำ

1. เลือกกิ่งไม้ไฟสำหรับทำเสา 2 เสา (ตรงตามกิ่งเล็กๆ แตกอีก 3 กิ่ง) แล้วเจาะรูได้ตา 1 รู
2. เหลาไม้ไฟทำแกนเสียบระหว่างตัวคนกับเสา
3. ตัดไม้ทำเป็นตัวคน
4. ตัดฐานทำเป็นรูปสี่เหลี่ยม แล้วนำไปประกอเข้ากับเสา
5. ตัดไม้ทำเป็นตัวคน
6. ตัวฐานทำเป็นรูปสี่เหลี่ยม แล้วนำไปประกอเข้ากับเสา
7. ตัดไม้อีก 2 กิ่งยาว 1-2 นิ้ว เพื่อเสียบปากกาหรือดินสอด (ประยุกต์ให้เป็นอุปกรณ์สำนักงาน สำหรับเสียบปากกาหรือดินสอดได้ด้วย)

## วิธีเล่น

หมุนมือตรงแกนไม้ไป-มา คนจะห้อยโหนขึ้น-ลง



## คุณค่า

1. มิติด้านการส่งเสริมพัฒนาการร่างกาย เป็นของเล่นที่ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อเล็กเพราะเป็นของเล่นที่เด็กต้องหมุนทำให้ได้ออกกำลังนิ้ว และข้อมือ ส่งเสริมให้กล้ามเนื้อนิ้ว มือ แข็งแรง

2. มิติด้านการส่งเสริมพัฒนาการทางสังคม เป็นการฝึกซ้อมการดำเนินชีวิตในวัยผู้ใหญ่ เด็กได้เล่นของเล่นที่เลียนแบบการออกกำลังกายของผู้ใหญ่ ทำให้เด็กเรียนรู้ว่าจะต้องหมั่นออกกำลังกายเพื่อที่จะมีร่างกายที่แข็งแรงเติบโตเหมือนผู้ใหญ่ได้

\*\*\*\*\*

