អង្គការរ៉ឺម៉កកង់បី
សម្រាប់កុមារ R4C

**សកម្មភាព** ៖ **ល្បែង វិទ្យុទំនាក់ទំនង**
**វិទ្យាសាស្ត្រ (ការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ)**៖ការស្វែងយល់ពីអ្វីមួយដោយការសង្កេត
៖អំពីរាងកាយផ្ទាល់ខ្លួន

**គោលបំណង** ៖
**វិទ្យាសាស្ត្រ** ៖ ពិសោធន៍ និងស្វែងយល់ដោយប្រើសម្ភារផ្សេងៗ ក្នុងការលេងដូចជាលិច អណ្តែត ជ្រាបទឹក និងមិនជ្រាបទឹក វត្ថុរលាយ និងមិនរលាយ ការលាយពណ៌ បណ្តុះគ្រាប់ធញ្ញជាតិ ខ្យល់ជាដើម។
៖ បង្ហាញពីមុខងាររបស់រាងកាយមនុស្ស ដូចជាភ្នែកសម្រាប់មើល ត្រចៀកសម្រាប់ស្តាប់ មាត់សម្រាប់និយាយ និងញ៉ាំបាយ ច្រមុះសម្រាប់ហិតក្លិន ដៃសម្រាប់ធ្វើការងា ជើងសម្រាប់ដើរ និងមុខងារផ្នែកផ្សេងទៀត។

**រយៈពេល** ៖ ៣០ នាទី

**ឧបករណ៍** ៖ កែវជ័រ ឬកំប៉ុងទឹកដោះគោ ខ្សែអំបោះរឹង ដែកគោល និងញញួរ

**កម្រិតសិក្សា** ៖ ទាប មធ្យម និងខ្ពស់

**ការរៀបចំ** ៖ រៀបចំធ្វើវាមួយឈុតសម្រាប់ធ្វើការបង្ហាញដល់ក្មេងៗចោះរុន្ធនៅបាតកែវ ប៉ុនល្មមជាមួយនឹងខ្សែទើបមានភាពតឹងកាន់តែល្អ។

**សេចក្តីណែនាំ**៖

1. ពន្យល់ថានៅពេលដែលពួកយើងនិយាយដោយសម្លេងរបស់យើង ធ្វើឱ្យចលនាតូចៗនៅលើអាកាសដែលយើងហៅថារំញ័រ ឬរលកសម្លេង។ ត្រចៀករបស់យើងមានសសៃតូចៗនៅខាងក្នុងដែលធ្វើឱ្យវាផ្លាស់ប្តូរកន្លែងនៅពេលដែលរំញ័រទាំងនេះប៉ះទង្គិចគ្នា ហើយខួរក្បាលរបស់យើងបន្តបកប្រែទៅជាពាក្យ ឬសម្លេង។ វាប្រៀបដូចជាមន្តអាគមអញ្ចឹងដែរ។

2. បង្ហាញក្មេងៗពីវិទ្យុទំនាក់ទំនងដែលបានត្រៀមទុកទាំងនោះ។
3. ប្រាប់ក្មេងៗពីការប្រើប្រាស់កំប៉ុង និងខ្សែទាំងនោះបែបណាទៅដើម្បីឱ្យមានរំញ័រ និងរលកសម្លេង។
   ដូចជា កំប៉ុងប្រៀបដូចជាត្រចៀក រីឯខ្សែគឺប្រៀបដូចជាសសៃតូចៗដែលធ្វើឱ្យមានរំញ័រ និងរលកសម្លេង។ នៅពេលដែលនិយាយនៅក្នុងកំប៉ុង និងទាញខ្សែឱ្យតឹង ធ្វើឱ្យសម្លេងទៅតាមខ្សែបង្កើតបានជារំញ័រ និងរលកសម្លេងឱ្យអ្នកម្ខាងទៀតស្តាប់ឮ។
4. បែងចែកក្មេងៗជាគូរ២នាក់។
5. ចែក១ក្រុម កំប៉ុង២ និងខ្សែដែលមានប្រវែងល្មមក្នុងការធ្វើវា។
6. បង្ហាញក្មេងៗពីរបៀបធ្វើវាតាមជំហាននីមួយៗ និងចាំក្មេងៗធ្វើរួចរាល់ មុននឹងបន្តទៅជំហានបន្ទាប់ទៀត។
   - ❖ វិទ្យុទំនាក់ទំនងនីមួយៗ គឺត្រូវមានកំប៉ុងដែលសម្អាតស្អាតចំនួន២ ខ្សែល្មមនឹងធ្វើបានគ្រប់គ្រាន់។
   - ❖ ប្រើពូថៅ និងដែកគោល សម្រាប់ចោះធ្វើជារន្ធសម្រាប់ដាក់ខ្សែ និងសម្ភារសម្រាប់ខ្វាស់ខ្សែ។ (ពេលធ្វើរន្ធនោះ កុំចោះវាធំពេក គឺត្រូវតូចល្មមបានហើយ ព្រោះដើម្បីឱ្យជិត និងឮសម្លេងបានច្បាស់ល្អ។)
   - ❖ បន្ទាប់ដោតខ្សែទៅក្នុងរន្ធកំប៉ុងដែលបានចោះរួចចងវាពីខាងក្នុង ឱ្យមាំទាំងសងខាង។
   - ❖ ឱ្យក្មេងតាមក្រុមនីមួយៗសាកល្បងនិយាយគ្នាលមើល (បម្រាម៖ ហាមក្មេងស្រែកខ្លាំងនៅក្នុងវិទ្យុទំនាក់ទំនងឱ្យសោះ ព្រោះធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ត្រចៀកក្មេងម្នាក់ទៀត)។
   - ❖ ពេលនិយាយសាកល្បង ត្រូវទាញវាឱ្យរាងតឹងបន្តិច ព្រោះកាន់តែតឹង កាន់តែមានរលកសម្លេងបានច្បាស់ល្អ។
7. នៅពេលដែលពួកគេធ្វើរួចហើយ បង្ហាញរបៀបធ្វើឱ្យបានច្បាស់ម្តងទៀត។
8. អនុញ្ញាតឱ្យក្មេងៗលេងសាកល្បងជាមួយវិទ្យុទំនាក់ទំនងនោះ។