ขี่ม้าก้านกล้วย (การละเล่นพื้นบ้าน)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อ ทำให้เด็กมีจินตนาการ และ กล้าแสดงออก
2. ส่งเสริม การออกกำลังกายอย่างดี
3. เพื่อ รักษาประเพณีพื้นบ้านของไทย

รายละเอียด

ปัจจุบันการละเล่นขี่ม้าก้านกล้วยไม่ค่อยได้เห็นกันทั่วไปเท่าไหร่นัก การละเล่นขี่ม้าก้านกล้วยค่อย ๆ เลือนหายไปตามกาลเวลา เนื่องจากสภาพทางสังคมและยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงไปจากแต่ก่อน ความทันสมัยทางเทคโนโลยีต่าง ๆ ได้เข้ามาแทนที่ทำให้เด็ก ๆ ในปัจจุบันสนใจมากกว่าการละเล่นพื้นบ้านในสมัยโบราณ นอกจากนี้เด็ก ๆ ในสมัยนี้อาจไม่เคยได้เห็น หรือรู้จักการละเล่นพื้นบ้านของไทย เช่น ขี่ม้าก้านกล้วยเลย เพื่อไม่ให้การละเล่นขี่ม้าก้านกล้วยหายไปจากการละเล่นของไทย เราควรรักษาและสนับสนุนการละเล่นของไทยมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้การละเล่นขี่ม้าก้านกล้วยยังแสดงถึงการรักษาประเพณีพื้นบ้านของไทยไว้อีกด้วย

ในอดีตม้าก้านกล้วยเป็นของเล่นพื้นบ้านที่เด็กๆ ในสมัยก่อนนิยมเล่นกันโดยทั่วไป โดยเด็กจะใช้ก้านกล้วยมาทำเป็นหัว หู หาง และตัว ของม้า แล้วสมมติว่าเป็นคนขี่ม้าพาวิ่ง เสมือนคนขี่ม้า ม้าก้านกล้วยบางทีเรียกว่า ม้ากล้วย ซึ่งผู้ใหญ่ในสมัยนั้นได้คิดทำให้ลูกหลานวิ่งเล่นเพื่อความสนุกเพลิดเพลิน นับเป็นการออกกำลังกายเพื่อทำให้สุขภาพแข็งแรง รวมทั้งการทำเล่นก็ง่ายสะดวก ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ เพราะต้นกล้วยปลูกกันแทบทุกครัวเรือนและหาได้ง่ายในหมู่บ้าน

การละเล่นขี่ม้าก้านกล้วยเป็นการละเล่นที่มีมาแต่โบราณ เพื่อไม่ให้หายไปจากสังคมและประเพณีไทยควรมีการรักษาการละเล่นนี้ไว้ เป็นภูมิปัญญาทางการละเล่นพื้ นบ้าน ทางคณะกรรมการหมู่บ้าน เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องในส่วนของอำเภอ ตำบล และโรงเรียน สามารถนำการละเล่นขี่ม้าก้านกล้วยไปแสดงในงานประเพณีหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้น เช่น งานวัด งานวันสงกรานต์ งานวันลอยกระทง เป็นต้น เพื่อให้เด็ก ๆ และคนรุ่นหลังได้สัมผัสถึงการละเล่นพื้นบ้านขี่ม้าก้านกล้วยมากขึ้น ส่งผลให้การละเล่นขี่ม้าก้านกล้วยเป็นที่รู้จัก ยังคงอยู่ และสืบทอดกันเป็นรุ่นต่อ ๆ ไป

เดินกะลา (ชาวไทยพวนเรียก เดินกะโป้ว) (การละเล่นพื้นบ้าน)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน
2. เสริมสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ
3. เพื่อ ฝึกการทรงตัวและพัฒนาความแข็งแรงของร่างกาย

รายละเอียด

การเล่นเดินกะลา เด็กรุ่นก่อนๆ จะชอบเล่นเดินกะลามาก เพราะกะลาหาง่าย มีอยู่ทั่วไป การเดินบนกะลานั้น ผู้ที่เริ่มฝึกจะรู้สึกเจ็บฝ่าเท้า เพราะความโค้งมนและความแข็งของกะลา แต่ถ้าได้ฝึกบ่อยๆ อาการเจ็บก็จะหายไป ทำให้กล้ามเนื้อบริเวณเท้าแข็งแรงขึ้นและยังเป็นการนวดฝ่าเท้าไปในตัวด้วย นอกจากนี้ผู้เล่นจะฝึกในเรื่องของการทรงตัว ซึ่งจะทำให้เรียนรู้เรื่องของความสมดุล หรือ Balance ไปในตัวอีกด้วย คนที่รักษาสมดุลของร่างได้ดีก็จะทรงตัวได้ดีและมักจะถึงเส้นชัยก่อน นอกจากนี้ถ้าเล่นเดินจนเบื่อแล้วก็ยังสามารถเอามาเล่นเป็นโทรศัพท์พูดแล้วได้ยินเสียงกันได้เรียนรู้เรื่องของเสียงได้อีกด้วย

อุปกรณ์การเล่น

- กะลามะพร้าวคนละ 2 อัน
- เชือกยาวประมาณ 1 เมตร

วิธีทำ

นำกะลาที่ล้างสะอาดเจาะรูตรงกลางสำหรับร้อยเชือก แล้วร้อยเชือกผูกปมให้แน่นหนากันหลุดเวลาเดิน

กติกาการเล่น

ในการแข่งขันผู้ใดเดินกะลาได้เร็วและไม่ล้มจะเป็นผู้ชนะ หากเป็นการเล่นคนเดียวเด็กจะใช้จินตนาการในการเล่นของตน เช่น สมมุติว่าเป็นการขี่ม้าหรือเดินรองเท้าส้นสูง เป็นต้น

วิธีการเล่น

ให้ขีดเส้นชัย โดยห่างจากเส้นเริ่มต้น 3 เมตรหรือ 5 เมตรหรือตามแต่จะตกลงกัน ผู้เล่นจะต้องขึ้นไปยืนบนกะลาที่คว่ำลงทั้งสองซีก ใช้นิ้วหัวแม่เท้ากับนิ้วชี้คีบหนีบเชือกไว้ มือจับเชือกดึงให้ถนัด เริ่มเล่นโดยการให้ทุกคนเดินจากเส้นเริ่มต้นแข่งขันกัน ใครที่ถึงเส้นชัยก่อนก็ชนะ หรือถ้าไม่เล่นแบบแข่งขันกัน ก็ใช้เล่นเดินในสวน หรือที่สนามก็ ใช้ออกกำลังกาย ก็เป็นการเล่นที่สนุกอีกแบบนึง