

เอกสารประกอบการเรียนการสอน

รายวิชานาฏศิลป์ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

เรื่อง แบบฝึกทักษะการปฏิบัตินาฏยศัพท์ส่วนมือและแขน

ประกอบด้วย



วง



จีบ

จัดทำโดย

คุณครูเบญจมาภรณ์ พุ่มไสว

ครูผู้สอนกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ รายวิชานาฏศิลป์

โรงเรียนสตรีภูเก็ต

เอกสารประกอบการเรียนการสอน
เรื่อง การฝึกทักษะการปฏิบัตินาฏยศัพท์ส่วนมือและแขน

คำชี้แจง ให้ประธานกลุ่มอ่านคำสั่งเพื่อให้สมาชิกในกลุ่มปฏิบัติตามขั้นตอน ดังนี้

1. ประธานกลุ่มคัดเลือกสมาชิกออกเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้
กลุ่มตัวพระ เลือจากคนที่มืไบหน้ารูปไข่หรือรูปร่างสูงโปร่ง



กลุ่มตัวนาง เลือจากคนที่มืไบหน้ากลมรูปปร่างสมส่วนไม่สูงใหญ่



2. ให้สมาชิกร่วมกันศึกษาขั้นตอนการฝึกปฏิบัตินาฏยศัพท์ส่วนมือและแขน
3. วางแผนการฝึกปฏิบัติไปตามลำดับขั้นตอน
4. นักเรียนประเมินผลการปฏิบัตินาฏยศัพท์ของตนเองและสรุปผลการประเมินลงในแบบบันทึก
5. สมาชิกในกลุ่มแลกเปลี่ยนกันให้เพื่อนประเมินผลการปฏิบัตินาฏยศัพท์ แล้วสรุปผลการประเมินลงในแบบบันทึก
6. นำคะแนนที่ได้ไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์การประเมินว่าจะอยู่ในเกณฑ์ใด
(ดีมาก ดี พอใช้ หรือควรปรับปรุง)
7. นำแบบบันทึกการประเมินการฝึกปฏิบัติทักษะนาฏยศัพท์ส่งครูผู้สอน
8. ครูผู้สอนจะเป็นผู้ประเมินผลการปฏิบัตินาฏยศัพท์ของทุกกลุ่มอีกครั้ง

บัตรฝึกทักษะการปฏิบัติ
นาฏยศัพท์ที่ส่วนมือและแขน

วง



ภาพที่ 1 วง

ที่มา: เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วง

คือ ส่วนโค้งของลำแขน ประกอบด้วย การตั้งมือแบขึ้นทั้งสี่นิ้ว นิ้วหัวแม่มืองอเข้าหาฝ่ามือเล็กน้อย หักข้อมือเข้าหาละแขน และทอดแขนให้ได้โค้งที่สวยงาม ประกอบด้วย

วงบน ตัวพระ



ภาพที่ 2 วงบน ตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

การตั้งวงบน คือ การใช้ส่วน โคนของลำแขนที่อยู่ข้างศีรษะ โดยวงบนตัวพระปลายนิ้วจะอยู่ระดับแก้มศีรษะ (ตรงขมับ) และวงจะกว้างกว่าตัวนาง

วงบน ตัวนาง



ภาพที่ 3 วงบน ตัวนาง
ที่มา : เบลูจมากรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

การตั้งวงบน คือ การใช้ส่วนโค้งของลำแขนที่อยู่ข้างศีรษะ โดยวงบนของตัวนาง
ปลายนิ้วจะอยู่ระดับหางคิ้ว มีส่วนโค้งของลำแขนแคบกว่าตัวพระ

วงกลาง ตัวพระ



ภาพที่ 4 วงกลางตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการยกแขนที่ตั้งวงไปด้านข้างให้ปลายนิ้วสูงระดับไหล่

วงกลาง ตัวนาง



ภาพที่ 5 วงกลางตัวนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการยกแขนที่ตั้งวงไปด้านข้างให้ปลายนิ้วสูงระดับไหล่

วงล่าง ตัวพระ



ภาพที่ 6 วงล่างตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการตั้งวงระดับหัวเข่าชิด โดยทอดลำแขน โคนงด้านล่างกันศอกให้เป็นช่องว่างระหว่างแขนกับลำตัว

วงล่าง ตัวนาง



ภาพที่ 7 วงล่างตัวนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการตั้งวงระดับหัวเข่าชิด โดยทอดลำแขนโค้งลงด้านล่าง ไม่ต้องกั้นศอก

วงหน้า ตัวพระ



ภาพที่ 8 วงหน้าตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการยกแขนที่ตั้งวงไปด้านหน้า งอข้อศอก ปลายนิ้วของตัวพระอยู่ระดับข้างแก้ม

วงหน้า ตัวนาง

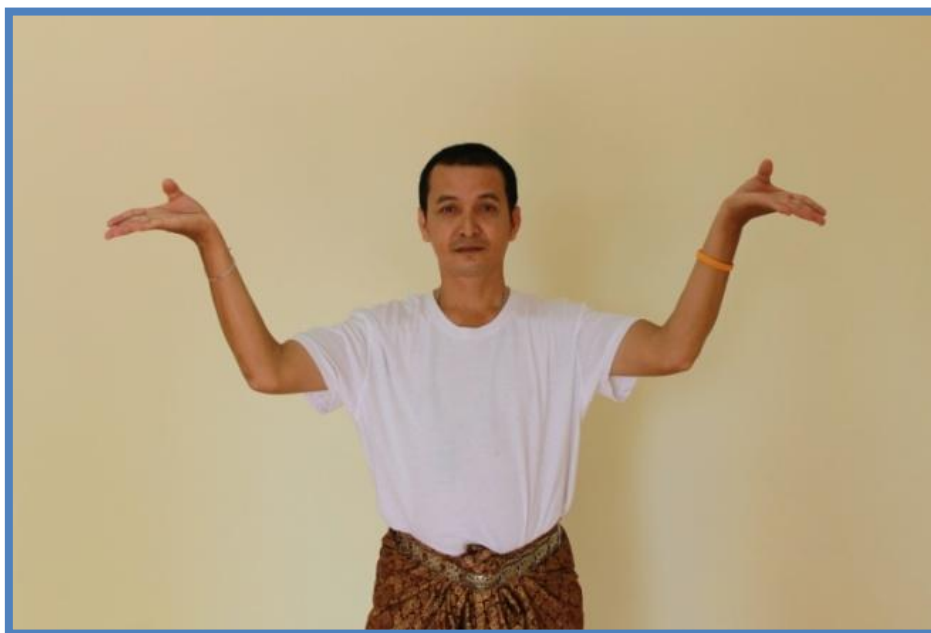


ภาพที่ 9 วงหน้าตัวนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการยกแขนที่ตั้งวงไปด้านหน้า งอข้อศอก ปลายนิ้วของตัวนางอยู่ระดับปาก

วงบัวบาน ตัวพระ



ภาพที่ 10 วงบัวบาน
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการตั้งวงโดยการหงายลำแขนพร้อมทั้งหักข้อศอก ในลักษณะตั้งฉาก หงายฝ่ามือและหักข้อมือลง แขนปลายมือออกไปด้านข้าง ให้วงอยู่ระดับแก้มศีรษะ

วงบัวบาน ต้วนาง



ภาพที่ 11 วงบัวบานต้วนาง
ที่มา : เเบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการตั้งวง โดยการหงายลำแขน พร้อมทั้งหักข้อศอก ในลักษณะตั้งฉาก
หงายฝ่ามือและหักข้อมือลง แขนงปลายมือ ออกไปด้านข้าง ให้วงอยู่ระดับแก้มศีรษะ

จิบ



ภาพที่ 12 จิบ
ที่มา : เบนจุมภรณ์ พุ่มไสว (2554)

จิบ

คือ ลักษณะการใช้นิ้วหัวแม่มือมาจรดข้อแรกของปลายนิ้วชี้ โดยนับจากปลายนิ้วลงมา นิ้วที่เหลือทั้งสามเหยียดตึง แล้วกรีดให้สวยงามในลักษณะคล้ายพัด ประกอบด้วย

จีบหงาย ตัวพระ



ภาพที่ 13 จีบหงายตัวพระ
ที่มา : เบนจุมภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการหงายมือจีบพร้อมหักข้อมือให้ปลายนิ้วที่จีบ ชี้ขึ้นด้านบน

จีบหงาย ต้วนาง



ภาพที่ 14 จีบหงายต้วนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการหงายมือจีบพร้อมหักข้อมือให้ปลายนิ้วที่จีบชี้ขึ้นด้านบน

จีบคว่ำ ตัวพระ



ภาพที่ 15 จีบคว่ำตัวพระ
ที่มา : เบลูจมากรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการคว่ำมือที่จีบพร้อมหักข้อมือลงให้ปลายนิ้วที่จีบ ชี้ลงล่าง

จีบคว่ำ ตัวนาง



ภาพที่ 16 จีบคว่ำตัวนาง
ที่มา : เบนจุมภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการคว่ำมือที่จีบพร้อมหักข้อมือลงให้ปลายนิ้วที่จีบ ชี้ลงล่าง

จีบส่งหลัง ตัวพระ



ภาพที่ 17 จีบส่งหลังด้านข้างตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)



ภาพที่ 18 จีบส่งหลังด้านหลังตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เมื่อทำท่ามือจีบ ให้ส่งลำแขนและมือไปด้านหลัง เขยียดแขนตั้ง
และพลิกข้อมือจีบ ให้หงายขึ้น

จีบส่งหลัง ตัวนาง



ภาพที่ 19 จีบส่งหลังด้านข้างตัวนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)



ภาพที่ 20 จีบส่งหลังด้านหลังตัวนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เมื่อทำท่ามือจีบ ให้ส่งลำแขนและมือไปด้านหลัง เขยียดแขนตึง และพลิกข้อมือจีบ ให้หงายขึ้น

จีบปรกข้าง ตัวพระ



ภาพที่ 21 จีบปรกข้างตัวพระ
ที่มา : เบลูจมากรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการยกส่วนแขนและจีบสูงระดับวงบน หันมือที่จีบเข้าหาแง่ศีรษะ

จีบปรกข้าง ตัวนาง



ภาพที่ 22 จีบปรกข้างตัวนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการยกส่วนแขนและจีบสูงระดับวงบน หันมือที่จีบเข้าหาแง่ศีรษะ

จิบปรกหน้า ตัวพระ



ภาพที่ 23 จิบปรกหน้าด้านหน้าตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)



ภาพที่ 24 จิบปรกหน้าด้านข้างตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการจิบหงาย โดยยกแขนและมือที่จิบ ให้นิ้วสูงระดับหน้าผาก
หันมือที่จิบเข้าหาใบหน้าและหักข้อมือเข้าหาแขน

จิบปรกหน้า ตัวนาง



ภาพที่ 25 จิบปรกหน้าด้านหน้าตัวนาง
ที่มา : เบลูจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)



ภาพที่ 26 จิบปรกหน้าด้านข้างตัวนาง
ที่มา : เบลูจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

เป็นการจิบหงาย โดยยกแขนและมือที่จิบ ให้นิ้วสูงระดับหน้าผาก
หันมือที่จิบเข้าหาใบหน้าและหักข้อมือเข้าหาแขน

จีบหงายชายพก ตัวพระ



ภาพที่ 27 จีบหงายชายพกตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

คือการนำมือที่จีบมาไว้ที่หัวเข็มขัด ให้หงายข้อมือขึ้น กั้นศอก
ให้เป็นช่องว่างระหว่างแขนกับลำตัว

จีบหงายชายพก ตัวนาง



ภาพที่ 28 จีบหงายชายพกตัวนาง
ที่มา : เบนจุมภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

คือการนำมือที่จีบมาไว้ที่หัวเข็มขัด ให้หงายข้อมือขึ้น ไม่ต้องกันศอก

จีบล่อแก้ว ตัวพระ



ภาพที่ 29 จีบล่อแก้วตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)



ภาพที่ 30 จีบล่อแก้วตัวพระ
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

ให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกดปลายนิ้วกลาง นิ้วที่เหลือกรีดออกให้ตึง
หักข้อมือเข้าหาลำแขน

จีบล่อแก้ว ต้วนาง



ภาพที่ 31 จีบล่อแก้ว ต้วนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)



ภาพที่ 32 จีบล่อแก้ว ต้วนาง
ที่มา : เบญจมาภรณ์ พุ่มไสว (2554)

วิธีปฏิบัติ

ให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกดปลายนิ้วกลาง นิ้วที่เหลือกรีดออกให้ตึงหักข้อมือ
เข้าหาลำแขน

