



กรมพลศึกษา

กิจกรรมนันทนาการ เพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัย



สำนักนันทนาการ

กรมพลศึกษา

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

ชื่อหนังสือ	กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัย
ISBN	๙๗๘-๖๑๖-๒๙๗-๑๓๑-๐
จัดทำโดย	กลุ่มนันทนาการเด็กและเยาวชน สำนักนันทนาการ กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ๑๕๔ ถนนพระราม ๑ แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐ www.dpe.go.th
พิมพ์ครั้งที่ ๑	พ.ศ. ๒๕๕๗
จำนวนพิมพ์	๕,๐๐๐ เล่ม
สถานที่พิมพ์	โรงพิมพ์ เอส.ออฟเซ็ทกราฟฟิคดีไซน์ ๖๓ ซอยประชาอุทิศ ๗๕ แขวง ๕ เขตทุ่งครุ เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ ๑๐๑๔๐ โทรศัพท์ ๐ ๒๘๗๓ ๖๐๙๕-๖ โทรสาร ๐ ๒๘๗๓ ๕๗๕๘
ออกแบบศิลป์	บริษัท แอนิเมเนี่ย จำกัด www.animania.co.th

คำนำ

เด็กปฐมวัยเป็นวัยเสริมสร้างพัฒนาการต้องมีประสบการณ์ การฝึกหัด การค้นคว้าทดลอง การปลูกฝังอบรมเลี้ยงดู และเสริมสร้างพัฒนาการทุกด้าน ให้เจริญเติบโตเต็มศักยภาพในช่วงแรกของชีวิตที่จะปรากฏเป็นคุณลักษณะ ที่พึงประสงค์ และจะเติบโตเป็นเยาวชนและพลเมืองที่ดีมีคุณภาพได้ ถ้าได้รับการ ปลูกฝังในช่วงนี้ เนื่องจากในช่วงปฐมวัยเป็นพื้นฐานในการหล่อหลอมชีวิต ของเด็กให้มั่นคง ดังนั้นการจัดกิจกรรมให้แก่เด็กปฐมวัย คือ การกระตุ้นให้เด็ก เจริญเติบโต มีพัฒนาการเป็นไปในรูปแบบที่พึงประสงค์ทั้งด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และร่างกาย โดยสอดคล้องกับความพร้อมด้านวุฒิภาวะ ความต้องการ ความสนใจ และความสามารถของเด็กตลอดจนการป้องกันหรือแก้ไขพฤติกรรม ที่อาจเป็นปัญหาได้อย่างเหมาะสม

กลุ่มนันทนาการเด็กและเยาวชน สำนักนันทนาการ จึงเรียบเรียงเป็น หนังสือเรื่องกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัยขึ้น เพื่อเป็นประโยชน์ ต่อผู้ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลเด็กและผู้สนใจเพื่อจะได้จัดกิจกรรมนันทนาการ ให้เหมาะสมตรงกับสภาพการเล่นของเด็กได้ หวังว่าหนังสือกิจกรรมนันทนาการ เพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัยจะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คณะผู้จัดทำ

สำนักนันทนาการ กรมพลศึกษา

สารบัญ

	หน้า
บทที่ ๑ การเล่นกับพัฒนาการเด็กปฐมวัย	๑
วิธีเล่น	๒
คุณค่าของการเล่น	๓
พัฒนาการเด็กปฐมวัย ๓-๕ ปี	๕
พฤติกรรมของเด็กปฐมวัย ๓-๕ ปี	๑๔
จิตวิทยาของเด็กปฐมวัย ๓-๕ ปี	๑๖
ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการเด็ก	๑๗
บทที่ ๒ กิจกรรมนันทนาการกับการเล่น	๒๐
ความหมายของนันทนาการ	๒๑
ประโยชน์ของนันทนาการ	๒๓
กิจกรรมนันทนาการที่นำมาใช้สำหรับเด็ก	๒๔
เกมสำหรับเด็ก	๒๕
การเล่นสำหรับเด็ก	๒๖
กิจกรรมนันทนาการเกี่ยวกับการเล่นของเด็ก	๓๓
กิจกรรมเข้าจังหวะดนตรีและเพลงสำหรับเด็ก	๖๓
กิจกรรมเข้าจังหวะสำหรับเด็ก	๖๔
การเลือกกิจกรรมดนตรีและเพลงสำหรับเด็ก	๖๖
เพลงสำหรับเด็กปฐมวัย	๖๗
ศิลปะและประเภทกิจกรรมสร้างสรรค์สำหรับเด็ก	๗๒

สารบัญ

	หน้า
บทที่ ๓ การเล่นคืออะไร	๗๕
การเล่นมีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร	๗๖
ทฤษฎีเกี่ยวกับการเล่น	๗๗
ประเภทของการเล่น	๘๓
โทรทัศน์กับการเล่นของเด็ก	๙๒
ลักษณะการเล่นที่ดี	๙๘
การเล่นและของเล่นที่เสริมพัฒนาการของเด็ก	๑๐๐
ประโยชน์ของการเล่น	๑๐๖
บทที่ ๔ ความปลอดภัยในการเล่น	๑๑๔
สาเหตุและประเภทของอุบัติเหตุ	๑๑๖
การป้องกันอุบัติเหตุ	๑๑๙
การเล่นที่ปลอดภัย	๑๒๐
บรรณานุกรม	๑๒๗
คณะผู้จัดทำ	๑๒๙



บทที่ ๑

การเล่นกับพัฒนาการเด็กปฐมวัย

การเล่นเป็นพฤติกรรมที่สำคัญและจำเป็นสำหรับเด็ก ธรรมชาติของเด็กจะชอบเล่น เพราะการเล่นจะช่วยพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็ก โดยเฉพาะเด็กได้พัฒนาอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย นอกจากนั้นยังช่วยส่งเสริมความเข้าใจสิ่งแวดล้อม ทำให้เด็กรู้จักเล่นและมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนช่วยผ่อนคลายอารมณ์ตึงเครียด ลักษณะการเล่นและเรื่องราวที่เด็กเล่นเป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงสติปัญญา บุคลิก ลักษณะอารมณ์ และความสนใจของเด็ก พื้นฐานของครอบครัว และเพศ ซึ่งการเล่นยังสนองความต้องการและช่วยพัฒนาความเจริญเติบโตของเด็กในด้านต่าง ๆ ดังนี้ อ้างถึง รังสฤษฎ์ เสรีวุฒิชัย. (๒๕๓๕).

๑. สนองความต้องการรวมกลุ่ม (Peer Group) ช่วยส่งเสริมทักษะการไปอยู่รวมกลุ่ม เล่นเป็นกลุ่ม และช่วยให้เข้าใจการทำงานเป็นกลุ่มในอนาคต เช่น การรู้จักเป็นผู้นำ ผู้ตาม เคารพกฎ วินัย รู้จักแพ้ รู้จักชนะ รู้จักการให้อภัย

๒. การพัฒนาความแข็งแรงของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายทำให้เด็กสุขภาพดี

๓. การเล่นเป็นการระบายอารมณ์เคร่งเครียด อารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนา

๔. ส่งเสริมความคิด ความเข้าใจโลก ชีวิตและสังคม

๕. การเล่นเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงตัว (Self Expression) ในด้านต่าง ๆ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญสำหรับสุขภาพจิตที่ดี และความเติบโตทางด้านสติปัญญา อารมณ์ และสังคม

๖. การเล่นช่วยให้เด็กเข้าใจตนเองจากการที่ได้เล่นกับเพื่อนเด็กจะเรียนรู้ว่าเพื่อนเข้าใจตัวเองอย่างไร เขาเข้าใจเพื่อนอย่างไร อะไรที่เขาชอบ และไม่ชอบเกี่ยวกับเพื่อนอะไรที่เพื่อนชอบ และไม่ชอบเกี่ยวกับตัวเรา

๗. การเล่นช่วยพัฒนาการรับรู้ถึงความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อเขา (Sensitivity)

และที่เขามีต่อเพื่อน ถึงแม้ว่าเด็กยังรับรู้ไม่ได้มาก แต่ก็มี ความแตกต่างไป ในแต่ละบุคคล และเป็นสิ่งที่จำเป็นจะต้องให้มีขึ้นเพื่อชีวิตสังคมในภายหน้า

วิธีเล่น (Play Technique)

สำหรับเด็กเป็นสื่อกลางทางธรรมชาติที่จะทำให้เราทราบถึงชีวิต ความเป็นอยู่ และความคิดของเขา การเล่นของเด็กเป็นวิธีการให้เด็กปล่อยอารมณ์ออกมาอย่างแท้จริง ซึ่งจะเป็นประโยชน์ที่จะนำไปสังเกตพฤติกรรมของเด็กได้ การเล่นแบ่ง เป็น ๒ ชนิด คือ

๑. การเล่นตามลำพัง โดยให้เด็กเล่นคนเดียวกับของเล่น ซึ่งจะทำให้ทราบถึง จินตนาการ ความคิด รสนิยม และค่านิยมต่าง ๆ ของเด็ก



๒. การเล่นเป็นกลุ่ม โดยให้เด็กตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไปเล่นของเล่นต่าง ๆ ด้วยการสังเกตการณ์ปรับตัวทางสังคม อุนิสัยในการเข้าสังคม บุคลิกภาพของเด็ก ด้านต่าง ๆ เช่นการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การเสียสละ การอดทน เป็นต้น



คุณค่าของการเล่น

เพียเจต์ (Piaget) อ้างถึง รังสฤษฏ์ เสริฐพิชัย. (๒๕๓๕). กล่าวว่า คุณค่าของการเล่นมีความสำคัญต่อการพัฒนาสติปัญญาจากการเล่น เด็กสามารถแยกแยะสิ่งต่าง ๆ จากสิ่งเราได้ และขณะที่เด็กตอบสนองสิ่งเร้าเขาจะสามารถรับรู้สิ่งต่าง ๆ เข้ามาในสมอง เพียเจต์ (Piaget) ยังได้พูดถึงการเล่นเอาไว้ ๓ ประการ คือ

๑. บทบาทของการเล่น คือ การระบายอารมณ์
๒. การเล่นช่วยให้เข้าใจถึงสิ่งที่เป็นนามธรรม
๓. การเล่นเป็นการเรียนรู้ทางสังคม

การอบรมและเลี้ยงดูแก่เด็กปฐมวัยมีความสำคัญอย่างมาก เนื่องจากเด็กวัยนี้ต้องการการเรียนรู้ในสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง ๕ ด้าน จากบิดา มารดา คนรอบข้างและสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะส่งผลให้เกิดพัฒนาการที่เป็นรากฐานของบุคลิกภาพ อุปนิสัย และการเจริญเติบโตทั้งทางร่างกายและจิตใจ สมอง สติปัญญา และความสามารถ เพราะเด็กในช่วงตั้งแต่ปฏิสนธิในครรภ์แม่ จนถึง ๔ ปี ระบบประสาทและสมองจะเจริญเติบโตในอัตราสูงสุด (ประมาณ ๘๐% ของผู้ใหญ่) การอบรมปลูกฝังสร้างเสริมพัฒนาการทุกด้านให้แก่เด็กปฐมวัย ได้เจริญเติบโตเต็มศักยภาพในช่วงอายุนี้อาจจะเป็นรากฐานที่ดีจะ让他เติบโต เป็นเยาวชนและพลเมืองที่ดี เจริญฉลาด คิดเป็น ทำเป็น และมีความสุข เด็กปฐมวัย จะมีชีวิตรอดและเติบโตได้ก็ด้วยการพึ่งพาพ่อแม่ และผู้ใหญ่ที่ช่วยเลี้ยงดูปกป้อง จากอันตราย หากผู้ใหญ่ให้ความรักเอาใจใส่ใกล้ชิดพร้อมทั้งอบรมเลี้ยงดูโดยเข้าใจเด็ก เด็กพร้อมจะตอบสนองความต้องการพื้นฐานที่เปลี่ยนไปตามวัยได้อย่างเหมาะสม ให้สมดุลกันทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา และสังคมแล้ว เด็กจะเติบโต แข็งแรง แจ่มใส มีความมั่นคงทางใจ รู้ภาษา ใฝ่รู้ และใฝ่ดี พร้อมทั้งพัฒนาตนเอง ในขั้นต่อไปให้เป็นคนเก่งและคนดีอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขและมีประสิทธิภาพ



พัฒนาการเด็กปฐมวัย ๓-๕ ปี

พัฒนาการ (Development) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงด้านโครงสร้างของร่างกายและแบบแผนของร่างกายทุกส่วน การเปลี่ยนแปลงนี้จะก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ เป็นขั้นตอน จากระยะหนึ่งไปอีกระยะหนึ่ง ทำให้เด็กมีลักษณะและความสามารถใหม่ ๆ เกิดขึ้น ซึ่งมีผลทำให้เจริญก้าวหน้าตามลำดับทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา อ้างถึง สุชา จันทน์เอม. (๒๕๔๒). เขียนไว้เกี่ยวกับพัฒนาการของเด็ก ดังนี้

๑. พัฒนาการทางกาย

เด็กวัยนี้นับว่าเป็นเด็กวัยตอนต้นที่มีส่วนสูงและน้ำหนักเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว แต่จะขยายออกทางส่วนสูงมากกว่าด้านข้าง กล้ามเนื้อและกระดูกจะเริ่มแข็งแรงขึ้น แต่กล้ามเนื้อที่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวยังเจริญไม่เต็มที่ การประสานงานของอวัยวะต่าง ๆ ยังไม่ดีพอ จากการศึกษาของ กีเซล (Gesell) และคนอื่น ๆ พบว่า เด็กอายุ ๓-๕ ปี มีพัฒนาการทางกายดังนี้

๑.๑ มีการทรงตัวได้ดีขึ้น สามารถยืนขาเดียวได้นานขึ้น บางคนก็กระโดดขาเดียวได้ สามารถเดินบนกระดานแผ่นเดียวได้ เด็กอายุ ๕ ขวบ สามารถยืนบนปลายเท้าได้นานพอสมควร

๑.๒ สามารถขึ้นบันไดได้เอง

๑.๓ วิ่งได้เร็วกว่าเดิม วิ่งเลี้ยวมุมได้ ควบคุมการวิ่งให้ช้าลงและเร็วขึ้นได้ และสามารถหยุดได้ทันที

๑.๔ สามารถกระโดดได้ไกล ๆ กระโดดให้ตัวลอยสูงได้ อายุ ๕ ขวบ กระโดดโดยใช้เท้าที่ละข้างได้

๑.๕ เต้นและบริหารร่างกายได้ตามจังหวะดนตรี

๑.๖ ถีบสามล้อเด็ก ๆ ได้

๑.๗ ใช้ร่างกายบางส่วนโต้ตอบต่อสิ่งเร้า แทนการโต้ตอบทั้งร่างกายได้

๑.๘ สามารถขว้างปาของได้

๑.๙ ชอบทำกิจกรรมที่ใช้กล้ามเนื้อมาก เช่น วาดรูป ต่อภาพเด็กวัยนี้สามารถวาดรูปสามเหลี่ยม เขียนรูปร่างกลมได้ดี เรียงแท่งไม้ที่เป็นวงกลมสี่เหลี่ยม และสามเหลี่ยมลงในกรอบไม้สามมุมได้

๑.๑๐ เด็กวัยนี้ชอบช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน



๒. พัฒนาการทางอารมณ์

เด็กวัย ๓-๕ ปี มักจะเป็นเด็กเจ้าอารมณ์ และจะแสดงอารมณ์ต่าง ๆ ออกมาอย่างเปิดเผยและมีอิสระเต็มที่ เด็กวัยนี้มักมีความกลัวอย่างสุดขีด อิจฉาอย่างไม่มีเหตุผล โมโหง่าย การที่เด็กมีอารมณ์เช่นนี้อาจจะเป็น เพราะเด็กมีประสบการณ์กว้างขึ้น อารมณ์จึงเกิดขึ้นเพราะเงื่อนไขทางสังคม แต่สังคมภายในบ้านจนกระทั่งถึงสังคมภายนอกบ้านเด็กเคยได้รับแต่ความรัก ความเอาใจใส่จากพ่อแม่และผู้ที่อยู่ใกล้ชิด เมื่อต้องพบกับคนนอกบ้านซึ่งไม่สามารถ

เอาใจใส่เด็กได้เท่าคนในบ้าน และไม่สามารถที่จะเอาใจใส่ได้เหมือนเมื่อเด็กเล็ก ๆ เด็กจึงรู้สึกขัดใจเพราะคิดว่าตนเป็นคนที่มีความสามารถกว่าคนอื่น เด็กจะยกย่องบูชาตนเองและพยายามปรับตัว เพื่อต้องการให้เป็นที่ยรักและเป็นที่ยอมรับของบุคคลข้างเคียง การแสดงอารมณ์ในวัยนี้มักจะใช้คำพูดแสดงอารมณ์ต่าง ๆ แทนการรุกรานด้วยกำลังกายเพราะพัฒนาการทางร่างกายยังไม่โตเต็มที่

เด็กแต่ละคนมีอารมณ์ไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสุขภาพการอบรมเลี้ยงดูจากพ่อแม่และสภาพแวดล้อมทางสังคม เช่น เด็กที่เติบโตขึ้นจากสภาพแวดล้อมสงบเงียบ ได้รับความรักความเอาใจใส่ และการสนองความต้องการสม่ำเสมอ พ่อแม่มีอารมณ์คงเส้นคงวา เด็กจะเติบโตขึ้นเป็นคนที่มีความมั่นใจมากกว่าเด็กที่มีสภาพแวดล้อมที่ตรงกันข้าม อารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนมีดังนี้

๒.๑ ความกลัว ความกลัวของเด็กวัยนี้อาจเกิดจากสาเหตุหลายประการดังนี้



๒.๑.๑ เกิดจากอารมณ์ดั้งเดิมของมนุษย์ หมายความว่า มนุษย์เราเกิดมาพร้อมกับอารมณ์กลัว ซึ่งมีลักษณะเป็นสัญชาตญาณ จุง (Jung) นักจิตวิทยาากลุ่มจิตวิเคราะห์เชื่อว่า อารมณ์ของคนสืบมาตั้งแต่บรรพบุรุษดั้งเดิม ตั้งแต่สมัยที่ยังเป็นลิง ส่วน ชาร์ลส์ ดาร์วิน เชื่อว่าอารมณ์กลัวและอารมณ์อื่น ๆ ได้รับการถ่ายทอดทางพันธุกรรม ความกลัวเช่นนี้ไม่ถือว่าเป็นการการเรียนรู้ แต่เป็นความกลัวเฉพาะอย่าง เช่น กลัวผี กลัวฟ้าแลบ ฟ้าร้อง และฟ้าผ่า

๒.๑.๒ เนื่องจากสถิติปัญญาพัฒนาขึ้นมากกว่าวัยทารก จึงมีความกลัวมากกว่าวัยทารก เพราะสามารถมองเห็นอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นกับตนเองได้ เช่น การกลัวที่สูง กลัวสัตว์ต่าง ๆ ฯลฯ

๒.๑.๓ เด็กวัยนี้มีจินตนาการกว้างขวางมากชอบคิดฝันถึงสิ่งต่างๆ โดยไม่มีเหตุผล จึงมักจะจินตนาการถึงอันตรายและสิ่งที่น่ากลัวที่อยู่ในความมืด เด็กจึงกลัวความมืด กลัวผี และสิ่งต่าง ๆ เด็กที่คิดว่าเป็นอันตราย

๒.๑.๔ ความกลัวเกิดจากประสบการณ์ที่ได้รับ เช่น กลัวเข็มฉีดยา เพราะเคยเจ็บปวดเพราะถูกฉีดยา กลัวสุนัข เพราะเคยถูกสุนัขกัด

๒.๑.๕ เกิดจากการเลียนแบบ หรือการเห็นแบบอย่างจึงเป็นธรรมดา ที่เด็กกลัวเพราะมีแม่หรือพี่เลี้ยงเป็นคนที่ขลาดกลัว

วิธีการที่จะป้องกันและแก้ไขไม่ให้เด็กกลัว คือ ไม่ควรเอาสิ่งที่เด็กกลัวมาแหย่ เพราะทำให้เด็กกลัวมากขึ้น วิธีการที่ดีคือ ต้องทำให้เด็กรู้ว่าเรายอมรับความกลัวของเด็ก และควรเปิดโอกาสให้เด็กได้แต่ต้องสิ่งที่ทำให้เด็กกลัว ด้วยวิธีการที่ค่อยเป็นค่อยไป คือ ให้เด็กได้สังเกต และทำตามแบบอย่างพฤติกรรมที่กล้าหาญของผู้อื่น พร้อมทั้งให้เหตุผลและให้คำชมเชยเพื่อเด็กจะได้หายกลัวสิ่งนั้น

๒.๒ ความโกรธ เด็กวัยนี้จะแสดงอารมณ์อย่างเปิดเผยตรงไปตรงมา จึงมีลักษณะที่รุนแรงและโต้ตอบสิ่งที่ทำให้โกรธ หรือผู้ที่ทำให้โกรธในทางตรง มักจะเป็นไปในรูปของการทำลาย เช่น กระเทาะไข่ ล้มตุ้มลงกลิ้งเกลือกกับพื้น แล้วแผดเสียงร้องเพื่อระบายอารมณ์ ขว้างปาสิ่งของ ฯลฯ เด็กวัย ๓-๕ ปี เริ่มรู้จักใช้คำพูดระบายอารมณ์โกรธแทนการรุกรานด้วยกำลังกายเพราะพัฒนาการทางกายยังไม่แข็งแรงพอ เด็กมักจะโกรธเมื่อถูกขัดใจ เพราะยังมีลักษณะถือตัวเอง

เป็นใหญ่อยู่บ้าง

๒.๓ ความรัก ความสัมพันธ์ของพ่อแม่ และผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับเด็ก ที่มีมาตั้งแต่วัยทารก เป็นสิ่งที่สำคัญในการสร้างความรัก ความพอใจให้เกิดขึ้น แก่เด็กได้ ถ้าหากเด็กได้รับความรัก ความผูกพันที่ไม่จริงใจ เด็กจะกลายเป็นคนที่ เกลียดชังโลก โดยปกติเด็กวัยนี้มีประสบการณ์น้อย ตลอดเวลาที่ผ่านมามักจะได้รับ ความรักจากผู้ที่อยู่ใกล้ชิดเป็นส่วนใหญ่ เด็กจึงมักจะมองโลกในแง่ดี มีความรัก กว้างขวางเผื่อแผ่ไปยังสัตว์เลี้ยง และของเล่นที่ไม่มีชีวิตด้วย เด็กจะรักทุกคนที่มี ส่วนเกี่ยวข้องกับเขา โดยไม่มีการเลือกที่รักมักที่ชัง เด็กจะแสดงความรัก โดยการเข้าไปอยู่ใกล้บุคคลที่ตนรักเพื่อให้เขาเอาอกเอาใจอึดอัดหวั่นไหว และในขณะเดียวกันเด็กก็รู้จักการประจบเอาใจผู้อื่นและจะทำตามคนที่ตนรัก แม้กระทั่งสัตว์เลี้ยง เด็กก็แสดงอารมณ์อย่างเปิดเผย เด็กวัยนี้จะรักแม่มากกว่าพ่อ เพราะเด็กรู้สึกว่แม่เป็นศูนย์รวมแห่งความรัก เด็กจะชอบอยู่ใกล้ชิดแม่ ติดตามแม่ ไปทุกหนทุกแห่งและชอบช่วยเหลือแม่ทำงานเสมอ

๒.๔ ความอิจฉา เป็นอารมณ์ผสมระหว่างความโกรธความกลัว และการขาดความรัก ความอบอุ่นร่วมกัน ความอิจฉาเกิดจากพ่อแม่ซึ่งเคยให้ความรัก แก่เด็กแล้วเปลี่ยนไปให้ความรักแก่คนอื่น เช่น น้องที่เกิดใหม่ในวัย ๒-๕ ปี เมื่อแม่มีน้องใหม่ แม่และคนอื่น ๆ จะหันไปสนใจน้องใหม่จนลืมเด็ก เมื่อความรัก ถูกเปลี่ยนมือเช่นนี้ เด็กก็ย่อมจะมีความรู้สึกอิจฉาเป็นธรรมดา เพราะเด็กรู้สึกว่ มีคนมาแย่งความรักไปจากตน เด็กจะแสดงความอิจฉาน้องด้วยการแกล้งน้อง ทูบตีน้อง บางคนก็เรียกร้องความสนใจให้กลับคืนมาด้วยการถอยหลัง กลับไปเป็นเด็กทารกอีก เช่น ปัสสาวะรดที่นอน โยเย ขี้อ้อน กัดเล็บ ดุดน้าว พ่อแม่อาจแก้ได้ด้วยการทำให้เด็กรู้ว่าน้องเป็นสมบัติของเขา เขามีส่วนเป็นเจ้าของ และขณะเดียวกันพ่อแม่ก็ให้ความสนใจต่อเขาด้วย ปัญหานี้ก็ค่อย ๆ หดไป เด็กบางคนคิดว่าพ่อแม่ไม่รักตนอีกแล้ว จึงพยายามทำดีให้แม่รัก โดยการเฝ้าดูน้อง เพื่อไม่ให้น้องหาย ถ้าน้องหายแม่อาจจะโทษตนว่าเป็นคนไม่ดี เด็กอาจจะอิจฉา กระทั่งพ่อของตน เพราะการที่เด็กอยู่ใกล้ชิดแม่มาตลอด ทำให้เด็กคิดว่า ตนเป็นเจ้าของแม่แต่เพียงผู้เดียว ความอิจฉาในวัยเด็กเล็ก ๆ เช่นนี้ ถือว่

๒.๕ ความสนใจและความอยากรู้อยากเห็น แม่เด็กวัยนี้จะมีความสนใจในระยะเวลาอันสั้น ๑๐-๑๕ นาที แต่เด็กมีความอยากรู้อยากเห็นทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่รอบตัวเขา เด็กจึงชอบซักถามบ่อย ๆ เช่น “นั่นอะไร?” ฯลฯ พ่อแม่ต้องเข้าใจและใจเย็น อธิบายถึงสิ่งต่าง ๆ ด้วยภาษาง่าย ๆ ไม่ควรพูดตัดบทหรือดูว่าจนเด็กไม่กล้าถาม เด็กส่วนใหญ่ที่มีความอยากรู้อยากเห็น มักจะเป็นไปในรูปพฤติกรรมรื้อและทำลายเหมือนเด็กชน คือ มือจะอยู่ไม่นิ่งชอบจับนั่นฉวยนี่ รื้อสิ่งของออกเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย เช่น เด็กจะรื้อนาฬิกาออกดูว่าข้างในมีอะไรที่ทำให้เกิดเสียง “ตึกตอก ตึกตอก” ผู้ใหญ่ที่ไม่เข้าใจจะโกรธและดุเด็กว่า “ชน” “มืออยู่ไม่สุข” เสมอ ๆ



๓. พัฒนาการทางสังคม

คำว่าสังคมในที่นี้ หมายถึง การติดต่อสัมพันธ์ ผูกพัน และการมีชีวิตอยู่ร่วมกัน เด็กวัยตอนต้นหรือวัยก่อนเข้าเรียน ได้เรียนรู้ เข้าใจและใช้ภาษาได้ดีขึ้น พ่อแม่ และผู้ที่อยู่ใกล้ชิดตลอดจนครูที่อยู่ในชั้นอนุบาลได้อบรมสั่งสอนเพื่อให้เด็กเข้าใจถึงวัฒนธรรม ค่านิยม และศีลธรรมทีละน้อย โดยเริ่มจากสิ่งที่ย่าย เช่น การพูดจาสุภาพ การเคารพกราบไหว้ ฯลฯ เพื่อให้เด็กเติบโตเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม ดังนั้นเมื่อเข้าไปอยู่ในโรงเรียนอนุบาลจะรู้จักคบเพื่อน รู้จักการผ่อนปรน รู้จักอดทนในบางโอกาสรู้จักการให้และการรับ

เพียเจต์ (Piaget) นักจิตวิทยากลุ่มที่เน้นความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) กล่าวว่า เด็ก ๓-๕ ปี เรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมจากเพื่อนในโรงเรียนอนุบาล หรือเพื่อนบ้านวัยเดียวกัน แต่เด็กวัยนี้ยังเข้าใจถึงความถูกต้องและความผิดไม่ลึกซึ้งนัก ลักษณะทางสังคมของเด็กวัยนี้ มีดังนี้

๓.๑ เด็กวัยนี้จะมีเพื่อนน้อย และมักจะเปลี่ยนเพื่อนเสมอเพราะสังคมของเด็กวัยอนุบาลไม่แน่นอน และกลุ่มเพื่อนก็มักจะเป็นกลุ่มเด็กเล็ก ๆ ๒-๓ คน

๓.๒ เด็ก ๓ ปี จะรู้จักเสียสละของบางอย่าง เพื่อให้ได้สิ่งอื่นที่ตนพอใจมาแทน

๓.๓ เด็กวัยนี้จะเล่นรวมกันทั้งสองเพศอย่างสนุกสนาน แต่ก็มีเด็กบางคนหรือบางกลุ่มที่เล่นแยกพวก ทั้งนี้อาจจะเนื่องมาจากสาเหตุที่เด็กผู้ชายชอบแกล้งและรังแกเด็กผู้หญิง

๓.๔ เด็กวัยนี้แม้จะมีการทะเลาะกันบ่อย แต่เด็กจะคืนดีกันในระยะเวลาต่อมาเพราะเด็กลืมนง่าย พ่อแม่หรือครูไม่ควรเข้าไปเกี่ยวข้อง นอกจากการทะเลาะนั้นรุนแรงเกินไป

๓.๕ เด็กวัย ๔ ขวบ จะช่างพูด ชอบอ้างหลักฐาน ชอบพุดยกตนข่มท่าน เช่น “ผมวิ่งเก่งกว่าเธอ” “ผมทำสำเร็จก่อนเธอ” ฯลฯ

๓.๖ เด็กวัย ๕ ปี จะทำสิ่งง่าย ๆ ได้ตามความสามารถ ทำตามผู้ใหญ่ได้ง่าย ไม่ดื้อดิ่งและมีความรับผิดชอบมากขึ้น สามารถปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคมได้ มีความละเอียดใจ และการเข้าใจถึงการเสื่อมเสียชื่อเสียงจึงสามารถคบกับเพื่อนได้ดีขึ้น

๓.๗ เด็กวัยนี้จะสนุกสนานอยู่กับการเล่นละคร เพราะเด็กวัยนี้มีจินตนาการกว้างขวาง เรื่องที่เล่นอาจคิดขึ้นเองง่าย หรือเลียนแบบโทรทัศน์ ผู้ปกครองควรเอาใจใส่เด็กดูรายการโทรทัศน์ที่เหมาะสม

ดังนั้น จึงควรส่งเสริมให้เด็กวัยนี้ได้พัฒนาในเรื่องการยอมรับการแยกตัวจากพ่อแม่ ฝึกให้มีความเชื่อมั่นเมื่ออยู่กับคนอื่น ให้เด็กเข้าใจระเบียบและกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ฝึกให้รู้จักการแบ่งปันและการผลัดเปลี่ยนกัน และรู้จักอดใจรอโอกาสอันควร



๔. พัฒนาการทางสติปัญญา

๔.๑ เด็กวัยนี้มีความสามารถในการใช้ภาษาได้ดี เด็กจะเรียนรู้ศัพท์เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยเฉลี่ยเด็กอายุ ๓ ปี จะรู้จักศัพท์ประมาณ ๓,๐๐๐ คำ และเด็กสามารถใช้คำวลีและประโยคในการแสดงบทบาทตามแบบอย่างโทรทัศน์ได้ รู้จักใช้ท่าทางประกอบคำพูด เด็ก ๔ ปี ช่างซักถามมักจะมีคำถามว่า “ทำไม” “อย่างไร” แต่ก็ไม่สนใจคำตอบและคำอธิบายคำพูดของเด็กวัยนี้สามารถพูดประโยคยาว ๆ ที่ต่อเนื่องกันได้ สามารถเล่านิทานสั้น ๆ ให้จบได้ และมักจะเอาเรื่องจริงปนเรื่องสมมติสำหรับเด็กวัย ๕ ปี พัฒนาการทางภาษาสูงมาก เด็กสามารถตอบคำถามตรงเป้าหมายชัดเจนและสั้น การซักถามน้อยลงแต่จะสนใจเฉพาะเรื่องไป ควรจัดให้เด็กได้มีโอกาสพูดให้เพื่อนฟัง เพื่อนก็ต้องเป็นผู้ฟังที่ดีด้วย และควรหมั่นเวียนกันออกมาพูดทุกคน

๔.๒ การจินตนาการและการสร้างเรื่องจะพบมากในเด็กวัยนี้ จึงเป็นโอกาสเหมาะที่ควรจะได้สนับสนุน และส่งเสริมจินตนาการของเด็กให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ โดยอาศัยนิทาน บทละคร และภาพวาดต่าง ๆ มีเด็กบางคนที่มีจินตนาการมากเกินไปจนไม่รู้ว่าอะไรคือเรื่องจริง และอะไรคือเรื่องที่แต่งขึ้นครูจึงควรระวังในเรื่องเช่นนี้เช่นกัน

วิธีการส่งเสริมให้เด็กมีจินตนาการต่อไป คือ การกระตุ้นให้กำลังใจให้เด็กเล่าต่อไป และให้คำชมหรือรางวัลเมื่อเด็กเล่าจบ ควรจัดหาเวลาพิเศษ หรือโอกาสพิเศษ เช่น “ชั่วโมงเล่านิทาน” “วันนิทานสุดสัปดาห์” ฯลฯ

๔.๓ เด็กวัยนี้ไม่มีพัฒนาการเกี่ยวกับการจัดประเภทสิ่งของเป็นหมวดหมู่ ไม่มีพัฒนาการในเรื่องความคงตัว ในเรื่องขนาด น้ำหนัก และปริมาตร เช่น ทดลองรินน้ำจำนวนเท่ากันใส่ลงในแก้ว ๒ ใบ ใบหนึ่งมีลักษณะเรียวสูง อีกใบหนึ่งใหญ่และเตี้ย แล้วถามเด็กว่า น้ำในแก้วไหนมากกว่ากัน เด็กจะตอบว่า น้ำในแก้วใบเรียวสูงมากกว่า เพราะเด็กเห็นว่าระดับน้ำสูงกว่าที่เป็นดังนี้ เพราะความคิดความเข้าใจของเด็กขึ้นอยู่กับารรับรู้หรือสิ่งที่เห็นด้วยตา



พฤติกรรมของเด็กปฐมวัย ๓-๕ ปี

พฤติกรรมของเด็กอายุ ๓-๕ ปี เป็นวัยที่เด็กมีการพัฒนาหลายด้าน มีพฤติกรรมหลายด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เด็กวัยนี้จะไม่อยู่นิ่งมีความอยากรู้อยากเห็นทุกสิ่งทุกอย่างโดยการเคลื่อนไหว และการสัมผัส ด้วยประสาททั้งห้าทำให้เด็กมีพฤติกรรมการเรียนรู้และรับรู้สิ่งต่างๆรอบตัว ดังนี้

๑. ชอบตั้งคำถาม

เด็กในวัยนี้มีพัฒนาการทางภาคค่อนข้างมาก สามารถนำมาเล่นเป็นเรื่องเป็นประโยคยาว ๆ ได้ ร้องเพลงง่าย ๆ ได้ ทำให้มักชอบตั้งคำถาม ข้างคิด ข้างสงสัยในสิ่งต่าง ๆ

๒. เริ่มช่วยเหลือตนเองได้

เริ่มช่วยเหลือตนเองได้ เช่น รับประทานอาหาร แต่งตัว ทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ด้วยตนเอง และยังชอบช่วยผู้ใหญ่ทำงานเล็ก ๆ น้อย ๆ เราควรส่งเสริมให้เด็กเกิดความภูมิใจด้วยการชื่นชมในสิ่งที่เด็กทำ และให้ได้ลองทำสิ่งใหม่ ๆ ด้วยตนเอง

๓. เล่นกับเพื่อน

การเล่นกับเพื่อนมักจะเล่นอยู่ในกลุ่มเพื่อน ๒-๓ คน ทำให้ได้เรียนรู้เงื่อนไขทางสังคมใหม่ๆ ที่นอกเหนือไปจากที่บ้านเริ่มบอกความแตกต่างระหว่างเพศได้ เพียเจต์ (Piaget) นักจิตวิทยากลุ่มที่เน้นความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) กล่าวว่า เด็ก ๓-๕ ปี เรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมจากเพื่อนในโรงเรียนอนุบาลหรือเพื่อนบ้าน วยเดียวกัน แต่เด็กวัยนี้ยังเข้าใจถึงความถูกต้องและความผิดไม่ลึกซึ้งนัก

๔. มีจินตนาการ

การมีจินตนาการในเด็กวัยนี้ชอบของเล่นที่ใช้ความคิด หากได้เล่นจินตนาการ หรือแสดงบทบาทสมมติจะเล่นได้เรื่อย ๆ เช่น พ่อแม่ ครู ตำรวจ ซึ่งเด็กมักจะเล่นบทบาทสมมติเป็นบุคคลที่มีอำนาจในสายตาเด็ก การเล่นบทบาทสมมติเป็นสิ่งที่เราควรส่งเสริมเพราะช่วยให้เด็กได้มีจินตนาการ และเป็นการปลดปล่อย บางครั้งเวลาที่ให้เด็กเล่าเรื่องอาจเป็นเรื่องจริงปนเรื่องสมมติ พ่อแม่และผู้ปกครองควรต้องระวังไม่ให้กลายเป็นติดนิยายโกหก โดยไม่ควรใช้วิธีดว่าด้วยถ้อยคำรุนแรง แต่อาจใช้วิธีการทำให้เด็กรู้ว่ากำลังพูดเรื่องโกหก

๕. เจ้าอารมณ์

เด็กในวัยนี้มักแสดงอารมณ์ออกมาอย่างเปิดเผย เช่น โมโห ไม่พอใจ มักแสดงอาการกระตือรือร้น อีจฉะอะไรโดยไม่มีสาเหตุ และกลัวอะไรอย่างสุดขีด อาจเกิดจากสภาวะขาดดุลหรือระดับสติปัญญาที่เพิ่มมากขึ้น ทำให้รู้ว่ามีอันตรายในด้านพฤติกรรมนั้นผู้ใหญ่ควรเข้าใจว่าเด็กในวัยนี้มีจินตนาการสูง และกำลังอยู่ในช่วงของการเรียนรู้สังคมที่นอกเหนือไปจากที่บ้าน ทำให้การแสดงออกของพฤติกรรมอาจไม่เหมาะสม แต่จะต้องแยกตัวเด็กออกจากพฤติกรรมของเขา

เช่น จะต้องบอกว่า “ครูรักหนู แต่ครูไม่ชอบในสิ่งที่หนูทำ หนูทำแฉกกันแตก เป็นสิ่งที่ไม่ดี มันทำให้เกิดอันตราย” แต่ถ้ามันเป็นอุบัติเหตุก็ต้องอธิบายให้ฟังว่า ไม่ใช่เป็นไร มันเป็นเพียงอุบัติเหตุ คราวหน้าหนูควรทำอย่างนี้ และที่สำคัญ ครูควรต้องระวังป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้น ควรให้เด็กคิดถึงสิ่งที่เขาควรทำได้ สำหรับเด็กวัยนี้และจะต้องชมเชยเมื่อเด็กทำได้ ซึ่งจะเป็นการเสริมสร้าง การเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งเรื่องความคิดการตัดสินใจ การสร้างทัศนคติที่ดี ทำให้เด็กรู้สึกว่าคุณค่าและมีความสามารถที่จะทำได้

จิตวิทยาของเด็กปฐมวัย ๓-๕ ปี

ในวัยนี้เป็นช่วงที่เด็กมีสมรรถภาพทางกล้ามเนื้อและประสาทสัมผัสดีมากขึ้น เด็กเริ่มที่จะเคลื่อนไหว ต้องการสำรวจสิ่งแวดล้อมรอบตัว Erik H. Erikson กล่าวว่า ในวัยนี้เป็นวัยที่เด็กมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ช่างซักถาม เป็นเจ้าหนูทำไม ซึ่งผู้ใหญ่ควรได้ตอบให้ความรู้กับเด็กเพราะจะส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษาของเด็ก เด็กจะคิดใหม่ พุดใหม่ ทำอะไรใหม่ ๆ ทุกวัน ระบบความจำและสมาธิดีขึ้น และเป็นวัยที่มีจินตนาการสูง มีความคิดแบบที่ยึดเอาตนเองเป็นหลัก และคิดว่า ทุกสิ่งทุกอย่างบนโลกนี้มีชีวิตมีความรู้สึก เช่น ต้นไม้ร้องไห้ถ้าโดนตัด เป็นต้น แต่ก็จะเริ่มลดลงในช่วงหลัง ให้เหตุผลง่ายได้ ๆ จินตนาการบางอย่างของเด็กนั้น ผู้ใหญ่ต้องคอยดูแลและแยกแยะระหว่างความจริงกับจินตนาการให้เด็ก เพื่อไม่ให้เด็ก ตีตนนัยโกหก ในขณะเดียวกันพ่อแม่ต้องสนับสนุนให้เด็กได้สร้างสรรค์จินตนาการ ของตนเองอย่างเหมาะสม เช่น มีของเล่นที่สามารถใช้เล่นบทบาทสมมติได้ ตุ๊กตามือ หรือนิทานต่าง ๆ ซึ่งเด็กที่ได้รับการส่งเสริมเต็มที่จะกลายเป็นคนมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ การเล่นบทบาทสมมติเป็นการช่วยระบายความกลัว เช่น เด็กกลัวหมอ ฟัน การเล่นบทบาทสมมติเป็นหมอ ฟันอาจช่วยลดความกลัวตรงนี้ได้ แต่ผู้ใหญ่ต้องระวัง ไม่ให้กลายเป็นว่าเด็กกลัวฝังใจ นอกจากนั้นการเล่นบทบาทสมมติยังพัฒนา กระบวนการคิดเป็นขั้นตอนการให้เด็กได้ลองทำกิจกรรมใหม่ ๆ และพ่อแม่ต้องรู้จัก “ชม” อย่างเหมาะสม เพื่อเป็นการเสริมแรงให้ลูกกล้าทำในสิ่งที่ถูกต้องต่อไป

หากเด็กทำผิดก็ต้องลงโทษอย่างเหมาะสมเช่นกัน แต่การลงโทษนั้นไม่ก่อให้เกิดพฤติกรรมถาวรเท่ากับการเสริมแรงด้วยการชม นอกจากนี้ ในวัยนี้เป็นวัยที่เด็กมีพฤติกรรมเลียนแบบโดยจะมีการเลียนแบบพ่อแม่ที่เป็นเพศเดียวกัน ซึ่งเป็นการเรียนรู้บทบาททางเพศ Albert Bandura กล่าวว่า พฤติกรรมส่วนใหญ่เป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต หรือเรียนรู้จากตัวแบบ ไม่ว่าจะเป็นตัวแบบที่เป็นบุคคลจริง ๆ เช่น พ่อแม่ เพื่อน ครู หรือตัวแบบเชิงสัญลักษณ์ เช่น ตัวละครในโทรทัศน์ ตัวการ์ตูน หากตัวแบบใดทำพฤติกรรมแล้วได้รับรางวัล ตัวเด็กก็มีแนวโน้มที่จะทำพฤติกรรมนั้น ๆ ตามตัวแบบที่ได้รับรางวัล จริยธรรมของเด็กในวัยนี้จะเริ่มพัฒนาแต่จะพัฒนาจากตัวแบบ เช่น การลงโทษ การให้รางวัล และการสั่งสอน

การเล่นของเด็กนั้น เด็กจะมีกลุ่มเพื่อนอาจจะสองถึงสามคน ซึ่งการเล่นเป็นกลุ่มนี้ช่วยให้เด็กเรียนรู้กฎเกณฑ์รู้จักสร้างกฎและทำตามกฎ การปรับตัวและการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เป็นการเพิ่มปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการเล่นเป็นกลุ่มนี้ยังช่วยลดความคิดที่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลางของเด็กด้วย เพราะเมื่อเล่นกับคนอื่น เด็กย่อมต้องรู้จักการปรับตัว และหัดมองในมุมของคนอื่น เพื่อตนเอง สามารถเป็นส่วนหนึ่งและเล่นร่วมกับคนอื่นได้ นอกจากนั้นยังทำให้เกิดการเลียนแบบกันเองด้วย หากพ่อแม่ ผู้ปกครองให้การสนับสนุนที่ดีแก่เด็กได้ เด็กในวันนี้ก็จะเป็นผู้ใหญ่ที่ดีผู้ใหญ่ที่ดีในวันหน้า

ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการเด็ก

ในการพัฒนาการของเด็กอาจมีผลกระทบจากปัจจัยอิทธิพลต่าง ๆ ซึ่งพัชราภรณ์ เข้มเพชร กล่าวไว้ ดังนี้

๑. ปัจจัยด้านธรรมชาติของตัวบุคคล (Organismic Factor)

ปัจจัยด้านธรรมชาติของตัวบุคคลเป็นผลโดยตรงของพันธุกรรมที่กำหนดศักยภาพ กำหนดเพศ และลักษณะแตกต่างจำเพาะบุคคล รวมถึงขั้นตอนการบรรลุวุฒิภาวะ และระดับความอ่อนแอ เมื่อบุคคลนั้นถูกกระทบโดยสิ่งแวดล้อมอีกด้วย

๒. ปัจจัยด้านภาวะแวดล้อมที่หล่อเลี้ยง (Environmental Factor) แบ่งเป็น ๒ ด้าน คือ

๒.๑ ชีวกายภาพ ได้แก่ อาหาร ภูมิประเทศ สภาวะอากาศสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัย การเจ็บป่วย การได้รับรังสี สารเคมี และมลภาวะ เป็นต้น

๒.๒ จิตสังคม วัฒนธรรม ได้แก่ การเลี้ยงดู ลักษณะครอบครัวบิดามารดาและผู้เลี้ยงดู เศรษฐกิจ ฐานะ สภาพสังคม วัฒนธรรม การเมือง ตลอดจนระบบสาธารณสุข ภูมิภค สื่อมวลชน บริการทางสังคม การศึกษา สุขภาพ และสวัสดิการที่มีอยู่ในสังคมที่มีอยู่ในสังคมอีกทั้ง ระยะเวลา ที่ปัจจัยต่าง ๆ กระทบต่อเด็กเป็นสิ่งสำคัญ



สรุป

การเล่นกับพัฒนาการเด็กในแต่ละช่วงวัยจะแตกต่างกัน พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูผู้ดูแล และบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัย ควรมีความรู้ความเข้าใจ โดยเฉพาะในช่วง ๓-๕ ปี ซึ่งหากมีความเข้าใจก็จะเป็นข้อมูลในการช่วยส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ และสังคม ให้แข็งแรง ก่อนที่จะสายเกินไป เพื่อเป็นรากฐานของการพัฒนาไปสู่วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ ที่มีความสมบูรณ์ พร้อมเป็นคนดี คนเก่ง ที่มีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี และประสบการณ์การเรียนรู้ในช่วงเด็กปฐมวัยยังเป็นพื้นฐานในการเรียนรู้ในวัยต่อไป และการเรียนรู้ตลอดชีวิต

บทที่ ๒

กิจกรรมนันทนาการกับการเล่น

การมีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นสิ่งที่พึงปรารถนาของสังคมและคนในสังคม การดำเนินชีวิตเพื่อให้สุขภาพดีนั้นมีหลายทาง การใช้กิจกรรมนันทนาการเป็นทางหนึ่งของการสร้างเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งมีนันทนาการเป็นวิถีชีวิตแห่งความสุข เป็นการเลือกสรรกิจกรรมได้อย่างอิสระนำมาซึ่งความพึงพอใจผลที่ได้รับจากนันทนาการ คือ พลังแห่งความสุข โดยที่ สมบัติ กาญจนกิจ. (๒๕๓๕). ได้ให้ความสำคัญต่อครอบครัวและชุมชน ไว้ดังนี้

ครอบครัว

กิจกรรมนันทนาการมีความสำคัญยิ่งต่อครอบครัวที่จะช่วยสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นให้เกิดขึ้นภายในครอบครัว และช่วยลดปัญหาการใช้เวลาว่างให้สมาชิกในครอบครัวเป็นผลให้สมาชิกในครอบครัวได้เลือกกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจ

ชุมชน

นันทนาการช่วยพัฒนาชุมชน ดังนี้

๑. ช่วยสร้างคนให้เป็นผู้มีเหตุผล การที่ได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เช่น อาสาสมัคร การบำเพ็ญประโยชน์ ทำให้เป็นผู้ที่มีเหตุผล รู้จักเสียสละ และช่วยเหลือผู้อื่น

๒. ช่วยลดปัญหาอาชญากรรม การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจะช่วยลดอบายมุขแก้ไขพฤติกรรมที่หมกมุ่นกับสิ่งที่สังคมไม่พึงปรารถนา ทั้งนี้ต้องอาศัยการช่วยเหลือดูแลเอื้ออาทรซึ่งกันและกัน

๓. ช่วยสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดี กิจกรรมนันทนาการครอบคลุมถึงการจัดสภาพแวดล้อมให้เกิดความสวยงาม การส่งเสริมและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม เป็นการป้องกันและแก้ไขมลภาวะและสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ

๔. มีความสำคัญต่อประเทศชาติ กิจกรรมนันทนาการช่วยส่งเสริมความรัก ความสามัคคี สร้างความสงบสุขในชาติ

ความหมายของนันทนาการ (Recreation)

คำว่า นันทนาการ (Recreation) หมายถึงทำให้สดชื่น นันทนาการเป็นกิจกรรมที่ทำให้มนุษย์กลับคืนมาทำงาน หรือใช้นันทนาการเพื่อการสร้างแรงจูงใจให้อยากทำงาน

นอกจากนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านวิชาชีพนันทนาการได้ให้ความหมายเกี่ยวกับนันทนาการไว้มากมาย ดัง เช่น สมบัติ กาญจนกิจ และ อุไรวรรณ ชมวัฒนา. (๒๕๔๑). กล่าวไว้ว่า

๑. นันทนาการ หมายถึง การทำให้สดชื่น เสริมสร้างพลังงานขึ้นมาใหม่ หลังจากการใช้พลังงานแล้วก่อให้เกิดความเหนื่อยเมื่อยล้าทางร่างกาย ทางสมองและจิตใจ กิจกรรมนันทนาการที่บุคคลเข้าร่วมในช่วงเวลาว่างจะช่วยขจัดหรือผ่อนคลายความเหนื่อยเมื่อยล้าทางด้านร่างกายและจิตใจ ในความหมายนี้นันทนาการจึงเป็นการตอบสนองความต้องการทางร่างกายและจิตใจของบุคคลและสังคม

๒. นันทนาการ หมายถึง กระบวนการหรือประสบการณ์ที่บุคคลได้รับโดยอาศัยกิจกรรมนันทนาการในช่วงเวลาว่างเป็นสื่อ ก่อให้เกิดพัฒนาการหรือการเจริญงอกงาม ทางกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญาของบุคคล

๓. นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลเข้าร่วมในช่วงเวลาว่าง โดยไม่มีการบังคับหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ แล้วก่อให้เกิดอารมณ์สุข สนุกสนาน และความสงบ และกิจกรรมนั้นเป็นกิจกรรมที่สังคมยอมรับ

๔. นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน พึงพอใจและผ่อนคลายตึงเครียด และความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า หลังจากการทำงานและการกิจต่าง ๆ ทำให้รู้สึกกระปรี้กระเปร่า มีความรู้สึกสดชื่น มีพลังที่จะเผชิญกับปัญหาและการกิจในชีวิตประจำวันได้ ในปัจจุบันนันทนาการ

มีความหมายและรูปแบบที่สลับซับซ้อน ตั้งแต่กระบวนการก่อให้เกิดความสุข ความสำเร็จในชีวิตชั้นสูงสุด หรือการปรับปรุงเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

๕. นันทนาการ เป็นสถาบันทางสังคมหรือแหล่งศูนย์กลางของสังคม เพื่อให้บุคคลเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแล้วก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านอารมณ์ และพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม

กำโชค ผีอกสุวรรณ. (๒๕๓๙). กล่าวถึงนันทนาการในแง่ความหมาย ดังนี้

๑. ในแง่รูปของคำเชิงภาษานันทนาการ (Recreation) หมายถึง อารมณ์ของบุคคลที่แสดงออกทางพฤติกรรมในด้านอารมณ์สุข สนุกสนาน รื่นเริง เบิกบานใจ เมื่อได้กระทำกิจกรรมนันทนาการเป็นการพักผ่อนทางกาย และจิตใจ สามารถคลายความเครียด และสร้างพลังขึ้นมาใหม่อย่างน่าพิศวง

๒. นันทนาการ (Recreation) เป็นกระบวนการในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ด้านอารมณ์เป็นสำคัญ ทั้งนี้อาศัยกิจกรรมนันทนาการประเภทต่าง ๆ เป็นเครื่องมือ ในการจัดดำเนินการเพื่อบรรลุเป้าหมาย

๓. นันทนาการ (Recreation) หมายถึง กิจกรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติ เกิดความสนุกสนาน รื่นเริงเบิกบานใจ และผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกายได้

๔. นันทนาการ (Recreation) เป็นศาสตร์วิชาการหนึ่งที่น่าสนใจ จัดเป็นหลักสูตรการเรียนการสอน ในสถาบันการศึกษาทุกระดับตั้งแต่ปฐมวัย จนถึงอุดมศึกษาชั้นสูงสุด โดยเป็นวิชาการทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต ของบุคคลและสังคมได้เป็นอย่างดี

จากการสำรวจความคิดเห็นของคนอเมริกันเกี่ยวกับความหมายของ คำว่า “Recreation” พอสรุปได้ดังนี้

นันทนาการ คือ

๑. การผ่อนคลายอารมณ์และร่างกาย หลังจากงานที่เคร่งเครียด
๒. การเสริมสร้างความสดชื่น เป็นการเพิ่มพลังแก่บุคคล
๓. การพัฒนาบุคคลและพัฒนาคุณภาพชีวิต

๔. เหตุการณ์ที่สำคัญของชีวิต
๕. ความรู้ใหม่ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม อาจเป็นประสบการณ์ใหม่หรือเดิมที่สร้างความรู้สึกใหม่
๖. กิจกรรมทดสอบความสามารถของตนเองหรือกิจกรรมท้าทายใฝ่สัมฤทธิ์
๗. ช่วงเวลาที่หนีจากความวุ่นวาย เป็นเวลาที่อิสระ
๘. กิจกรรมค้นหา บุกเบิก เพื่อสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต
๙. โอกาสสัมผัสธรรมชาติ ทั้งในด้านความประทับใจในความงามและความน่าสะพรั่งกลัวของธรรมชาติ
๑๐. ประสบการณ์แห่งชีวิต และเป็นการระบายอารมณ์

องค์ประกอบที่สำคัญของนันทนาการ

นันทนาการ มีองค์ประกอบที่สำคัญ ดังนี้ เอนก หงส์ทองคำ. (๒๕๔๒).

๑. เป็นกิจกรรม (Activity)
๒. ทำในเวลาว่าง (Leisure Time)
๓. โดยความสมัครใจ (Voluntary)
๔. ให้ความสุขเพลิดเพลิน (Pleasure)
๕. ถูกต้องตามกฎหมายและวัฒนธรรม ประเพณี (In Law, Culture and Tradition)

ประโยชน์ของนันทนาการ

ตราบใดที่มนุษย์ยังต้องต่อสู้กับชีวิตจากการประกอบอาชีพที่มีลักษณะแตกต่างกันไป บางคนต้องทำงานหนักตลอดวัน และบางคนต้องทำงานทั้งวันทั้งคืน ไม่มีเวลาว่างที่จะพักผ่อนหย่อนใจและไม่มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ทำให้ระบบสังคมสลับซับซ้อนมากขึ้นดังนั้น บุคคลควรจะต้องมองเห็นความสำคัญและประโยชน์ของนันทนาการ ซึ่งจะช่วยจัดปัญหาต่าง ๆ ได้ ดังนี้

๑. ช่วยให้คนรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
๒. ช่วยให้บุคคลในอาชีพต่าง ๆ ได้พักผ่อน
๓. ช่วยในทางสุขภาพจิต
๔. ช่วยป้องกันอาชญากรรมและความประพฤติกเลาะของเด็ก
๕. ช่วยบำรุงขวัญ ความแข็งแรง และความอดทนของทหาร ตำรวจ
๖. ส่งเสริมให้เกิดความสุข ความพอใจ
๗. ช่วยให้ความปลอดภัยแก่สังคม
๘. ช่วยเสริมความรักความอบอุ่นและความเข้าใจอันดี
๙. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี
๑๐. ส่งเสริมให้มีการสงวนทรัพยากรธรรมชาติของประเทศชาติ

กิจกรรมนันทนาการที่นำมาใช้สำหรับเด็ก

ดนู จิระเดชากุล. (๒๕๔๒). และ รุ่งสฤษฎ์ เสรีวุฒิชัย. (๒๕๔๓). ได้กล่าวไว้ว่า กิจกรรมนันทนาการสำหรับเด็กมีมากมายหลายกิจกรรม ซึ่งแต่ละกิจกรรมจะช่วยเสริมสร้างและส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม และความคิดสร้างสรรค์ของเด็ก กิจกรรมนันทนาการกับการส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ได้แก่ กิจกรรมนันทนาการ ดังต่อไปนี้

๑. เกมสำหรับเด็ก
๒. การเล่นสำหรับเด็ก
๓. กิจกรรมเข้าจังหวะ ดนตรี และเพลงสำหรับเด็ก
๔. ศิลปะและกิจกรรมการสร้างสรรค์สำหรับเด็ก

เกมสำหรับเด็ก

เกมเป็นกิจกรรมหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความเจริญและพัฒนาการของเด็ก ซึ่งจะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ต่อไปในอนาคต ได้แก่

๑. เกมฝึกทักษะทางร่างกาย (Physical Game) หมายถึง เกมทางพลศึกษา หรือเกมที่ได้เคลื่อนไหวของร่างกาย เช่น บริหารกาย ฝึกตามคำสั่ง เกมทำตามผู้นำ เป็นต้น ซึ่งท่าทางที่ใช้กับเด็กควรเป็นท่าที่ท่าง่ายไม่สลับซับซ้อน

๒. เกมฝึกการกระทำ (Manipulation) หมายถึง เกมพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ของเด็ก เพื่อสร้างความสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อสายตา เพื่อให้เกิดความจำและความคล่องแคล่วว่องไว

๓. เกมพัฒนาความรู้ (Cognitive Game) หมายถึง เกมที่มุ่งพัฒนาให้เด็กมีความรู้ รู้จักคิด และเป็นการเสริมทักษะให้เด็กสามารถใช้ความคิดหาเหตุผลในการเล่นเกมนของตนเอง สามารถอธิบายเหตุผลได้ ซึ่งเกมชนิดนี้จะทำให้มองเห็นการเปลี่ยนแปลงของเด็กต่อการเรียนรู้ได้อย่างชัดเจน

๔. เกมฝึกทักษะทางภาษา (Language Game) หมายถึง เกมที่เด็กต้องอาศัยความคิดการรับฟัง การฝึกความจำ และการใช้คำพูด การเล่นเกมนทางภาษานี้จะช่วยส่งเสริมให้เด็กเกิดทักษะในการฟัง มีความจำและสามารถเดาหรือคาดคะเนได้ ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมสติปัญญาของเด็กให้มีความเฉลียวฉลาดมากขึ้น

๕. เกมทายบัตร (Card Game) หมายถึง เกมที่มุ่งส่งเสริมและฝึกให้เด็กมีสมาธิฝึกฝนสมาธิฝึกฝนความจำ สามารถพิจารณา รู้จักแยกแยะและรู้จักการใช้เหตุผล

๖. เกมพิเศษอื่น ๆ (Special Game) หมายถึง เกมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นเป็นครั้งเป็นคราว เป็นการฝึกให้เด็กมีความรับผิดชอบ รู้จักการร่วมมือร่วมใจกัน ซึ่งการเล่นอาจจะเล่นเป็นหมู่หรือกลุ่มใหญ่ก็ได้

๗. เกมเล่นเป็นนิยายหรือนิทาน ได้แก่ การเล่นตามเรื่องราวของนิยายหรือนิทานโดยให้เด็กแสดงกิริยา หรือท่าทางตามเนื้อเรื่องของนิยายหรือนิทาน ผู้เล่นอาจจะแสดงท่าทางของคนหรือของสัตว์ก็ได้ เกมเล่นเป็นนิทานคนตัดไม้กับเทพารักษ์ เป็นต้น

๘. เกมเลียนแบบ ได้แก่ การเล่นที่ใช้เลียนแบบท่าทางต่าง ๆ ของทั้งคนหรือสัตว์หรือเลียนแบบเสียงก็ได้ เช่น ให้เด็กทำท่าเดินเปิดและร้องเหมือนเปิดร้องแบบตัวผู้ และตัวเมีย เป็นต้น

๙. เกมเบ็ดเตล็ด ได้แก่ การเล่นที่มุ่งส่งเสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ มีกฎกติกา ระเบียบการเล่นน้อย ไม่ยุ่งยากสลับซับซ้อน ไม่ต้องใช้สถานที่ที่กว้างขวางหรือต้องมีอุปกรณ์ใหญ่จำนวนมาก และใช้เวลาสั้นแต่ก่อให้เกิดความสนุกสนาน สร้างความขบขันให้แก่ผู้เล่น เกมประเภทนี้ ได้แก่ มอญซ่อนผ้า ปิดตาตีหม้อ เป็นต้น

๑๐. เกมนำ ได้แก่ การเล่นที่มุ่งสร้างทักษะให้กับผู้เล่น เพื่อสามารถนำไปใช้ในกีฬาที่ต้องการทักษะประเภทนั้น ๆ เกมประเภทนี้ยังมุ่งส่งเสริมให้ผู้เล่นมีความสนใจในการเล่นกีฬาอีกด้วย เกมประเภทนี้ ได้แก่ เกมลิงชิงบอล เกมขว้างไกล เป็นต้น

๑๑. เกมประกอบเพลง ได้แก่ การเล่นที่มีดนตรีประกอบไปด้วย อาจมีการร้องเพลงและทำท่าทางตามเนื้อเพลงไปด้วยก็ได้

การเล่นสำหรับเด็ก

การเล่นสำหรับเด็กจะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี การได้ใช้ประสาทและร่างกายสัมผัสกับสิ่งต่าง ๆ การทดลอง การปฏิบัติหรือการเล่นจะทำให้เด็กเกิดความคิดอย่างอิสระสามารถจินตนาการตามความคิดของตนเองได้ ซึ่ง ดนุ จิระเดชากุล. (๒๕๔๒). อ้างอิงจากแฮมเมอร์ ได้แบ่งการเล่นสำหรับเด็กออกเป็น ๒ ประเภท ดังนี้

๑. การเล่นกลางแจ้ง (Outdoor Play)

การเล่นกลางแจ้ง (Outdoor Play) หมายถึง การเล่นในสถานที่กว้าง ที่โล่งแจ้งหรือในสนาม รวมถึงการออกไปในสถานที่ต่าง ๆ ซึ่งมีใช้ในห้องเรียน ห้องนันทนาการ หรือโรงยิมเนเซียม การเล่นกลางแจ้งช่วยส่งเสริมพัฒนาการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางด้านร่างกาย คือ ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และระบบต่าง ๆ ส่งเสริมการเคลื่อนไหวที่คล่องแคล่วว่องไวซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่ง ต่อเด็กวัยนี้ นอกจากนี้การเล่นกลางแจ้งยังสามารถเสริมสร้างพัฒนาการทางสังคม และอารมณ์แก่เด็ก ในการรู้จักแบ่งปันอุปกรณ์ การเล่น การแบ่งทีม แบ่งกลุ่ม ในการเล่นสิ่งเหล่านี้ล้วนว่ามีประโยชน์ทั้งสิ้น



สถานที่สำหรับการเล่นกลางแจ้งของเด็ก ควรจัดดังนี้

๑. บริเวณสถานที่ควรมีร่มเงา และมีแสงแดดบ้างตามความเหมาะสม
๒. พื้นบริเวณสนามควรมีความเรียบ และไม่มีสิ่งของที่เป็นอันตรายต่อการเล่นของเด็ก
๓. ควรจะเป็นที่โล่งกว้างที่เด็กสามารถวิ่งเล่นได้หรือประกอบกิจกรรมกีฬาได้
๔. ควรมีกระบะทรายหรือกองดินกองทรายจัดไว้ในบางมุม ในพื้นที่ให้เด็กเล่นสมมติ หรือศึกษาธรรมชาติได้
๕. ถ้าเป็นไปได้อาจจะเป็นที่บางแห่งจัดเป็นสระน้ำหรือบ่อน้ำเพื่อเด็กจะได้เล่นด้วย



อุปกรณ์ที่จำเป็นและควรจัดให้แก่เด็กในสถานทีกลางแจ้ง

๑. อุปกรณ์เครื่องเล่นสนามประเภทห้อยโหน (Jungle Gym) คือ อุปกรณ์ถาวรที่มีความทนทานแข็งแรงต่าง ๆ เช่น บันไดลิง บาร์ต่างระดับ ห่วงห้อย หรือที่ปีนป่ายต่าง ๆ เป็นต้น อุปกรณ์เหล่านี้จะต้องติดตั้งไว้กลางสนาม และหมั่นตรวจตราดูความเรียบร้อย เพื่อให้มีความปลอดภัยในการเล่นของเด็ก

๒. ชิงช้า (Swing) เป็นอุปกรณ์ที่เด็กชอบเล่น จะต้องติดตั้งอย่างปลอดภัยกับเสาที่แข็งแรง ถ้าผูกติดกับต้นไม้ก็ต้องเป็นต้นไม้ใหญ่ที่มีความแข็งแรง ชิงช้าอาจทำจากไม้กระดาน หรือยางรถยนต์ก็ได้ หรืออาจจะเป็นผ้าใบผืนยาว ๆ ที่แข็งแรงผูกกับเชือก มุมการเล่นชิงช้าควรตั้งห่างจากอุปกรณ์อื่นพอสมควร เพราะต้องอาศัยเนื้อที่สำหรับไกวและไม่ควรมีผู้รบกวนด้วย

๓. กระดานลื่น (Slider) ควรมีขนาดและความสูงให้พอดีกับระดับความสูงของเด็ก ไม้กระดานควรมีความลื่นเป็นมันโดยธรรมชาติ และจะต้องหมั่นตรวจตราให้อยู่ในสภาพดีอยู่เสมอ

๔. ม้าหมุน (Wind Horse) เป็นอุปกรณ์ที่เด็ก ๆ ชอบเล่นอีกอย่างหนึ่ง ควรทำจากอุปกรณ์ที่แข็งแรงและปลอดภัย ขนาดและความสูงของม้าหมุน ก็ควรมีความพอดีกับระดับอายุของเด็ก

๕. กระบะทราย (Sand Box) ควรมีขนาดใหญ่พอดีกับจำนวนของเด็ก ๆ ซึ่งจะสามารถเข้าไปเล่นได้ ควรจัดไว้ในร่มสลับกับแดดอย่างละครึ่งวัน ควรมีอุปกรณ์ในการตักทราย เล่นทรายไว้ด้วย เช่น ถังเล็ก ๆ เสียม ที่ตักทราย เป็นต้น

๖. เวที (Platform) อาจจะเป็นเวทีเล็ก ๆ ยกพื้นสูงประมาณ ๑ ฟุต มีรั้วรอบ ตุ๊กตาวีทีย่าลอง จัดงานแสดงใหญ่เพื่อให้เด็กได้เล่นสมมุติต่าง เป็นการส่งเสริมความกล้าแสดงออกของเด็ก

๗. อุปกรณ์อื่นๆที่ติดตั้งถาวรหรือเคลื่อนไหวโยกย้ายได้ตามสถานการณ์ เช่น

๗.๑ บันไดงู

๗.๒ กระดานหก

๗.๓ ม้าไม้

๗.๔ กระดานทรงตัว

๗.๕ เชือกกระโดดเดี่ยว กระโดดกลุ่ม

๗.๖ ไม้บล็อก หรืออุปกรณ์การเล่นงานไม้ต่าง ๆ

๗.๗ เครื่องมือทำสวนครัว เช่น บัวรดน้ำ จอบ เสียมหรือพลั่ว ที่มีขนาดเล็ก ๆ เป็นต้น

๗.๘ รถจักรยานเล็ก ๒ ล้อ ๓ ล้อ หรือรถบรรทุกเล็ก

๗.๙ เครื่องเล่นอื่น ๆ เช่น รถยนต์ รถไฟ เครื่องบิน รถลาก เป็นต้น

๒. การเล่นในร่ม (Indoor Play)

การเล่นในร่ม (Indoor Play) หมายถึง การเล่นในห้องหรือสถานที่ที่จัดไว้ให้เล่นในร่ม ซึ่งอาจเป็นห้องนันทนาการหรือโรงยิมเนเซียม

การเล่นในร่มของเด็ก มีข้อควรระวังดังต่อไปนี้

๑. สถานที่และพื้นที่ สถานที่และพื้นที่สำหรับการเล่นในร่มของเด็ก จะต้องมีความเหมาะสมพอดี มีพื้นที่สำหรับจัดวัสดุอุปกรณ์ที่เด็กสามารถเล่น และเคลื่อนไหวได้อย่างสะดวกสบาย พื้นที่ไม้แคบแออัดจนเกินไป พื้นที่ที่เหมาะสม คือ ประมาณ ๕๐ ตารางฟุต สำหรับสถานเลี้ยงและรับดูแลเด็ก หรือความยาวมากกว่านั้นในโรงเรียนอนุบาล

๒. วัสดุอุปกรณ์สำหรับการเล่นในร่ม อุปกรณ์สำหรับสถานที่เล่นในร่ม สามารถดัดแปลงและยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสมกับสถานที่ ส่วนใหญ่แล้ว ประกอบด้วยอุปกรณ์ดังต่อไปนี้

อุปกรณ์สำหรับปีนป่าย อุปกรณ์การเล่นในร่มสำหรับเด็กปีนป่ายได้ เช่น บันไดลิง บันไดค้ำ เป็นต้น สามารถนำมาติดตั้งในห้องได้ แต่จำเป็นต้องมีขนาดเหมาะสมกับห้อง และควรคำนึงถึงความแข็งแรงและความปลอดภัย

๒.๒ บล็อกต่าง ๆ บล็อกไม้ คือ อุปกรณ์พื้นฐานสำหรับเด็กเล็ก ได้ศึกษาเปรียบเทียบดูรูปพรรณสัณฐาน นำมาเรียงต่อเพื่อการเรียนรู้ ควรจัดเลือก ขนาดต่าง ๆ และมีหลายสีสันทันเตรียมไว้ให้เด็กในห้องด้วย

๒.๓ การตัดต่อ ภาพตัดต่อต่าง ๆ ที่ควรจัดไว้ให้เด็กเล่น ควรมีทั้งไม้ พลาสติกและกระดาษ ในสถานที่เด็กเล่นเป็นเด็กเล็ก ควรเริ่มจากภาพตัดต่อ

จำนวนน้อยขึ้นขึ้นไปเรื่อย ๆ จนถึงเด็กอนุบาลจำนวนขึ้นก็จะเพิ่มขึ้น มากขึ้น และการต่อภาพก็ค่อย ๆ ยากมากขึ้น คุณค่าของการเล่นภาพตัดต่อก็เพื่อให้เด็กได้ฝึกความสัมพันธ์ของประสาทมือและตา และการจดจำ

๒.๔. อุปกรณ์ในการเล่นสมมติเด็กสามารถนำไปเล่นในการสมมติหรือจำลองสถานการณ์ควรมีหลายรูปแบบ เช่น

๑. โต๊ะ เก้าอี้

๒. ฉาก หรือม่านกันติดตั้งได้ สูงประมาณ ๓ ฟุต

๓. เปล เตียนนอน

๔. เครื่องเล่นไฟฟ้าแบบจำลอง เช่น วิทย์ ทวี โทรทัศน์ เป็นต้น

๕. รถยนต์ จักรยาน เป็นต้น

๖. ตู้ ชาม จาน เตาไรต์

๗. ไม้ขนาดต่าง ๆ

๘. เครื่องตกแต่งบ้าน

๙. เครื่องแต่งตัว เสื้อผ้าชุดต่าง ๆ

๒.๕ อุปกรณ์ช่างไม้และโต๊ะทำงานเด็กผู้ชายส่วนใหญ่จะมีความคิดริเริ่มประดิษฐ์ของเล่นเอง หรือต้องการสร้างของเล่นในรูปต่าง ๆ อุปกรณ์ก่อสร้าง ช่างไม้ เช่น ค้อน ตะปูเล็ก ๆ เลื่อย หรือเศษไม้ต่าง ๆ และอุปกรณ์เครื่องใช้อื่น ๆ ถ้าสามารถจัดไว้ให้เด็กได้ก็จะเป็นการส่งเสริมความคิดริเริ่ม และพัฒนาการทางสังคมของเด็กได้มีน้อย

๒.๖ อุปกรณ์การทำอาหาร สำหรับเด็กผู้หญิงมักจะมีความคิดเกี่ยวกับการทำอาหาร การทำงานบ้าน ควรจัดหาอุปกรณ์การเล่น เช่น กระทะ เตา หม้อ จาน ชาม ช้อนส้อม อุปกรณ์เครื่องครัวต่าง ๆ ไว้ให้เด็ก กิจกรรมนี้นอกจากเด็กจะได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินแล้ว ยังเป็นการส่งเสริมพัฒนาการด้านความคิดริเริ่มและพัฒนาการทางสังคมของเด็กอีกด้วย



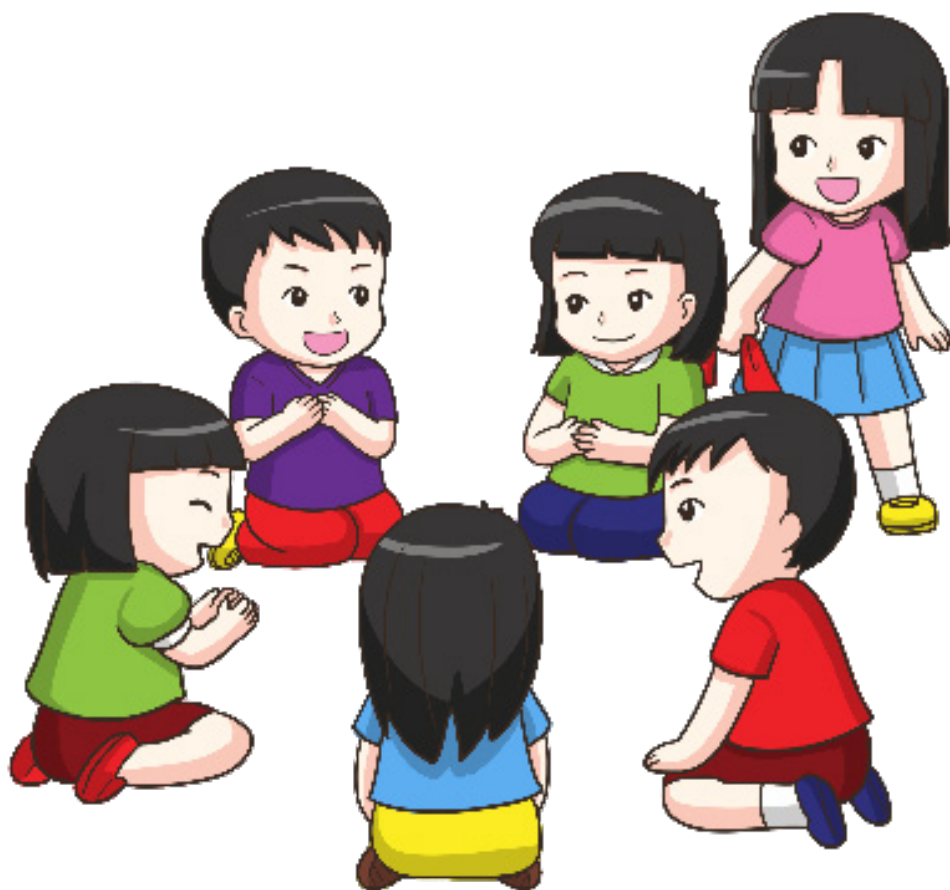
กิจกรรมนันทนาการเกี่ยวกับการเล่นของเด็ก

กิจกรรมนันทนาการเกี่ยวกับการเล่นของเด็กปฐมวัย มีมากมายซึ่งมีตัวอย่างนำมาเสนอ ดังต่อไปนี้

มอญซ่อนผ้า

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกูล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ ผ้า ๑ ผืน บทร้องเพลง



วิธีเล่น

เลือกผู้เล่น ๑ คน เป็นมอญถือผ้า ๑ ผืนไว้ในมือ ผู้เล่นที่เหลือ นั่งล้อมวงเป็นวงกลมใหญ่หันหน้าเข้าหากัน และร้องเพลง อาจจะตบมือไปด้วยก็ได้ คนที่เป็นมอญจะถือผ้าเดินรอบวงด้านนอกและแอบทั้งผ้าไว้ด้านหลังผู้ใดผู้หนึ่ง แล้วแอบซ่อนมือทำที่ว่าจะไม่ได้ทั้งผ้า เดินไปครบรอบ ถ้าผู้เล่นไม่รู้ตัวก็ให้หยิบผ้าไล่ตีผู้เล่นนั้น ผู้เล่นนั้นต้องวิ่งหนีไปรอบๆ วงแล้วจึงนั่งลง ในกรณีที่ผู้เล่นรู้ตัวหยิบผ้าขึ้น ให้มอญวิ่งหนีไปให้ครบรอบวงและนั่งลงแทนที่ผู้เล่น แต่ถ้ามอญวิ่งไม่ทันถูกตีก็ต้องเป็นมอญต่อไป ในการสังเกตการณ์ถูกวางผ้าข้างหลังของผู้เล่น ห้ามหันไปดูให้ใช้วิธีคลำ เอามือคลำข้างหลังถ้าพบผ้าก็ลุกขึ้น ถ้าไม่พบผ้าก็นั่งเล่นต่อไป

บทร้องประกอบ

“มอญซ่อนผ้า	ตุ๊กตาอยู่ข้างหลัง
ไวโน้นไวนี้	ฉันจะตีกันเธอ”

ประโยชน์และคุณค่า

- เพื่อหัดให้ผู้เล่นเป็นคนว่องไว
- เพื่อฝึกให้ผู้เล่นมีไหวพริบและรู้จักสังเกตเหตุการณ์ต่าง ๆ

โพงพาว

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกุล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ ผ้าปิดตา ๑ ผืน บัตร้อง



วิธีเล่น

เลือกผู้เล่น ๑ คน ให้เป็นปลาอยู่กลางวง เอาผ้าผูกตาคนที่เป็นปลา แล้วหมุน ๓ รอบ ผู้เล่นที่เหลือทั้งหมดจะจับมือกันเดินเป็นวงกลมล้อมรอบปลา พร้อมกับร้องเพลง เมื่อจบเพลงนั่งลงให้หมดแล้วถามผู้เล่นเป็นปลาว่า “ปลาเป็น หรือปลาตาย” ผู้เล่นจะเลือกตอบเพียงอย่างเดียวถ้าตอบว่า “ปลาเป็น” ผู้เล่นจะเคลื่อนไหวหนีได้ ถ้าตอบว่า “ปลาตาย” ผู้เล่นจะต้องนั่งเฉย ๆ ผู้ถูกปิดตา จะคลำหาคนไปทั่ว ๆ เมื่อจับได้ก็ทายว่าเป็นใคร ถ้าทายถูกก็จะได้เป็นคนเล่นบ้าง ผู้ถูกทายได้ก็จะเป็นปลาแทน แต่ถ้าทายไม่ถูกก็ต้องเป็นปลาต่อไป

บทร้องประกอบ

“โพงพางเอ๋ย	ปลาเข้าลอด
ปลาตาบอด	เข้าลอดโพงพาง”

ประโยชน์และคุณค่า

- เกิดความสนุกสนานและเพลิดเพลิน

ซ่อนหา หรือ โป่งแปะ

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกุล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ บัตร้อง



วิธีเล่น

หาตัวผู้เล่นที่ต้องปิดตาก่อน ถ้าหาไม่ได้ให้จับไม้สั้นไม้ยาว หรือโอน้อยออกก็ได้ เมื่อได้แล้วก็ให้ปิดตา เวลาปิดตา ผู้เล่นที่จะหาที่ซ่อนก็ร้องเพลงตักเตือนก่อน ๑ เที้ยว แล้วจึงวิ่งไปหาที่ซ่อน คนปิดตาจะถามว่า “เอาหรือยัง” ผู้เล่นคนใดยังหาที่ซ่อนไม่ได้ ก็จะต้องร้องว่า “ยัง” ผู้ปิดตาก็ยังคงเปิดตาไม่ได้ รอจนกว่าผู้ซ่อนจะร้องคำว่า “เอาละ” จึงเปิดตาและค้นหาได้ เมื่อหาจนพบ เด็กจะส่งเสียงดัง ๆ ว่า “โป่ง...(ชื่อ)” และจะต้องหาต่อไปจนครบทุกคน เมื่อครบแล้วผู้ที่ถูก “โป่ง” คนแรกก็ต้องเป็นผู้หาคนต่อไป แต่ถ้าผู้ซ่อนมาถึงตัวผู้หา และ “แปะ” พร้อมทั้งเอามือแตะตัวผู้หา ผู้หาจะต้องเป็นคนหาอีกครั้ง หรือถ้าโป่งผิดคนออกชื่อผิด ก็จะต้องเป็นคนหาอีกครั้งเช่นกัน

บทร้องประกอบการเล่น

“ปิดตาไม่มีด	อสรพิษเข้า
พ่อแม่ทำนา	ได้กินข้าวเม็ดเดียว”

ประโยชน์และคุณค่า

๑. มีความรอบคอบและระมัดระวังตัว มีกลยุทธ์ในการซ่อนตัว
๒. รู้จักประเมินสภาพแวดล้อมและคาดเดาสถานที่ซ่อนตัวของผู้อื่น
๓. เป็นการฝึกบังคับการเคลื่อนไหวให้เบาที่สุด เพื่อไม่ให้ผู้อื่นได้ยินหรือหาพบ
๔. พัฒนาจิตใจให้แจ่มใสเบิกบาน

วิธีข้ามสาร

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกูล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ บัตรong



วิธีเล่น

เลือกผู้เล่น ๒ คน ยื่นเอามือประสานกันเหนือศีรษะ ทำเป็นซุ้มลอดให้พวกที่เล่นที่เหลือลอดให้คนหนึ่งเป็นพ่ออีกคนหนึ่งเป็นแม่ ผู้เล่นที่เหลือลอดเป็นแถวยาวลอดใต้ซุ้มพร้อมทั้งร้องเพลง พอจบเพลงผู้ที่เป็ซุ้มจะครอบคนสุดท้ายของแถวเอาไว้ แล้วจะถามว่าอยู่กับใคร “พ่อหรือแม่” เมื่อเลือกพ่อจะบอกว่า “หักคอจมน้ำพริก” เมื่อเลือกแม่ “ลอยแพไป” คือ คัดเอาออกไป เพราะฉะนั้นคนข้างหลังจะต้องระวังตัวให้ดี มิฉะนั้นตนเองจะต้องออกจากการเล่น คนที่เป็นประตูต้องพยายามกั้นคนสุดท้ายให้ได้หมดทุกคนจึงจะจบเกม

บทร้องประกอบการเล่น

รีรีข้าวสาร	สองทะนานข้าวเปลือก
เลือกทองใบลาน	เก็บเบี้ยใต้ถุนร้าน
คัดข้าวใส่จาน	พานเอาคนข้างหลังไว้

ประโยชน์และคุณค่า

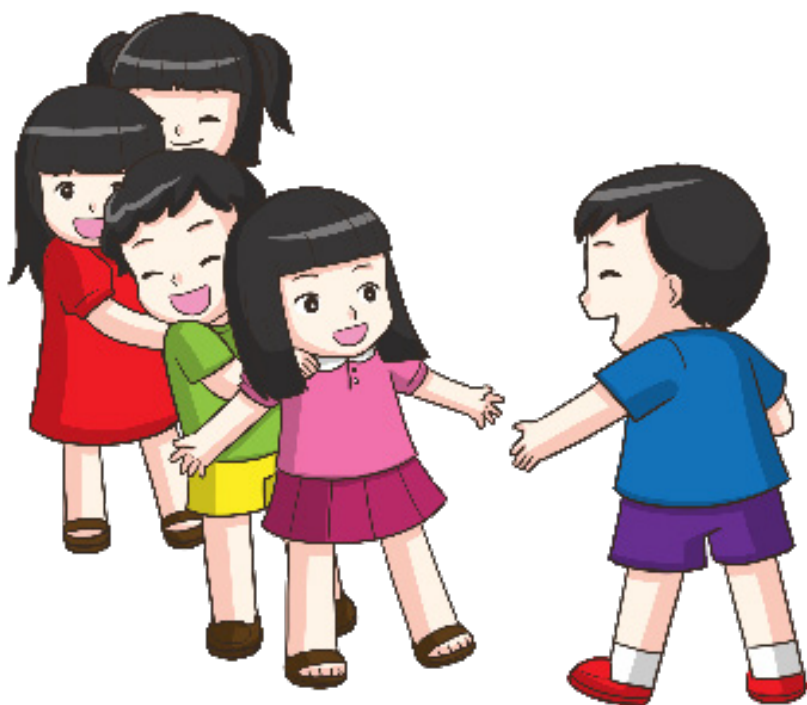
๑. ได้ออกกำลังกาย และพัฒนากล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้แข็งแรง
๒. เพลิดเพลิน จิตใจร่าเริง แจ่มใส ยอมรับกฎเกณฑ์กติกาของการเล่น
๓. หัดให้มีไหวพริบ ปฏิภาณ และรู้จักกลยุทธ์ที่จะให้ตนรอดจากการคล้องตัวไว้
๔. หัดให้รู้จักทำงานเป็นกลุ่ม โดยหัวแถวต้องพยายามพาแถว โดยเฉพาะคนสุดท้ายให้รอดพ้นจากการถูกกักตัวให้ได้

การเล่นกลางแจ้งประเภทมีคำโต้ตอบ

วงกินหาง

ข้อมูลจาก วิราภรณ์ ปนาทกุล. (๒๕๓๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ ไม่มี



วิธีเล่น

เลือกผู้เล่นคนหนึ่งให้เป็นพ่องู อีกคนหนึ่งเป็นแม่งู พ่องูยืนหันหน้า
เข้าหาแม่งู นอกนั้นให้เป็นลูกงู ซึ่งจะต้องจับเอวแม่งูเป็นแถวยาว ความยาว
ของลูกงูอยู่ที่จำนวนผู้เล่น โดยพ่องูจะเป็นฝ่ายถามแม่งูก่อนว่า

พ่องู แม่งูเอ๋ย

แม่งู เอ๋ย (ลูกช่วยตอบ)

พ่องู กินน้ำบ่อไหน

แม่งู กินน้ำบ่อโคก

ลูกงู โยกไปก็โยกมา (แม่งูและลูกงูโยกตัวไปมาทั้งแถว)

พ่องู แม่งูเอ๋ย

แม่งู เอ๋ย

พ่องู กินน้ำบ่อไหน

แม่งู กินน้ำบ่อทราย

ลูกงู ย้ายไปก็ย้ายมา (วิ่งซ้ายที่ขวาที่)

พ่องู แม่งูเอ๋ย

แม่งู เอ๋ย

พ่องู กินน้ำบ่อไหน

แม่งู กินน้ำบ่อหิน

ลูกงู บินไปก็บินมา (ทำท่าบินแล้วจับเอวต่อ)

พ่องู หุงข้าวก็หม้อ

แม่งูหม้อ (เท่าจำนวนลูกงูโดยนับแม่งูด้วย)

พ่องู ขอกินได้ไหม

ลูกงู ไม่ได้

พ่องู ตำนน้ำพริกก็ครก

แม่งูครก

พ่องู ขอกินได้ไหม

ลูกงู ไม่ได้

พ่องู ทอดปลาทุก็ตัว

แม่งูตัว

พ่องู ขอกินได้ไหม

ลูกงู ไม่ได้

พ่องู กินหัวกินหางกินกลางตลอดตัว

แม่งู กินหางตลอดตัว

พ่องูจะวังไล่จับลูกงูจากปลายแถวขึ้นมาหัวแถว แม่งูต้องพยายามป้องกันไม่ให้พ่องูมาเอาลูกงูไปได้โดยการกางมือกั้น แล้วลูกงูต้องคอยวิ่งหนี แต่ต้องระวังไม่ให้แตกแถว เมื่อจับลูกงูได้ พ่องูจะถามลูกงูว่า

พ่องู อยู่กับพ่อหรืออยู่กับแม่

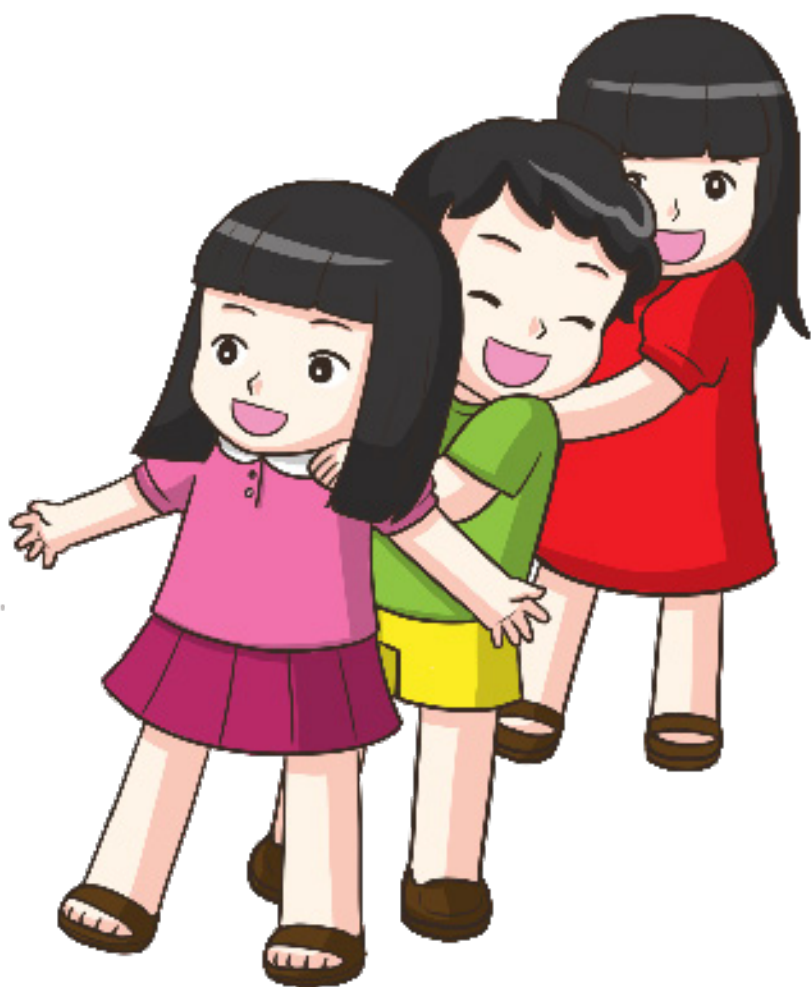
ลูกงู อยู่กับแม่

พ่องู ลอบแพไป

พ่องูจะผลักลูกงูให้ห่างออกไป ถ้าลูกงูตอบว่าอยู่กับพ่องู หักคอจมน้ำพริก พ่องูจะจับลูกงูให้ออกจากการเล่นไป ทำเช่นนั้นจนจับหมด ถ้าแม่งูตอบว่ากินกลางตลอดตัวพ่องูจะจับลูกงูตัวแรกในบริเวณกลางตัวต่อ ๆ ไป ลูกงูต้องหลบหนีให้ได้ แต่ถ้าแม่งูตอบว่ากินหัวตลอดหาง พ่องูต้องพยายามปล้ำแม่งูให้แพ้ให้ได้ แล้วจึงจะจับลูกงูตั้งแต่หัวแถวไปจนหมด เป็นอันจบเกม

ประโยชน์และคุณค่า

๑. ให้ความสนุกสนานในกลุ่มผู้เล่น
๒. ฝึกให้เกิดความสามัคคี
๓. ฝึกฝนการต่อสู้ และการหลบหลีกภัยที่จะเกิดกับตน
๔. ฝึกการทำงานเป็นกลุ่มตั้งแต่วัยเด็ก



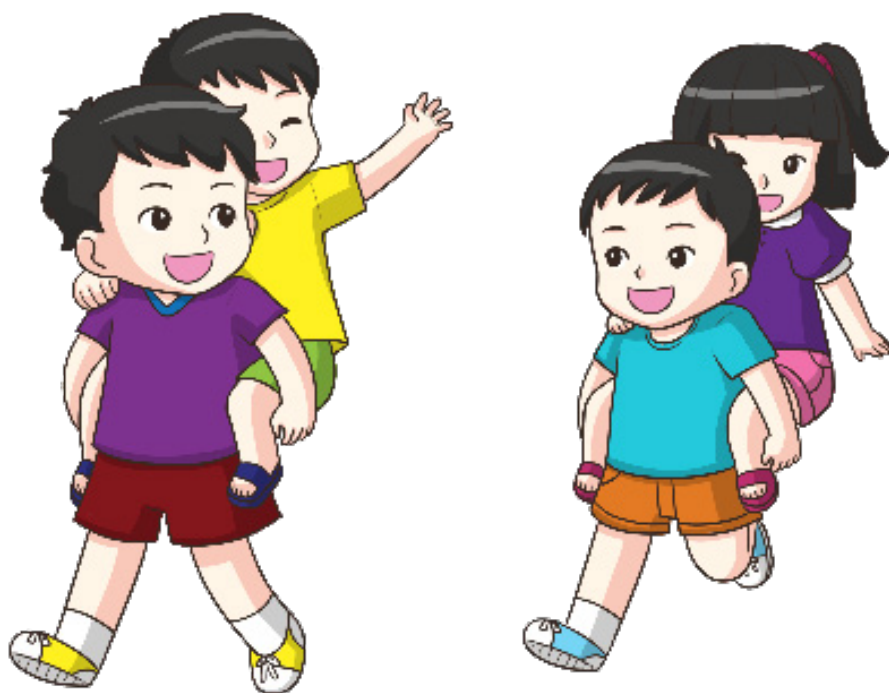
การเล่นกลางแจ้งประเภทไม่มีบทร้องประกอบ

ขี่ม้าส่งเมือง

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกุล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น แบ่งออกเป็น ๒ ฝ่ายเท่า ๆ กัน

อุปกรณ์ แก้ว ๑ ตัว



วิธีเล่น

เลือกผู้เล่นหนึ่งคนให้เป็นเจ้าเมือง (ตามความสมัครใจ) เจ้าเมืองนี้จะต้องเป็นคนกลาง ไม่เข้ากับฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง เมื่อได้เจ้าเมืองแล้วก็ให้ทั้ง ๒ ฝ่าย จับไม้สั้น ไม้ยาว เพื่อเลือกว่าฝ่ายใดจะเริ่มเล่นก่อน เมื่อได้ฝ่ายชนะแล้ว ก็จะได้เริ่มเล่นก่อน โดยการจับที่นั้งให้เจ้าเมืองนั่งไกล ๆ แล้วฝ่ายชนะก็จะเดินไปกระชิบกับเจ้าเมือง (กำหนดจำกัดเกี่ยวกับเรื่องที่จะกระชิบ ว่าเกี่ยวกับดอกไม้ สัตว์ ของใช้ ฯลฯ) การเดินมากระชิบของฝ่ายแรกจะต้องปิดเป็นความลับ และให้อีกฝ่ายหนึ่งมากระชิบบ้าง ถ้ากระชิบชื่อตรงกับฝ่ายแรก เจ้าเมืองก็จะพูดว่า “โป้ง” ฝ่ายแรก ก็จะเป็นเฉลยของอีกฝ่ายหนึ่ง (เฉลยก็คือคนที่ถูกกระชิบตรง) แต่ถ้าฝ่ายสองกระชิบไม่ตรงกับฝ่ายแรก ฝ่ายที่ ๒ (คนกระชิบ) ก็จะเป็นเฉลยของฝ่ายแรก ทำเช่นนี้จนฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหมดคนเล่นก็ให้ฝ่ายชนะขึ้นชี้หลังไปส่งยังตัวเจ้าเมือง

ประโยชน์และคุณค่า

- เป็นการฝึกฝนความอดทน และเคารพกฎกติกา

ชักเย่อ

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกูล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน แบ่งออกเป็น ๒ ฝ่ายเท่า ๆ กัน

อุปกรณ์ เชือกมะนิลาเส้นยาว ๆ ๑ เส้น



วิธีเล่น

แบ่งผู้เล่นเป็น ๒ ฝ่ายเท่า ๆ กัน ชีดเส้นแบ่งเขตตกลงให้แต่ละฝ่าย อยู่ตรงกันข้าม ให้ผู้เล่นที่แข็งแรงที่สุดอยู่หัวแถว ที่เหลือยืนต่อ ๆ กัน เมื่อได้ยิน สัญญาณจากกรรมการ ให้แต่ละฝ่ายช่วยกันออกแรงดึงให้ฝ่ายตรงข้ามเข้ามา ในเขตตนให้ได้ ถ้าดึงข้ามเขตมาได้ก็จะเป็นฝ่ายชนะ

ประโยชน์และคุณค่า

- เพื่อออกกำลังกาย ฝึกความอดทน ความสามัคคี การมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ

การเล่นในร่มประเภทที่มีบทร้องประกอบ

แอมมม

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกูล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ๒ ขึ้นคนขึ้นไป

อุปกรณ์ บทร้อง



วิธีเล่น

ให้ผู้เล่นคนหนึ่งเอามือวางมือบนพื้น ข้างหนึ่งแล้วใช้มืออีกข้างจิกลงไปบนหลังมือ แล้วกรีดนิ้วให้กระจาย ผู้เล่นคนอื่น ๆ หยิบหลังมือต่อ ๆ กัน ซ้อนกันขึ้นไป พร้อมกับร้องเพลง พอเพลงจบกระก็กระแทกเสียงให้หนัก ให้มือทั้งสองข้างจับหูของตนเอง แข่งขันกันว่าใครจะจับได้ไวกว่ากัน

บทเพลงร้องประกอบ

แมงมุมเอ๋ย	ขยุ้มหลังคา
แมวกินปลา	หมากัดกระพุ้งกัน
แมงมุมเอ๋ย	ขยุ้มหลัง
ลูกเจ็บหน้าหนา	วางลูกเสียเถิด
หมาหน้าเย็น	กัดกันแมวดำ
แมงมุมเอ๋ย	ขยุ้มหลังคา

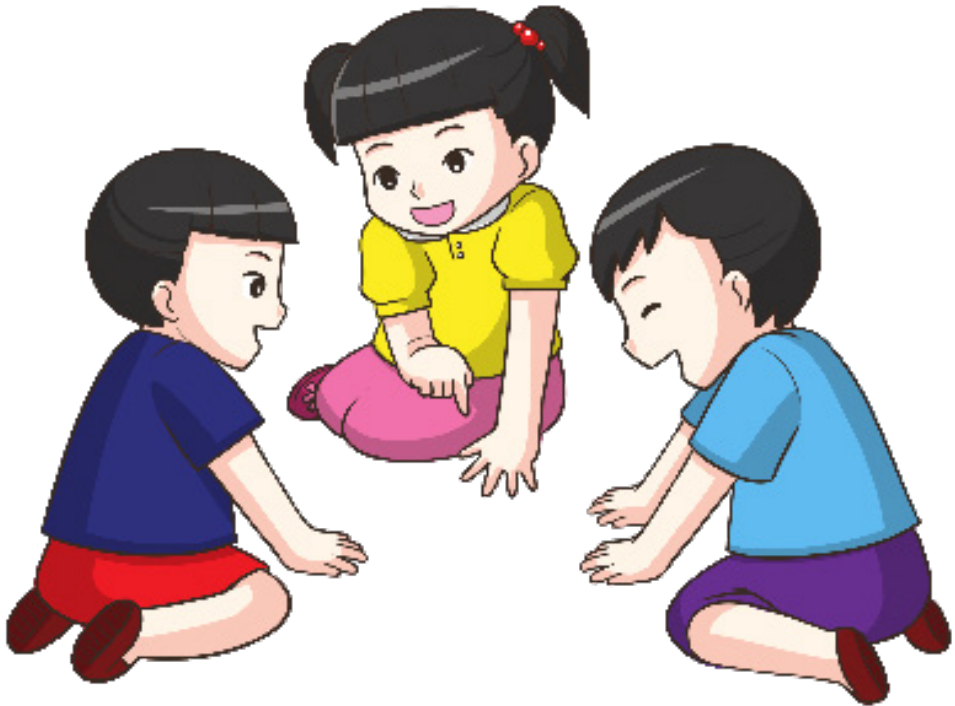
ประโยชน์และคุณค่า

- ฝึกสมาธิ ความอดทน และไหวพริบ

จำใจ

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกูล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ บัตรong



วิธีเล่น

ให้ผู้เล่นทั้งหมดนั่งล้อมวง แบมือทั้งสองข้างบนพื้น เลือกให้ผู้เล่นคนหนึ่งเป็นจี้ โดยใช้นิ้วจี้ไปที่มือของผู้เล่นรอบ ๆ วง พร้อมทั้งร้องเพลงไปด้วย เมื่อจบบทเพลง นิ้วที่จี้อยู่กับมือใคร คนนั้นต้องชักมือออกไป ผู้ใดถูกจี้แล้วหัดมือทั้ง ๒ มือก็ต้องออกจากการเล่นไปเรื่อย ๆ จนครบหมดทุกคน คนใดเหลือมือเป็นคนสุดท้าย จะต้องถูกรุมกินโต๊ะโดยการ “นั่งหมอบ” สมมุติว่ามีอาหารวางอยู่บนโต๊ะ(บนหลัง) แล้วให้พวกเพื่อนที่เล่นด้วยกันทำท่าหยิบอาหารกิน

บทเพลงร้องประกอบ

จ้ำจี้มะเขือเปราะ	กะเทาะหน้าแว่น	พายเรือออกแอ่น
กระแท่นตันกุ่ม	สาวสาวหนุ่มหนุ่ม	อาบน้ำท่าไหน
อาบน้ำท่าวัด	เอาแป้งที่ไหนผิด	เอากระจกที่ไหนส่อง
เยี่ยมเยี่ยมมองมอง	นกขุนทองร้องวู้	

ประโยชน์และคุณค่า

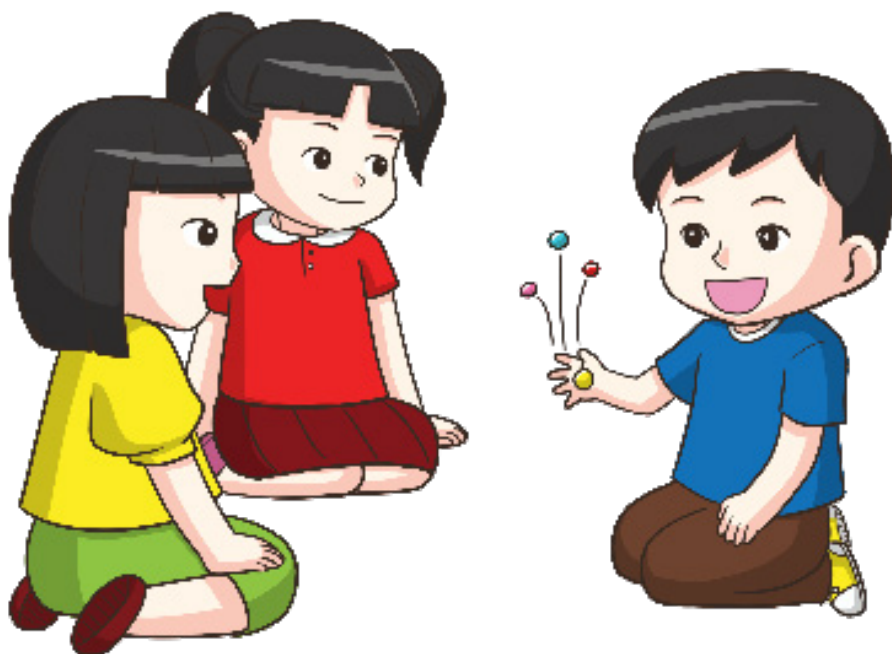
- เพื่อความเพลิดเพลิน สนุกสนาน และฝึกการร้องเพลง

การเล่นในร่มหรือกลางแจ้งประเภทไม่มีบทร้องประกอบ

หมากเก็บ

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกุล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น จำนวน ๒-๕ คน
อุปกรณ์ ก้อนหินขนาดเล็ก ๕ ก้อน



วิธีเล่น

วิธีการหาผู้เล่นก่อนโดยวิธี “ขึ้นร้าน” คือ การกำก้อนหินทั้ง ๕ ไว้ในมือ แล้วโยนขึ้นไปให้สูง รับก้อนหินทั้งห้าด้วยหลังมือ แล้วโยนพร้อมกับพลิกมือหงาย รับก้อนหิน ใครรับก้อนหินได้มากที่สุดจะได้เล่นก่อน

การเล่นหมากเก็บ จะเริ่มจากหมาก ๑ ถึงหมาก ๔ ด้วยวิธีการโยนก้อนหิน ก้อนหนึ่งไปบนอากาศ แล้วเก็บก้อนหินทีละก้อนพร้อมกับรับก้อนที่โยนไปไม่ให้ตกพื้น ทำจนกว่าจะครบ ๕ ก้อน

หมากที่ ๒ ถึงหมากที่ ๔ ก็เหมือนกัน แต่ต่างกันตรงการเก็บก้อนหิน เก็บครั้งละ ๒ ครั้งละ ๓ และครั้งละ ๔ ตามลำดับ เมื่อครบหมากที่ ๔ ก็ขึ้นร้าน นับคะแนนแข่งขันจากขึ้นร้านแล้วก็เริ่มหมากที่ ๑ ใหม่ ทำเช่นนั้นจนครบ ๑๐๐ คะแนน ใครครบก่อนคือผู้ชนะ ส่วนการเล่นใครทำก้อนหินตก โยนแล้วรับไม่ได้หรือเก็บไม่ครบจำนวนก็ต้อง “ตาย” ให้สิทธิ์คนอื่นเล่นต่อ

ประโยชน์และคุณค่า

๑. เพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
๒. เป็นการฝึกสมาธิ เกิดไหวพริบในการแก้ปัญหา
๓. ฝึกน้ำใจนักกีฬา โดยปราศจากการพนันอันเป็นอบายมุข
๔. เป็นการปลูกฝังความรัก ความสามัคคีในหมู่เด็ก

วิ่งเปี้ยว

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกุล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ ผ้า ๒ ผืน หลัก ๒ หลัก



วิธีเล่น

ปักหลักสำหรับวิ่งอ้อม ๒ หลัก หรือถ้าไม่มีหลักก็ให้ผู้เล่น ๒ คน นั่งยอง ๆ ฝ่ายละ ๑ คน เป็น “หัวต่อ” แทนหลักให้ผู้เล่นวิ่งอ้อมก็ได้ เวลาเล่นให้แต่ละฝ่าย ยื่นเข้าแถวเรียงหนึ่งไปทางด้านหลังของหลัก มีกรรมการคอยให้สัญญาณวิ่ง เมื่อได้ยินสัญญาณ ผู้วิ่งทั้ง ๒ ฝ่าย วิ่งถือผ้าคนละ ๑ ผืน อ้อมหลักของแต่ละฝ่าย และเมื่อวิ่งมาถึงฝ่ายตนเองให้ส่งผ้าให้คนที่เข้าแถวถัดไป และวิ่งเช่นเดียวกับ คนแรก ในขณะที่วิ่งพยายามวิ่งให้ทันฝ่ายตรงข้าม เมื่อวิ่งทันกับฝ่ายตรงข้าม ต้องใช้ผ้าที่ถืออยู่ในมือตีอีกฝ่ายหนึ่ง ถ้าตีได้ถือว่าเป็นฝ่ายชนะ

ประโยชน์และคุณค่า

- ได้ออกกำลังในทุกส่วนของร่างกาย และเกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลินในการเล่น

แข่งเรือบก

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกุล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ ไม่มี



วิธีเล่น

กรรมการขีดเส้นชัยและจุดเริ่มต้นให้ห่างกันประมาณ ๓ เมตร ผู้เล่นทั้งหมดให้แบ่งเป็น ๒ ฝ่าย เท่า ๆ กัน นั่งลงกับพื้น คนข้างหน้าอยู่ในท่าขัดสมาธิ พวกข้างหลังจะใช้เท้ารัดเอวของคนข้างหน้าเอาไว้ให้แน่น เมื่อสัญญาณการแข่งขันเริ่ม เรือบกทั้ง ๒ ลำก็พยายามกระเียบไปด้วยกันจนถึงเส้นชัย ลำไหนถึงก่อนถือว่าชนะ ในการแข่งขัน ถ้าเท้าหลุดจากเพื่อนก็ปรับว่าแพ้

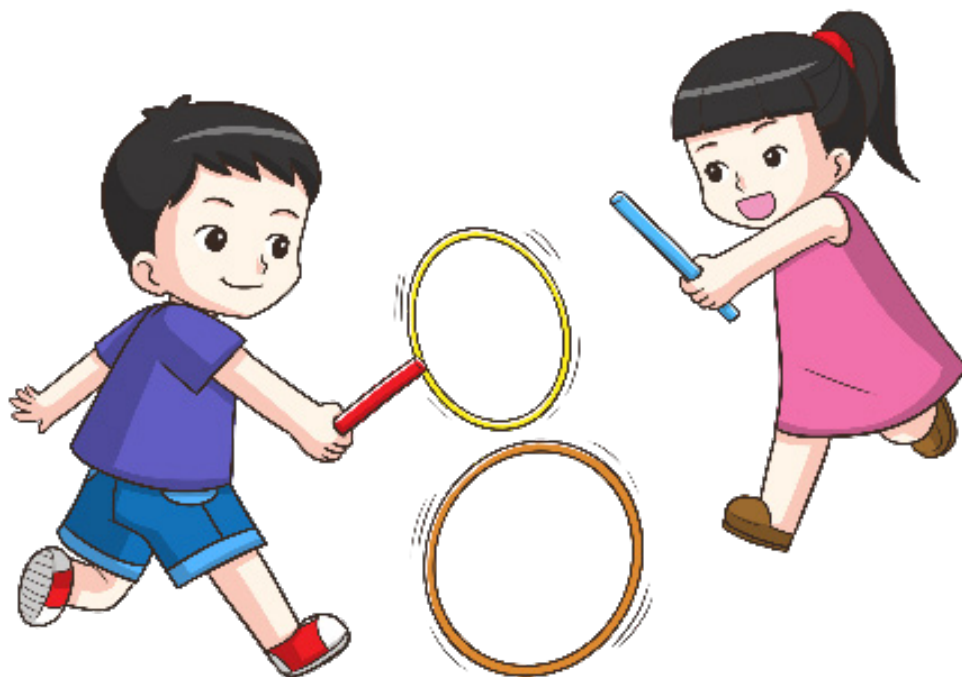
ประโยชน์และคุณค่า

- เป็นการออกกำลังกาย และสร้างความสามัคคี สร้างความสนุกสนาน การแข่งเรือบกจะเล่นในพื้นที่ที่ไม่มีแม่น้ำไหลผ่าน

ตีลูกล้อ

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกุล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ ยางรถจักรยาน (ยางนอก)



วิธีเล่น

การกำหนดจุดเริ่มต้นและเส้นชัย พวกที่เข้าแข่งขัน นำลูกล้อและไม่ตีวงล้อ มาเข้าแถวหน้ากระดานที่จุดเริ่มต้น แล้วใช้ไม้วิ่งตีลูกล้อให้กลิ้งไป แข่งกันกันว่า ใครจะถึงเส้นชัยก่อนกัน กติกาการเล่นต้องตีลูกล้ออย่างให้ไปถึงเส้นชัย ถ้าใครล้ม หรือลูกล้อทับต้องออกจากการแข่งขัน ใครที่ไปถึงเส้นชัยก่อนคือผู้ชนะ

ประโยชน์และคุณค่า

- เป็นการออกกำลังกาย ฝึกการมีน้ำใจเป็นนักกีฬาและเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน

ปลาหมอตกกระทะ

ข้อมูลจาก ตระการ อ.ตระกุล. (๒๕๔๑).

ผู้เล่น ไม่จำกัดจำนวน
อุปกรณ์ ไม่มี



วิธีเล่น

แบ่งผู้เล่นออกเป็น ๒ ฝ่ายเท่า ๆ กัน จับไม้สั้นไม้ยาวว่าใครจะเป็นผู้เล่นก่อน ผู้ชนะเป็นฝ่ายปลาหมอ ผู้แพ้เป็นจะกระทะ ผู้เล่นเป็นกระทะให้นั่งลงจับมือเป็นวงกลม ฝ่ายปลาหมอต้อพยายามกระโดดเข้ากระทะให้ได้ ถ้าเข้าได้ ๑ คน ก็สามารถนำพวกเข้ากระทะได้หมด เมื่อเข้าได้หมดแล้ว ก็เตรียมตัวออกเช่นกัน เมื่อออกได้ ๑ คน ก็สามารถออกได้หมด ฝ่ายกระทะก็ต้องคอยตวัดมือให้ถูกปลาหมอที่กระโดด ถ้าตวัดถูกใครผู้นั้นก็ “ตาย” จะกลายมาเป็นฝ่ายกระทะบ้าง

ประโยชน์และคุณค่า

- ฝึกสมาธิไหวพริบ และได้ออกกำลังกาย

กิจกรรมเข้าจังหวะ ดนตรี และเพลงสำหรับเด็ก

ข้อมูลจาก ดนุ จิระเดชากุล. (๒๕๔๒).

ดนุ จิระเดชากุล. (๒๕๔๒). ได้กล่าวไว้ว่า กิจกรรมเข้าจังหวะดนตรี และเพลงสำหรับเด็ก เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อเด็กเป็นอย่างมาก เพราะเป็นดนตรี และเสียงเพลง จะเป็นสิ่งกระตุ้นเด็กให้เกิดความตื่นเต้นกระฉับกระเฉง ไร้ใจให้อยากเล่นและอยากแสดงออกทางกิจกรรมสนุกสนานต่าง ๆ เสียงเพลง และเสียงดนตรีเป็นสัญลักษณ์ทุกชาติทุกภาษา ซึ่งมีความสำคัญและความจำเป็น ต่อชีวิตมนุษย์ตั้งแต่สมัยโบราณ



กิจกรรมเข้าจังหวะสำหรับเด็ก

กิจกรรมเข้าจังหวะ เป็นกิจกรรมการเล่นที่ใช้จังหวะประกอบการเคลื่อนไหว เช่น เคลื่อนไหวร่างกายให้เข้ากับจังหวะหรือเสียงเพลง จังหวะที่ใช้ประกอบก็คือ จังหวะจากเสียงเบส เสียงกลอง และทำนองของดนตรี รวมทั้งเสียงเคาะ เสียงปรบมือ และเสียงฉิ่ง ฉาบต่าง ๆ เป็นต้น

กิจกรรมเข้าจังหวะสำหรับเด็ก แบ่งตามลักษณะต่าง ๆ ได้ดังนี้

๑. การเดิน (Walk) คือ การเคลื่อนเท้า ถ่าน้ำหนักตัวสลับกันไป ในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง โดยให้เข้ากับจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

๒. การวิ่ง (Run) คือ การเคลื่อนเท้า ถ่าน้ำหนักตัวสลับกันไป ในทิศทางใดก็ได้ โดยการถีบตัวให้พ้นจากพื้นให้เร็วกว่าการเดิน โดยให้เข้ากับจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

๓. การกระโดด (Jump) คือ การกระโดดสปริงตัวขึ้นลงจากพื้น และลงสู่พื้นด้วยเท้าทั้งสองข้างพร้อมกันตามจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

๔. การกระโดดเขย่ง (Hop) คือ การสปริงตัวให้พ้นจากพื้น แล้วลงสู่พื้นด้วยเท้าข้างใดข้างหนึ่งเพียงข้างเดียวตามจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

๕. การกระโจน (Leap) คือ การทิ้งน้ำหนักลงบนเท้าข้างใดข้างหนึ่ง แล้วสปริงตัวจากพื้นด้วยเท้าข้างนั้น แล้วลงสู่พื้นด้วยเท้าอีกข้างหนึ่ง โดยให้เข้ากับจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

๖. การวิ่งสลับเท้า (Skip) คือ การก้าวเท้ากระโดดเขย่งสลับ เช่น ก้าวเท้า ด้วยการกระโดดเขย่งด้วยเท้าซ้าย ก้าวเท้าขวากระโดดเขย่งด้วยเท้าขวา ให้เข้ากับจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

๗. การสไลด์ (Slide) คือ การก้าวเท้าข้างใดข้างหนึ่งไปข้าง ๆ แล้วลากเท้าอีกเท้าหนึ่งไปชิด พร้อมกับก้าวเท้าแรกออกไปอีกเป็นจังหวะ นับก้าว ชิดก้าว โดยให้เข้ากับจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

๘. การควบม้า (Gallop) คือ การเคลื่อนเท้าไปข้างหน้า โดยให้มีเท้าข้างใดข้างหนึ่งเป็นเท้าหน้า แล้วกระโดดเคลื่อนไปตัวติดต่อกันไปให้เข้ากับจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

๙. การทำ Two Step คือ การก้าวเท้าข้างใดข้างหนึ่งไปข้างหน้า ก้าวอีกข้างหนึ่งไปชิดที่นั่งน้ำหนักตัวมาลงที่เท้าข้างที่ก้าวตาม ก้าวเท้าแรกไปข้างหน้าอีกครั้ง พักท่าช้า โดยเริ่มจากเท้าตรงกันข้ามไปเรื่อย ๆ ให้เข้ากับจังหวะเพลงหรือเสียงดนตรี

ดนตรีและเพลงสำหรับเด็ก



ดนตรีและเพลงที่เด็กแสดงออกเป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงสภาพทางจิตใจและอารมณ์ของเด็ก เด็กที่ชอบร้องเพลง ชอบเล่นดนตรี คือ ผู้ที่มีอารมณ์เพื่อผ่อนคลาย ทะเยอทะยาน เป็นผู้คิดถึงอนาคตและชอบตั้งความหวังในชีวิตในรูปแบบต่าง ๆ และจะมีแรงผลักดันให้พยายามดำเนินวิถีชีวิตตามแนวที่ได้คาดหวังเอาไว้ตั้งแต่วัยเด็ก

การเลือกกิจกรรมดนตรีและเพลงสำหรับเด็ก

การร้องเพลงและการเล่นดนตรีสำหรับเด็ก

๑. เด็กทุกคนมีพัฒนาการและภาวะความพร้อมทางร่างกายและจิตใจแตกต่างกันครูและผู้ปกครองของเด็กควรเข้าใจ ไม่คาดหวังความสามารถของเด็กว่าจะร้องเพลงหรือเล่นดนตรีได้ดีเหมือนกันทุกคน เด็กบางคนอาจจดจำเนื้อเพลงและสามารถร้องตามได้ไว ในขณะที่บางคนพยายามทำแล้วแต่ก็ไม่สามารถทำได้ไวหรือหัดเทียมกันได้

๒. เพลงสำหรับเด็กควรเป็นเพลงง่าย ๆ เริ่มต้นจากเพลงที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมหรือสิ่งที่เด็กได้รู้จักพบเห็นในชีวิตประจำวัน หรือเกี่ยวข้องกับตัวเด็กเอง

๓. การสอนเพลงในแต่ละครั้ง ไม่ควรสอนเพลงหลายเพลงมากจนเกินไป เด็กจะสับสนจำไม่ได้ ควรสอนไม่เกิน ๓ เพลงในแต่ละครั้งโดยหมุนเวียนซ้ำกันไป

๔. ในเวลาว่างหรือระหว่างพักกลางวัน ครูควรเปิดเพลงที่ใช้สอนเด็กเพื่อให้เด็กได้หัดร้องเพลงและร้องให้ถูกต้อง

๕. การสอนให้เด็กเล่นเครื่องดนตรีทุกชนิด ครูควรตระหนักถึงความพร้อมและพัฒนาการของเด็กด้วย รวมทั้งความสามารถในการเคลื่อนไหวของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย เด็กที่มีรูปร่างเล็ก ไม่ควรส่งเสริมให้เล่นเครื่องดนตรีที่มีน้ำหนัก เด็กอ้วนสามารถให้หัดเล่นเครื่องดนตรีชนิดเครื่องเป่าหรือเด็กที่มีขนาดของแขนและนิ้วที่ยาว ควรส่งเสริมให้หัดเครื่องดนตรีที่ใช้นิ้ว เช่น ออร์แกน กีตาร์ ไวโอลิน เป็นต้น

เพลงสำหรับเด็กปฐมวัย

เพลงสำหรับเด็กปฐมวัย มักจะเป็นเพลงที่เข้าใจง่าย ๆ ไม่ต้องไปตีความอะไรมา บางเพลงไม่ต้องมีความหมายอะไรเลยด้วยซ้ำ แต่เน้นความสนุกสนานและให้เด็ก ๆ มีส่วนร่วม และใช้จินตนาการไปกับเพลง และกิจกรรมที่ทำอยู่ในขณะนั้น มาดูตัวอย่างเพลงต่าง ๆ สำหรับเด็กปฐมวัย ที่นิยมใช้กันในขณะนี้ โดยรวบรวมมาให้ดูบางส่วน เพื่อเป็นแนวทาง ดังต่อไปนี้

เพลง เด็กทั้งหลาย

หนูเล็ก เด็กทั้งหลาย อย่างอนตื่นสายเป็นเด็กเกียจคร้าน
ตื่นเช้าจะได้เบิกบาน สดชื่นสำราญ สมองแจ่มใส
อาบน้ำ ล้างหน้า แปรงฟัน รีบเร่งเร็วพลัน แต่งตัวทันใด
รับประทานอาหารเร็วไว เสร็จแล้วจะได้รีบไปโรงเรียน

เพลง สวัสดี

สวัสดี สวัสดี สวัสดี วันนี้ เรามาพบกัน
เธอ และ ฉัน พบกัน สวัสดี

เพลง ผูกไมตรี

ผูกไมตรีกันเถอะหนา ฉันขอสัญญาเป็นเพื่อนกันเอย
ฉันไฝฝั้นมานานนักเอย อยากพบเธอ ขอผูกไมตรี

เพลง นีโวโปงอยู่ไหน

นีโวโปงอยู่ไหน	นีโวโปงอยู่ไหน
อยู่ที่นี่จะ	อยู่ที่นี่จะ
สุขสบายดีหรือไร	สุขสบายทั้งกายและใจ
ลาก่อนนะ	สวัสดี

(แล้วร้องซ้ำใหม่ โดยเปลี่ยนเป็นนีวอื่น ๆ ต่อไป)

เพลง งานสิ่งใด

งานสิ่งใด งานสิ่งใด แม้ใครละเลยทิ้งปล่อย
มัวแต่คอย เฝ้าแต่คอย หวังคอย
แต่เกียจโยนกอง ไม่มีเสร็จ ไม่มีเสร็จรับรอง
จำไว้ทุกคนต้อง ทำงาน ก็ต้องช่วยกัน ช่วยกัน ช่วยกัน

เพลง ตรงเวลา

ตรงต่อเวลา พวกเราต้องมาให้ตรงเวลา ตรง ตรง ตรงเวลา
พวกเราต้องมาให้ตรงเวลา
เราเกิดมาเป็นคน ต้องหมั่นฝึกฝนให้ตรงเวลา
วันคืนไม่คอยท่า วันเวลาไม่เคยคอยใคร (ซ้ำ)

เพลง พวกเรากำลังสบาย

หากว่าเรากำลังสบาย จงตบมือพลัน
หากว่าเรามีสุข ปลดเปลื้องทุกข์ใด ๆ ทุกสิ่ง
มัวประวิงอะไรกันเล่า จงตบมือพลัน
(ผงกหัวพลัน กระทืบเท้าพลัน จงส่งเสียงดัง จงออกท่าทาง)

เพลง ความเกรงใจ

ความเกรงใจ เป็นสมบัติของผู้ดี ตรองดูสิทธิทุกคนก็มีหัวใจ
เกิดเป็นคนถ้าหากไม่เกรงใจใคร คนนั้นไซ้ไร้คุณธรรมประจำตน

เพลง มือ และ เท้า

มือ เท้า ของหนู มีอยู่สิบนิ้ว มือหนูใช้หิ้ว ช่วยจับสิ่งของ
หนูเดินสองขา พาวิ่งไวว่อง หนูนั่งยองยอง ด้วยขาแข็งแรง

เพลง ต้ม นมกันเถอะ

ต้ม ต้ม ต้ม เรามาต้ม ต้ม นมกันเถอะ
ต้ม แล้ว อย่าทำเลอะเทอะ ต้มแล้ว อย่าทำเลอะเทอะ
ต้ม นมเยอะ ๆ ร่างกาย แข็งแรง เย้ ๆ (ฮู้)

เพลง แมงมุมลาย

แมงมุมลายตัวนั้น	ฉันเห็นมันส่งสารเหลือทน
วันหนึ่งมันถูกฝน	ไหลลงจากบนหลังคา
พระอาทิตย์ส่องแสง	ฝนแห้งเหือดไปลับตา
มันรีบไต่ขึ้นฟ้า	หันหลังมาทำตาลูกวาว

เพลง จับปูดำ

จับปูดำ ขยำปูนา	จับปูม้า คั่วปูทะเล
สนุกจริงเลย	ชะเลยนอนเปล
จะโอละเห่นนอนเปล	หลับไป

เพลง อีงอ่าง

อีงอ่างมันนั่งข้างโอ่ง มานั่งหลังโก่งจะคอยกินมด
เด็กเอ๋ยเจ้าอย่าพูดปด เด็กเอ๋ยเจ้าอย่าพูดปด
จะกลายเป็นมดอาหารอีงอ่าง

เพลง รำกระบี่ชาวเกาะ

รำกระบี่ชาวเกาะ	ไพเราะเสนาะจับใจ
สายน้ำหลังไหล	สายน้ำหลังไหล
กระทบหาดทราย	ดังกรีน ๆ
กระทบหาดทราย	ดังกรีน ๆ

เพลง ช้าง

ช้าง ๆ ๆ น้องเคยเห็นช้างรีเปล่า
ช้างมันตัวโตไม่เบา จมูกยาว ๆ เรียกว่างวง
มีเขี้ยวไต่งวงเรียกว่างา มีหูมีตา หางยาว

เพลง ทะเลแสนงาม

ทะเลแสนงาม	โอ้ ฟาสีครามสดใส
มองเห็นเรือใบ	เล่นอยู่ในทะเล
อยู่ทะเลเห็นปู	ดูซิดูหนู ปลา กุ้ง หอย นานา
อยู่ในท้องทะเล	อยู่ในท้องทะเล

เพลง ฝน

ซ่า ซ่า ซ่า ฝนตกลงมากระเด็นเป็นฝอย
เด็ก เด็ก หลบฝนกันหน่อย
เด็ก เด็ก หลบฝนกันหน่อย
ฝนเพียงเล็กน้อยจะเป็นหวัดเอ๋ย ฮัด เข้ย ฮัด เข้ย ฮัด เข้ย

เพลง มดแดง

มดแดง กัดแข้งกัดขา
กัดเสื้อ กัดผ้า ตุงแฉ่ง ตุงแฉ่ง

เพลง ลิง

เจียก ๆ ๆ เป็นเสียงเรียกของลิง
ลิงมันอยู่ไม่นิ่งมันชอบวิ่งกันอยู่ไปมา
เจียก ๆ ๆ มันร้องเรียกพวกมา
ครันพอถึงเวลาออกเที่ยวหาผลไม้กิน

เพลง ฝนตกจึก ๆ

ฝนตกจึก ๆ มือซ้ายถือปลา มือขวาถือผัก
พอถึงที่พัก วางผัก.....วางปลา

เพลง ก ไก่

ก เอ๋ย ก ไก่ เลี้ยงไว้ในเล้า
ขันปลูกพวกเรา ตื่นเช้ากันเอ๋ย

เพลง อย่าเกียจคร้าน

อย่าเกียจคร้านการทำงานนะพวกเรา
งานหนัก งานเบา เหนื่อยแล้วเราพักผ่อนก็หาย
ไม่ทำงานหลบหนีสาน ด้วยเกียจคร้านเอาแต่สบาย
แก่จนตายขอทำนายว่าไม่เจริญ

เพลง ก่อนจะจากกัน

ก่อนจะจากกันไป ขอฝากใจไว้กับทุก ๆ ท่าน (ซ้ำ)
ถึงตัวไกลใจนั้นไม่แปรผันและห่างไกล
แม้ว่าเราจากกันไม่ช้าพลันก็พบกันใหม่ (ซ้ำ)
ขอโชคดิมี่ชัย หมดทุกขโรครภัยตลอดกาล



ศิลปะและกิจกรรมสร้างสรรค์สำหรับเด็ก

ศิลปะและกิจกรรมสร้างสรรค์ คือ สิ่งที่จะช่วยเป็นแนวทางให้เด็กได้แสดงความสามารถ ความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมาในรูปของกิจกรรมที่เด็กมีจินตนาการ กิจกรรมเหล่านั้นอาจอยู่ในรูปของวัตถุสิ่งของ หรือรูปภาพ ซึ่งเด็กจะใช้ศิลปะเป็นสื่ออธิบายในสิ่งที่เขาได้กระทำ ได้ประติษฐ์ขึ้น การจัดประสบการณ์โดยให้โอกาสแก่เด็กจะช่วยส่งเสริมให้เด็กรู้จักค้นคว้า ทดลอง และสื่อสารความคิดของตนเองให้แก่ผู้อื่นและสิ่งที่อยู่รอบตัว เป็นการพัฒนาความคิด การสังเกต เพิ่มพูนทักษะการเรียนรู้ให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความรับผิดชอบเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่

การที่เด็กได้ฝึกหัดกระทำกิจกรรมสร้างสรรค์ จะช่วยให้เด็กเกิดพัฒนาการของระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาท มีความสัมพันธ์ระหว่างอวัยวะ ร่างกาย และสมองนำไปสู่ทักษะของการเรียน การอ่าน และการเขียนได้อย่างดีด้วย



ประเภทศิลปะและกิจกรรมสร้างสรรค์สำหรับเด็ก

ประเภทศิลปะและกิจกรรมสร้างสรรค์สำหรับเด็ก ดนุ จิระเดชากุล.
(๒๕๔๒). ได้กล่าวไว้ ดังนี้

๑. การปั้น (Modeling) คือ การนำเอาวัสดุอุปกรณ์ เช่น ดินเหนียว ดินน้ำมัน ปูนพลาสเตอร์ ขี้เลื่อย หรือแป้งเปียก เป็นต้น มาผสมกันและปั้นให้เป็นรูปร่างต่าง ๆ ตามใจชอบ

๒. การประดิษฐ์ (Creating) การนำเอาสิ่งของและวัสดุไม่ใช่แล้ว เช่น เศษผ้าไหมพรม เชือกฟาง กล่องกระดาด หลอดกาแฟ เส้นลวด กระดาษสี แป้งเปียกหรือกาว เป็นต้น นำมาประดิษฐ์ตกแต่งให้เป็นสิ่งของที่มีรูปร่างตามต้องการได้

๓. การตัด ฉีก ปะ (Cutting) อุปกรณ์ที่ใช้ ได้แก่ กระดาษสี กระดาษหนังสือพิมพ์ หนังสือแมกกาซีนต่าง ๆ กาว แป้งเปียก กรรไกร คัตเตอร์

๔. การระบายสี (Colour Painting) อุปกรณ์ที่ใช้ ได้แก่ สีชนิดต่าง ๆ พู่กัน ขอล็ก เชือก จานผสมสี ดินสอ ยางลบ กระดาษวาดภาพ ฯลฯ

๕. การวาดภาพด้วยนิ้วมือ (Finger Painting) อุปกรณ์ที่ใช้ ได้แก่ สี แป้งเปียก น้ำ เกลือ จานผสมสี กระดาษหรือผ้าผืนใหญ่

๖. การเล่นบล็อกและภาพตัดต่อ (Block & Jigsaw) อุปกรณ์ที่ใช้ ได้แก่ บล็อกพลาสติก บล็อกไม้ และรูปตัดต่อไม้ขนาดต่าง ๆ

๗. การวาดภาพด้วยทราย (Sand Painting) อุปกรณ์ที่จำเป็น ได้แก่ ทรายละเอียดสีชนิดต่าง ๆ ที่ต้องการ ถาดหรือจานสำหรับผสมสี น้ำ กระดาษหรือผ้า

สรุป

กิจกรรมนันทนาการการเล่น เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ และมีความสำคัญต่อการเตรียมตัวความพร้อมสำหรับเด็ก มีมากมายหลายกิจกรรม แต่ละกิจกรรมจะช่วยเสริมสร้างและส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม และความคิดสร้างสรรค์ของเด็ก

ธรรมชาติของเด็กจะเรียนรู้เพื่อทำให้เกิดความสนุกสนาน ฉะนั้น พ่อ แม่ ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องในการดูแลเด็ก ควรจะต้องช่วยสนับสนุน ส่งเสริมให้เด็กได้เล่นอย่างมีคุณค่า และมีความหมายมากที่สุด

กิจกรรมนันทนาการจะช่วยให้เด็กและเยาวชนของประเทศได้รับประสบการณ์ในชีวิตและการเจริญเติบโตจากกิจกรรมการเล่นต่าง ๆ ที่เด็กสนใจเข้าร่วม นอกจากนี้กิจกรรมนันทนาการยังสามารถช่วยให้มนุษย์ทุกเพศ ทุกวัย ทุกอาชีพ ได้รับความสุข ความสนุกสนาน ความพึงพอใจ อันเป็นคุณค่าเบื้องต้นทำให้เกิดความสมดุลแห่งชีวิต ซึ่งมีการทำงาน การพักผ่อนหย่อนใจ มีความรัก ความผูกพัน มีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจด้วยการบูชา เพราะชีวิตจะไม่สมบูรณ์ถ้าปราศจากสิ่งดังกล่าวแล้ว แต่ความต้องการจริง ๆ ของชีวิตนั้นยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ อีกมากมาย เช่น ความสวยงาม ความรู้ อุดมการณ์ เสียงเพลง ดนตรี เต้นรำ เกม กีฬา การท่องเที่ยว การผจญภัย ธรรมชาติ มิตรภาพ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ถือเป็นความต้องการที่จำเป็นขั้นพื้นฐานส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์

การเล่นคืออะไร

เพียเจท์ (Piaget) อ้างถึง รังสฤษฏ์ เสรีวุฒิชัย. (๒๕๓๕). กล่าวว่า การเล่นต่าง ๆ ของเด็ก คือ กิจกรรมที่จะทำให้เด็กเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อมในโลกได้อย่างสมบูรณ์ เขาจึงเชื่อว่า การเล่นจะเป็นการพัฒนาด้านสติปัญญา เขาจึงได้จำกัดความของการเล่นว่า เป็นวิธีการการเรียนรู้โลกภายนอก และจัดกระทำสิ่งนั้นเหมาะสมกับระดับของแต่ละบุคคล และได้สรุปพัฒนาการเล่นไว้ ๓ ขั้น คือ

๑. การเล่นขั้นใช้ประสาทสัมผัส
๒. การเล่นขั้นสัญลักษณ์
๓. การเล่นเกมที่มีกฎเกณฑ์

สรุปได้ว่า การเล่น หมายถึง กิจกรรมเพื่อประสบการณ์ทุกชนิด
ที่เด็กได้จัดขึ้น เพื่อความสนุกสนานมีความสุขและความพอใจกับการได้กระทำ
ซึ่งอาจเป็นกิจกรรมที่เด็กจัดขึ้นเอง หรือ ผู้อื่นจัดให้ การมองในด้านจิตวิทยาเด็กแล้ว
การเล่นมิใช่เพียงการทำกิจกรรม เพื่อความสนุก หรือผ่อนคลายอารมณ์เท่านั้น
แต่การเล่นยังเป็นกระบวนการที่มีผลในการช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย
จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

การเล่นมีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร

การเล่นของเด็ก เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นเมื่อผู้เล่นเกิดความพอใจ และสนุกสนานเป็นกิจกรรมที่ตอบสนองความกระตือรือร้น ความใฝ่รู้ของเด็ก โดยไม่ต้องมีการสอน เป็นการเรียนรู้ด้วยตนเอง ประกอบการเล่นสำหรับเด็ก มีหลายลักษณะ การเล่นจะต้องใช้เวลาไม่มากนัก กติกาการเล่นไม่ยุ่งยากซับซ้อน อุปกรณ์การเล่นง่ายและไม่แพง เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัย มุ่งเสริมทักษะ การเคลื่อนไหว เป็นการเน้นผู้นำและผู้ตามที่ดี เยาวพา เตชะคุปต์. (๒๕๔๑). เสนอไว้ว่า การเล่นสำหรับเด็กปฐมวัยที่ดีควรมีจุดมุ่งหมาย ดังนี้

๑. ส่งเสริมจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ของเด็ก
๒. ส่งเสริมให้เด็กรู้จักสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนอื่น
๓. ส่งเสริมให้เด็กกล้าแสดงออก มีความเชื่อมั่นในตนเอง
๔. ส่งเสริมลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์
๕. ส่งเสริมให้เด็กได้พัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผลมากขึ้น
๖. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็ก
๗. ทำให้เด็กกล้าแรง เบิกบาน แจ่มใส และมองโลกในแง่ดี

จะเห็นได้ว่า การเล่นเป็นความสามารถที่มีมาตั้งแต่กำเนิดมนุษย์ ความสามารถในการตอบสนองต่อโลกภายนอก เป็นปฏิกิริยาตอบสนองตามธรรมชาติที่เกิดจากแรงกระตุ้นภายใน จุดหมายของการเล่นจึงเป็นการพัฒนา การเจริญเติบโตพัฒนาการเรียนรู้ เพื่อเตรียมเติบโตเป็นเยาวชนที่มีคุณภาพ

ทฤษฎีเกี่ยวกับการเล่น

การเล่นของเด็กเป็นแนวทางหรือวิธีการที่เด็กแปลและถ่ายทอดความหมาย ความเข้าใจ และความรู้สึกที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัว ออกมาเป็นการกระทำ เพื่อให้ตัวเองเรียนรู้และให้ผู้อื่นรับรู้ความสามารถของตน การเล่นต่าง ๆ ของเด็ก จึงมีลำดับขั้นการพัฒนาที่เกี่ยวข้องและสอดคล้องกับพัฒนาการ ความรู้ ความเข้าใจและทางสังคมของเด็ก

จากการศึกษาวิจัยทฤษฎีการเล่นของนักจิตวิทยา นักโบราณคดี นักสังคมวิทยา และนักการศึกษา พอสรุปเป็นทฤษฎีเกี่ยวกับการเล่นดังนี้ จีระเดชากุล. (๒๕๔๒).

๑. ทฤษฎีพลังหรือส่วนเกิน (Surplus Energy Theory)

สเปนเซอร์ และสซิลเลอร์ (Spencer & Schiller) นักปรัชญาชาวอังกฤษ ทฤษฎีนี้อธิบายการเล่น คือ การใช้พลังงานที่สะสมไว้ในร่างกายกระทำกิจกรรม ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การเล่นเกม การต่อสู้ของเด็กเพื่อส่งเสริมให้เกิดพัฒนา ความเจริญเติบโตทางร่างกาย

๒. ทฤษฎีนันทนาการ (Recreation Theory)

ลาซารัส (Lazarus) ศาสตราจารย์จากมหาวิทยาลัยเบอร์ลิน ประเทศเยอรมัน ทฤษฎีนี้ ช่วยส่งเสริมวิถีทางชีวิตของบุคคลในช่วงเวลาว่าง ทำให้บุคคลได้ร่วมกิจกรรมที่ตรงกันข้ามกับความเป็นจริง ทำให้บุคคลรู้สึกสดชื่น กระชุ่มกระชวย เสริมสร้างพลังงานเป็นการพักผ่อนหย่อนใจ และเสริมสร้าง ประสบการณ์และคุณภาพชีวิต

๓. ทฤษฎีสัญชาตญาณ (Instinct Theory)

ตาร์ล กรอส (Groos) ศาสตราจารย์จากมหาวิทยาลัยเวเซล การเล่น เป็นการเตรียมตัวหรือสัญชาตญาณเพื่อความอยู่รอด โดยการฝึกทักษะต่าง ๆ เพื่อการดำรงชีพ การปรับตัวเพื่อการอยู่รอด ดังนั้น คนเราจะมีการเล่นใน ๔ รูปแบบ คือ

๑. การเล่นเกมต่อสู้ ได้แก่ การเล่นเกมเพื่อล่า การประกวดแข่งขัน
๒. การเล่นเกมความรักเป็นกิจกรรมที่สุภาพ
๓. การเล่นเกมเลียนแบบละคร
๔. การเล่นเกมสังคม การเล่นเกมเลียนแบบของเด็กในบทบาทผู้ใหญ่ต่าง ๆ เป็นการเตรียมตัว เป็นสัญชาตญาณอย่างหนึ่งที่จะปรับตัวอยู่ในสังคมวัฒนธรรมของคน

๔. ทฤษฎีระบายอารมณ์ (Catharsis Theory)

อริสโตเติล (Aristotle) การเล่นเกมเป็นการระบายออกตามธรรมชาติของเด็กทางอารมณ์ อริสโตเติล กล่าวว่า การเล่นเกมหรือแสดงละคร เป็นการจำลองเลียนแบบประสบการณ์ในอารมณ์ต่าง ๆ รูปแบบของการเล่นเกมเพื่อพัฒนาอารมณ์จิตใจ และเป็นการใช้พลังงานส่วนเกินในการเล่นด้วย

๕. ทฤษฎีลอกเลียนแบบ (Imitation Theory)

สแตนลีย์ ฮอลล์ (Stanley Hall) การเล่นเกมเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการของมนุษย์จากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ จากพฤติกรรมที่ต้องยังชีพ เช่น การตกปลา ล่าสัตว์ พายเรือ ตั้งค่ายพักแรม เป็นกิจกรรมที่ลอกเลียนแบบคนรุ่นก่อนที่สืบทอดกันมา ซึ่งเป็นการเลียนแบบวิวัฒนาการของการแสดงของคนหรือสัตว์ที่สืบทอดกันมานาน

๖. ทฤษฎีการผ่อนคลายความตึงเครียด (Relaxation Theory)

แพทริก (Patrick) การเล่นเกมก่อให้เกิดความเพลิดเพลินผ่อนคลายความตึงเครียดจากสังคม ดังนั้นการเล่นกิจกรรมนี้จะช่วยผ่อนคลาย และรักษาสุขภาพกาย และจิตใจของทุกคนในเมือง

๗. ทฤษฎีการแสดงออกแห่งตน (Self-Expression Theory)

เอลเมอร์ มิทเชล และเบอร์นาร์ดเมสัน (Elmer Mitchell & Bernard Mason) การเล่นเกมเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการตอบสนองความต้องการแสดงออกของมนุษย์ในเรื่องของความสามารถ ทักษะต่าง ๆ ทั้งทางด้านสรีระและกายวิภาค

ระดับทางสมรรถภาพทางกาย สิ่งแวดล้อมและสังคม การเล่นจะช่วยตอบสนองทางด้านเจตคติและนิสัยของคนช่วยเสริมสร้างประสบการณ์ใหม่ ช่วยให้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มด้วยความมั่นคง ตลอดจนการเป็นที่ยอมรับนับถือของคนอื่น ๆ

๘. ทฤษฎีสังคมประสานสัมพันธ์ (Social Contact Theory)

กลุ่มนักสังคมวิทยา ชื่อ ฟิสิกส์ คีสซิง (Physics Keesing) การเล่นเป็นกิจกรรมทางสังคมของมนุษย์ในการที่จะช่วยผสมผสานสังคม เพื่อเสริมสร้างเครือข่ายในวิถีชีวิตวัฒนธรรม อารยธรรม การให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การเคารพสิทธิรู้หน้าที่ความรับผิดชอบ

๙. ทฤษฎีการบุกเบิกสร้างสรรค์ (Creative Exploration Theory)

เบอร์ลินส์ (Berlyns) การเล่นเป็นพฤติกรรมการค้นหาสิ่งเร้า ซึ่งทำให้คนเราต้องการความตื่นเต้น ทำหาย ความพอใจ ความสนุกสนาน ในรูปแบบของการหัวเราะขบขัน และการเล่น ซึ่งช่วยให้บรรลุถึงความรู้สึกต้องการความสำเร็จขั้นสูงสุด (Self-Actualization) และช่วยลดแรงขับทางจิตวิทยาลง

๑๐. ทฤษฎีทดสอบความสามารถ (Competence Theory)

การเล่นเป็นแรงจูงใจจากการทดสอบความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และสามารถเรียนรู้ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยการทดลองหรือแสวงหาข้อมูลข่าวสารจากการสังเกตและทดสอบ ซึ่งก่อให้เกิดการค้นพบสิ่งใหม่ ๆ

๑๑. ทฤษฎีช่วงมรดกหรือกล่าวซ้ำ (Inheritance or Recapitulation Theory)

ทฤษฎีนี้กล่าวถึงการเล่นว่าเป็นมรดกของบรรพบุรุษที่บุคคลรุ่นปัจจุบันรับช่วงมา และได้นำมาปฏิบัติสืบกันต่อมา การเล่นดังกล่าวได้รับการพัฒนาปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น และการเล่นของคนในแต่ละชาติ ภาษาย่อมจะแตกต่างกันออกไปตามสังคมที่อยู่อาศัยที่ตนเกี่ยวข้องอยู่

๑๒. ทฤษฎีการเล่นเชิงให้ความสุข (The Enjoyment or Hedonic Theory)

การเล่น เป็นสิ่งซึ่งสัมพันธ์กับกิจกรรมอะไรก็ตามที่กระทำแล้วให้ความสุขความพอใจ โดยไม่ต้องพิจารณาว่าผลสุดท้ายที่ได้รับเป็นอย่างไร ผู้เล่นจะทำสิ่งนี้ด้วยความเต็มใจปราศจากการถูกบังคับ การเล่นถือเป็นส่วนสำคัญซึ่งเป็นที่ยอมรับในชีวิตของเด็ก การเล่นที่เด็กมีส่วนร่วมอย่างแข็งขัน จะทำหน้าที่ระบายพลังส่วนเกิน ซึ่งถ้าเก็บไว้โดยไม่ใช้หรือเก็บไว้จนเสียความสมดุลก็จะทำให้เด็กนั้นเครียด และอยู่ไม่เป็นสุข ถ้าไม่มีการเล่นโดยเฉพาะการเล่นกับเด็กอื่น ๆ แทนการเล่นกับผู้ใหญ่แล้ว เด็กก็อาจจะกลายเป็นคนเห็นแก่ตัว ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลางและมีลักษณะข่มขู่ผู้อื่นได้ จากการที่เด็กได้ศึกษาการเล่นกับเด็กอื่น ๆ เขาเริ่มที่จะเรียนรู้การมีส่วนร่วม รู้จักให้ และให้ความร่วมมือกับผู้อื่น ในที่สุดเด็กก็จะสามารถพัฒนาบุคลิกภาพที่กลมกลืนได้กับกลุ่ม ในทฤษฎีการเล่นที่กล่าวว่าให้ความสุขความเพลิดเพลินนั้น นอกจากจะชี้ให้เห็นความสำคัญของการเล่นในแง่ของพฤติกรรมทางสังคมแล้ว ยังชี้ให้เห็นคุณค่าของการเล่นในแง่ของการเรียนรู้ การบำบัดและการฝึกอบรมเด็กทางด้านจริยธรรมอีกด้วย การเล่นในทฤษฎีดังกล่าว จึงถือเป็นกิจกรรมที่สร้างสรรค์ก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินในตัว ของการกระทำนั้น ๆ

๑๓. ทฤษฎีการเล่นเชิงรู้คิด (The Cognitive Theory of Play)

การเล่นเป็นการกระทำที่ถือเป็นผลรวมของพฤติกรรมทั้งหมดของเด็กในการเล่น เด็กจะต้องมีการปรับตัวเพื่อให้เขาเข้าใจสิ่งแวดล้อมรอบตัวเสียก่อน แล้วจึงนำข้อมูลต่าง ๆ ที่เข้าใจและเข้าใจเก็บสะสมไว้ในโครงสร้างของการรู้คิดหรือสติปัญญา เพื่อให้มีการปรับขยายโครงสร้างเดิมให้กว้างขวางขึ้น ซึ่งนับเป็นการเตรียมพร้อมที่จะรับการเรียนรู้ในขั้นสูงต่อไป

ทฤษฎีการเล่นเชิงรู้คิด อธิบายลำดับขั้นของการพัฒนาการเล่น โดยเริ่มจากขั้นการเล่นที่เด็กต้องอาศัยประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว

ลักษณะการเล่นแสดงออกโดยพฤติกรรมที่มีการเคลื่อนไหว เด็กผู้เล่นจะใช้ประสาทสัมผัสต่าง ๆ ในการรับรู้และมีการกระทำหรือการเล่นที่ซ้ำ ๆ โดยไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อยหรือเบื่อหน่าย ขั้นต่อมาก็คือการเล่นที่เด็กรู้จักใช้สัญลักษณ์ ในขั้นนี้เด็กจะเริ่มรู้จักใช้ความคิด มโนภาพและจินตนาการมาเกี่ยวข้องกับการเล่นของตน ภาษาเป็นสื่อสำคัญในการแสดงความต้องการ การเล่นที่มีการสมมติจะสร้างความพอใจให้แก่เด็กอย่างมาก ขั้นถัดมา คือ การเล่นที่สื่อความคิดความเข้าใจ การเล่นส่วนใหญ่จะประกอบด้วย กฎเกณฑ์และการดำเนินวิธีการเล่นต่าง ๆ โดยมีการใช้หลักเหตุผลเป็นสำคัญ มีการคิดถึงเหตุผลและความเป็นไปได้ในสิ่งที่ตนเล่น รู้จักสื่อความคิดของตนให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจการเล่น จะมีลักษณะเลียนแบบตามความเป็นจริงของสิ่งแวดล้อม

สรุป

การเล่นเป็นส่วนสำคัญของการพัฒนาสติปัญญา การเล่นเป็นการกระทำและการคิดที่ผู้เล่นมีความพอใจ ถือเป็นกิจกรรมที่เกิดจากตัวผู้เล่นเป็นผู้กำหนดเองมากกว่าได้รับอิทธิพลโดยตรงจากสิ่งแวดล้อม

ของเล่น หมายถึง วัตถุใด ๆ ที่สร้างความสนุกสนานเพลิดเพลินให้กับผู้เล่นของเล่น จัดเป็นปัจจัยที่สำคัญปัจจัยหนึ่ง สภาพแวดล้อมหนึ่งที่มีผลต่อการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก ของเล่นแต่ละประเภท มีส่วนในการพัฒนาเด็กแตกต่างกันไป การเลือกใช้และผลิต จึงเป็นสิ่งสำคัญที่พ่อแม่ ผู้ปกครอง รวมทั้งครูจะมีบทบาทในการพิจารณาให้เหมาะสมกับพัฒนาการตามวัยของเด็ก และตรงตามวัตถุประสงค์ เพื่อให้สามารถส่งเสริมพัฒนาการเด็กด้านต่าง ๆ ได้อย่างครบถ้วน

ประเภทของเล่น

ประเภทของเล่นมีหลายอย่างหลายประเภท และสามารถแบ่งประเภทของเล่นตามประโยชน์ ได้ดังต่อไปนี้

๑. ของเล่นที่ส่งเสริมด้านภาษา

ได้แก่ ของเล่นที่เกี่ยวกับภาพ ตัวหนังสือ คำ เรื่องราว และการสนทนา ซักถาม เช่น หนังสือภาพ หนังสือนิทาน เพลง เทปเพลง เทปนิทาน ฯลฯ



๒. ของเล่นที่ส่งเสริมด้านคณิตศาสตร์

ได้แก่ ของเล่นที่ฝึกการนับจำนวน รู้จักนับเลข รู้จักการรวม และการแยกสิ่งของ ขนาด ระยะ จำนวน เช่น รูปเลขาคณิต ภาพเรียงลำดับขนาด โดมิโนจุด ฯลฯ



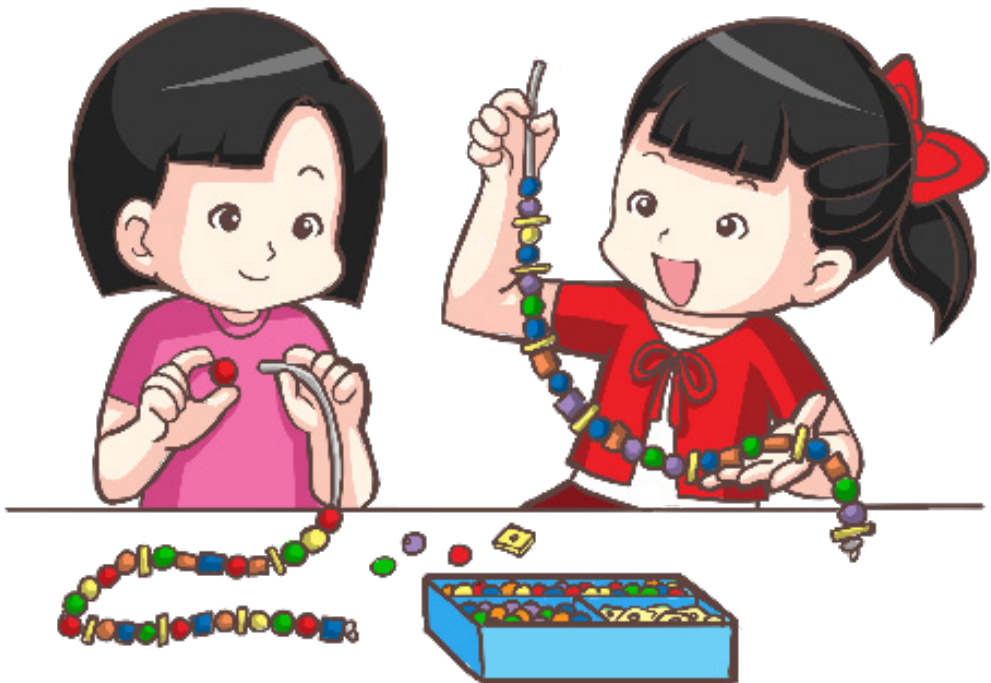
๓. ของเล่นที่ใหู้้จักสิ่งต่าง ๆ และฝึกการสังเกตเปรียบเทียบ

ได้แก่ ของเล่นที่เกี่ยวกับการเปรียบเทียบสี รูปร่างลักษณะ
ของสิ่งของต่าง ๆ เช่น ภาพตัดต่อ โดมิโนสี โดมิโนภาพ การพับกระดาษ ฯลฯ



๔. ของเล่นที่ฝึกประสาทตาและมือให้ทำงานสัมพันธ์กัน

ได้แก่ ของเล่น ที่ให้เด็กได้ ตอก ต่อ หยอด กด ร้อย ปัก เย็บ ผูก
เกี่ยว รูด เช่น กระดานซ่อนตอก ร้อยเชือกตามรู ร้อยลูกปัดเม็ดโต ๆ สานใบตาล
ใบมะพร้าวเป็นรูปต่าง ๆ ฯลฯ



๕. ของเล่นที่ทำให้กล้ามเนื้อเล็กกล้ามเนื้อใหญ่แข็งแรง

ได้แก่ การทำให้เด็กได้ออกกำลังนิ้ว มือ แขน ขา ลำตัว ด้วยการเล่น
กำ บีบ เขย่า เคาะ ตี ดึง ลากจูง ไถ ผลัก เลื่อน เช่น เล่นลูกบอล เล่นปั้นดิน
ขุดทราย ขึงผ้า ไม้สั่น เขย่าเครื่องดนตรี ตีกลอง ฯลฯ



๖. ของเล่นที่ให้เล่นเลียนแบบและสมมุติตามจินตนาการ

ได้แก่ เพื่อเป็นการพัฒนาการรับรู้ ความคิดฝัน และเลียนแบบ จากของจริง เช่น เล่นตุ๊กตา เล่นขายของ เล่นเป็นพ่อแม่ ครู หมอ ตำรวจ ทหาร ขาวนา ฯลฯ



๗. ของเล่นที่ให้เล่นสร้างและส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์

ได้แก่ เพื่อเป็นการให้เด็กสร้างสิ่งต่าง ๆ ตามโครงสร้างที่กำหนดให้ และใช้ความคิดสร้างสรรค์ เช่น เล่นต่อไม้บล็อก สร้างบ้าน เล่นปั้น เล่นวาดภาพ ระบายสี ฯลฯ



๘. ของเล่นที่ส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับโครงสร้างกลไก ของของเล่น

ได้แก่ เพื่อเป็นการส่งเสริมความรู้และทักษะทางวิทยาศาสตร์
เช่น เล่นกังหันหรือใบพัดหมุน เล่นรถไอลาน รถใช้แบตเตอรี่ ฯลฯ



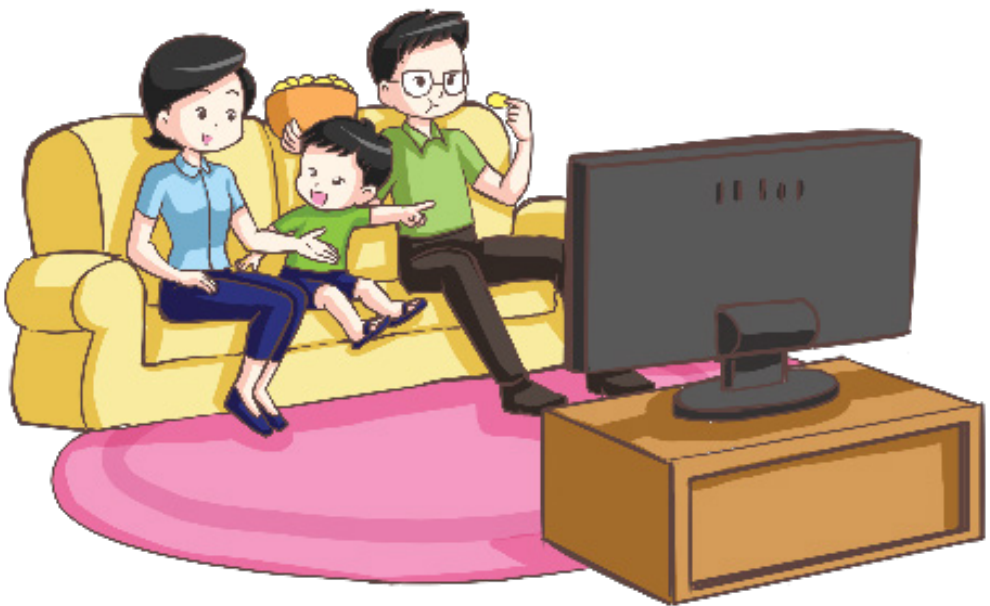
๙. ของเล่นที่ฝึกแก้ปัญหา

เพื่อช่วยให้เด็กแก้ปัญหาได้ กล้าแสดงออก และคิดได้รวดเร็ว คล่องแคล่ว เช่น เล่นทายปริศนาหรือปัญหาอะไรเอ่ย ของเล่นหาทางออก ฯลฯ แต่อย่าลืมว่า การเล่นเกมมีประโยชน์ และปลอดภัยได้ ก็ควรจะมีผู้ใหญ่คอยให้คำแนะนำหรือดูแลอยู่ใกล้ๆ เพราะนอกจากจะทำให้เด็กสนใจแล้ว ยังช่วยให้เด็กได้ใช้ความสามารถ อย่างเต็มที่ด้วย



โทรทัศน์กับการเล่นของเด็ก

เมื่อถามเด็ก ๆ ว่า “ชอบดูโทรทัศน์ไหม” เด็กส่วนมากจะตอบว่า “ชอบ” สมัยเริ่มแรกมีโทรทัศน์นั้นเครื่องรับโทรทัศน์เป็นที่ต้อนรับกันอย่างกว้างขวาง เพราะโทรทัศน์เป็นอีกสิ่งหนึ่งซึ่งแสดงถึงความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เมื่อมีผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ คนก็มักจะตื่นเต้นพิศวงและชื่นชมกับสิ่งนั้น แต่ในปัจจุบันคนกลับไม่ไว้วางใจโทรทัศน์เพราะต่างก็ได้เรียนรู้ว่าโทรทัศน์นั้นมีได้ให้แต่ความบันเทิงเท่านั้น ทว่าโทรทัศน์เป็นครูผู้ทรงอิทธิพล ผู้ถ่ายทอดข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ถ่ายทอดทัศนคติ และค่านิยมต่าง ๆ ออกมาสู่ผู้ชม จึงพากันสนใจต่อบทบาทของโทรทัศน์ที่มีต่อเด็ก และสาระของโทรทัศน์ที่มีอิทธิพลต่อเด็กมากขึ้น



โทรทัศน์เข้ามามีบทบาทต่อชีวิตภายในบ้านมากขึ้น อาจพอจะกล่าวได้ว่าโทรทัศน์ทำหน้าที่ ต่อไปนี้

๑. เป็นพี่เลี้ยงแก้เหงาสำหรับเด็ก เพื่อผู้ใหญ่จะได้มีเวลาพักผ่อนหรือกระทำการอื่น ๆ ซึ่งไม่ใช่การดูแลเด็กในขณะนั้น

๒. เป็นการศึกษาเสริมในส่วนที่เด็กน่าจะได้รับการเพิ่มเติมจากการเรียนในโรงเรียน

๓. เป็นการพยายามนำโรงเรียนมาสู่บ้านโดยการสอนความรู้และกิจกรรมต่าง ๆ ให้กับเด็ก

๔. เป็นการลดช่องว่างระหว่างวัฒนธรรม เมื่อโทรทัศน์เข้ามามีบทบาทในบ้าน การดูโทรทัศน์ก็ย่อมจะมีอิทธิพลต่อเด็กในการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งทางดีและทางไม่ดี โทรทัศน์เป็นสิ่งที่เราที่ออกจะซับซ้อนสำหรับเด็กในหลาย ๆ ด้านเพราะเนื้อหาสาระของรายการโทรทัศน์นั้นเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ เด็กต่างคนต่างก็สนใจเรื่องต่างกัน แม้ว่าจะดูรายการเดียวกันอยู่ก็ตามเด็กแต่ละคนอาจจะสนใจพิเศษในจุดที่ต่างกัน การดูโทรทัศน์มีผลอย่างไรต่อเด็กนั้น เราน่าจะพิจารณาถึงด้านต่าง ๆ คือ

ด้านแรก ความสามารถทางความเข้าใจและความตั้งใจของเด็ก เมื่อดูโทรทัศน์นั้น จากการวิจัยพบว่ายิ่งเด็กมีอายุมากขึ้นก็ยิ่งมีความเข้าใจในการดูโทรทัศน์มากขึ้น ทั้งนี้สังเกตจากการที่เด็กใช้สายตาจับจ้องที่จอโทรทัศน์เป็นเกณฑ์ เด็กเล็ก ๆ อายุก่อนสองขวบมักจะดูโทรทัศน์ไปพลางเล่นไปพลาง นัยน์ตาจับจ้องที่จอโทรทัศน์ช่วงเวลาสั้นกว่าเด็กโต รายการโทรทัศน์บางรายการจะดึงดูดความสนใจจากเด็กได้มากกว่าสิ่งที่ดึงดูดความสนใจได้ดี คือ ภาพ สตรี เด็ก การประสานสายตา หุ่น เสียงแปลก ๆ ภาพสัตว์หรือสิ่งที่เลียนแบบสัตว์ การเคลื่อนไหว การแสดงดนตรี โคลงกลอน การแสดงซ้ำ และการเปลี่ยนแปลงเสียงในโทรทัศน์ ส่วนเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความสามารถทางความเข้าใจของเด็กนั้น เด็กอาจจะไม่เข้าใจสิ่งที่ได้เห็นและได้ฟังทั้งหมด สำหรับเด็กเล็กขนาดชั้นอนุบาลและประถมตอนต้นนั้น หลังจากดูโทรทัศน์แล้วอาจจะจำเหตุการณ์

และความต่อเนื่องของเนื้อเรื่องได้ แต่ไม่สามารถอธิบายเหตุผลของการกระทำหรือเจตนาในการกระทำของตัวแสดงในเรื่องได้ดีนัก ส่วนเด็กในระดับชั้นประถมตอนปลาย และชั้นมัธยมตอนต้นนั้นจะจํารายละเอียดของเหตุการณ์และความต่อเนื่องของเรื่องได้มากกว่า กับยังเข้าใจถึงเจตนาหรือเหตุผลของการกระทำของตัวแสดงได้ดีกว่าเด็กเล็กอีกด้วย ทั้งนี้เนื่องจากเด็กที่โตกว่านั้นเข้าใจถึงความคิดของคนอื่น ๆ ได้มากกว่า สามารถรับรู้ได้ดีกว่า และมีความตั้งใจดูโทรทัศน์มากกว่าเด็กเล็ก ระดับสติปัญญาของเด็กก็เป็นอีกส่วนหนึ่งที่ช่วยให้เด็กเข้าใจเนื้อเรื่องของรายการ

ในด้านที่สอง เนื้อเรื่องที่ประกอบด้วยความก้าวร้าวในโทรทัศน์จะมีผลอย่างไรต่อเด็ก รายการโทรทัศน์นั้นมีทั้งภาพยนตร์แสดงและการ์ตูนที่เกี่ยวกับความก้าวร้าว นักจิตวิทยาได้พยายามหาคำตอบว่าเป็นไปได้หรือไม่ว่าความก้าวร้าวจากรายการโทรทัศน์นั้นจะเป็นตัวอย่างให้เด็กจำเอาไว้ใช้เมื่อยามเด็กเกิดความคับข้องใจหรือไม่เมื่อยามโกรธ ข้อนี้มีคำตอบอย่างชัดเจนซึ่งได้จากการทดลองกับเด็ก ว่าเด็กที่เคยเห็นตัวอย่างของความก้าวร้าวจะสามารถแสดงความก้าวร้าวได้มากกว่าเด็กที่ไม่เคยเห็นตัวอย่างมาก่อน การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็ก จะมีมากหรือน้อยนั้นขึ้นอยู่กับว่าถ้าตัวอย่างนั้นแสดงความก้าวร้าวแล้วได้ผลตอบแทนที่พอใจเด็กก็จะเลียนแบบบ้าง ถ้าตัวอย่างนั้นแสดงความก้าวร้าวแล้วถูกลงโทษให้เห็นเด็กจะไม่เลียนแบบ เด็กจะเลียนแบบจากตัวอย่างซึ่งเป็นคนเพศเดียวกันได้มากกว่า เกี่ยวกับสถานการณ์ที่จะแสดงออกนั้น หากเป็นสถานการณ์ที่ใกล้เคียงหรือคล้ายคลึงกับตัวอย่างที่เด็กเห็น เด็กก็จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมาได้มากกว่า นอกจากนี้การวิจัยยังพบอีกว่าตัวอย่างในโทรทัศน์นั้นมีผลอย่างมากในการแนะพฤติกรรมของเด็ก ตัวอย่างนั้นอาจจะช่วยส่งเสริมให้เด็กรู้จักการอดกลั้นไม่แสดงอารมณ์รุนแรง รู้จักกระทำตามกฎระเบียบหรืออาจเป็นตัวอย่างในด้านตรงกันข้ามก็ได้

ในด้านที่สาม รายการโทรทัศน์ที่เนื้อเรื่องประกอบด้วยตัวอย่างที่ดี มีผลอย่างไรต่อเด็ก พบว่าในรายการโทรทัศน์ ที่มีจุดประสงค์เพื่อให้เป็นรายการสำหรับเด็กและครอบครัวนั้นเป็นรายการที่เห็นได้ชัดว่ามีตัวอย่างที่ดีทางสังคม มีตัวอย่างที่ดีให้เห็นถึงคุณค่าของการแบ่งปัน ความอะลุ่มอะล่วย การพูดความจริง ความช่วยเหลือเอื้อเฟื้อกัน ความนอบนอบเชื่อฟังพ่อแม่ รายการโทรทัศน์ ที่มีตัวอย่างเหล่านี้พบว่า มีผลต่อเด็กคือ ประการแรก มีการนำรายการดังกล่าว มาเป็นตัวอย่างฝึกเด็กในโรงเรียนอนุบาล ทำให้เด็กมีการช่วยเหลือเอื้อเฟื้อกันดีขึ้น มีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อนและระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ มีการควบคุมตัวเองดีขึ้น ประการที่สอง พบว่าเป็นตัวอย่างซึ่งช่วยให้เด็กเปลี่ยนค่านิยมและทัศนคติ กล่าวคือทำให้เด็กลดความรังเกียจเดียดฉันท์เรื่องผิดระหว่างกัน ทำให้เด็ก ๆ เข้ากันได้ และเล่นด้วยกันมากขึ้น ประการที่สาม พบว่าเด็กมีความกรุณาเมตตา ต่อสัตว์มากขึ้น

ในด้านที่สี่ การดูโทรทัศน์กับการเล่นของเด็ก จะเห็นได้ว่า ในสมัยเมื่อยังไม่มีโทรทัศน์นั้นเด็ก ๆ จะใช้เวลาว่างในการเล่น แต่ในปัจจุบัน ส่วนหนึ่งของการใช้เวลาว่างของเด็กคือการดูโทรทัศน์จนโทรทัศน์กลายเป็นเพื่อน ที่คุ้นเคยกับเด็ก ในสหรัฐอเมริกาได้มีการสำรวจพบว่าเด็กในวัยอนุบาล และวัยประถมศึกษาใช้เวลาดูโทรทัศน์วันละประมาณ ๔ ถึง ๕ ชั่วโมงต่อวัน สำหรับเด็กที่เรียนชั้นประถมศึกษาชั้นนั้นตามปกติจะใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนวันละ ราว ๆ ๗ ชั่วโมง เมื่อพิจารณาตามจำนวนชั่วโมงที่เด็กใช้ดูโทรทัศน์แล้ว น่าจะคิดว่าเด็กหลายคนคงจะใช้เวลาดูโทรทัศน์มากกว่าใช้เพื่อกิจกรรมการเล่น

ลักษณะของการเล่นของเด็กกับลักษณะของการทำรายการโทรทัศน์ มีส่วนคล้ายคลึงกันอยู่บางประการ คือ

๑. เมื่อเวลาเด็กเล่นนั้น เด็กจะสนใจและตั้งใจเล่นมากจนกระทั่ง เมื่อผู้ใหญ่ร้องเรียกแทบจะไม่ได้ยิน ส่วนโทรทัศน์นั้นส่งภาพออกมาปรากฏ ซึ่งก็สามารถดึงดูดความสนใจของเด็กให้ดูภาพ บนจอโทรทัศน์ได้เช่นกัน

๒. การเล่นของเด็กประกอบด้วยเสียงและการกระทำ ส่วนโทรทัศน์ก็เช่นกัน ประกอบด้วยเสียงและการเคลื่อนไหว

๓. ขณะที่เด็กเล่นเด็กจะไม่จำกัดขอบเขตของจินตนาการ เดียวนี้เขาอาจจะเป็นอย่างหนึ่ง อีกสักครู่นี้เขาอาจจะมียุทธศาสตร์อย่างอื่นก็ได้ ด้านโทรทัศน์นั้นก็มีการเปลี่ยนแปลงบทบาทและรายการได้รวดเร็วเช่นกัน

๔. เมื่อเด็กเล่นนั้นเขาอาจจะสมมุติบทบาทเป็นสัตว์ร้าย ขณะต่อมาเขาอาจสมมุติว่าเขาตกเป็นเหยื่อ เมื่อไรที่รู้สึกหวาดเสียวหรือน่ากลัวเกินไปเด็กสามารถหยุดเล่นบทบาทสมมุติได้เมื่อเขาต้องการ ดังนั้นเขาจึงยังได้รับความมั่นใจและความปลอดภัยทางใจอยู่ว่า เขาสามารถเป็นผู้ควบคุมสถานการณ์ได้ ส่วนโทรทัศน์ก็คล้ายกันคือ รายการที่ปรากฏอยู่ในโทรทัศน์อาจดูเหมือนเรื่องจริงแต่ก็ไม่ใช่วิจิตจริง ยังคงมีความแตกต่างระหว่างภาพในโทรทัศน์กับตัวเด็กและชีวิตจริงของเด็กอยู่กับการดูโทรทัศน์มีผลอย่างไรต่อเด็กนั้น อาจสรุปได้ว่า ขึ้นอยู่กับความรู้ความเข้าใจ ความนึกคิด ความชอบของเด็ก และลักษณะของสิ่งแวดล้อมใกล้ชิดตัวเด็ก ตัวเด็กชอบไปทางคิดสร้างจินตนาการต่าง ๆ สารจากโทรทัศน์จะช่วยขยายจินตนาการของเด็กให้สูงขึ้น สติปัญญาของเด็กและระดับของความคิดความเข้าใจของเด็กจะเป็นตัวกำหนดว่าเด็กสามารถเข้าใจเนื้อหาของรายการโทรทัศน์เพียงไร แรงจูงใจบางประการในตัวเด็กเองอาจทำให้เด็กสนใจบางรายการเป็นพิเศษ เช่นเด็กที่พ่อต้องเดินทางไกลไม่ค่อยอยู่กับบ้านอาจจะให้ความสนใจบางรายการเป็นพิเศษกับรายการที่เกี่ยวกับครอบครัวซึ่งขาดพ่อ โทรทัศน์ช่วยแนะแนวทางให้เด็กรู้จักแก้ปัญหาด้วยวิธีการต่าง ๆ ที่จะทำให้เด็กนำมาใช้ได้ในชีวิตจริงและเสนอแนวทางการดำรงชีวิตแบบต่าง ๆ

ประโยชน์ของโทรทัศน์

ช่วยให้เด็กได้รู้จักกิจกรรมแปลกใหม่ วัฒนธรรม แนวทางการดำรงชีวิต
ข่าวสารความรู้ต่าง ๆ ซึ่งเป็นบ่อเกิดสำหรับความรู้ ความเข้าใจของเด็ก

โทษของโทรทัศน์

ให้ตัวอย่างของความเสียหาย ความก้าวร้าวรุนแรง ลักษณะของตัวแสดง
ซึ่งไม่เป็นความจริงหรือไม่ช่วยให้เกิดการพัฒนาในทางคุณประโยชน์

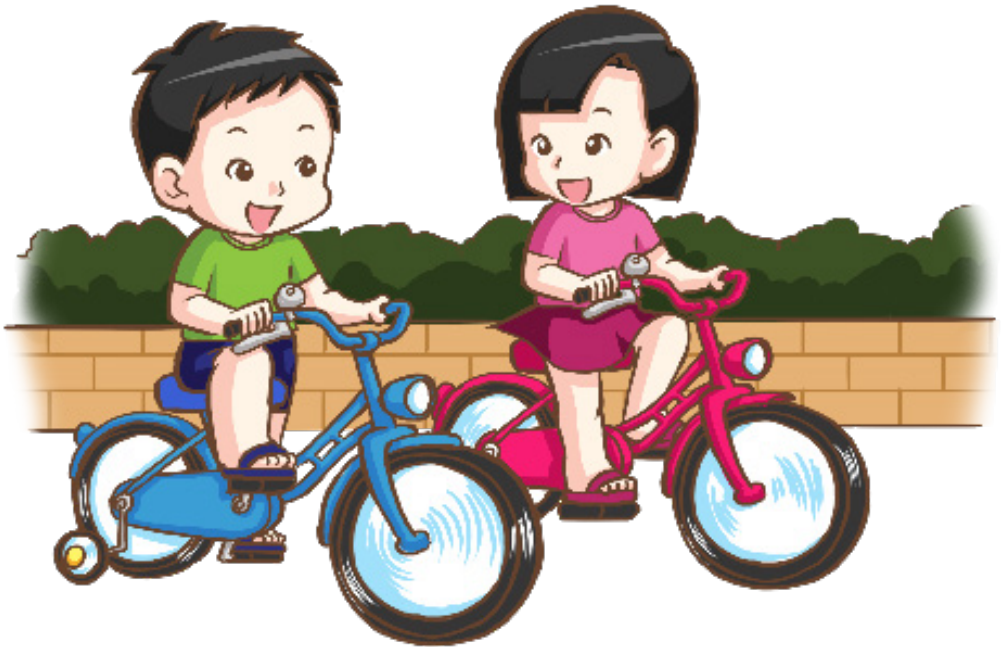
ฉะนั้นพ่อแม่ผู้ปกครองควรดูแลและให้คำแนะนำบุตรหลานอย่างใกล้ชิด
ในทุกครั้งที่ดูโทรทัศน์ เพื่อช่วยแนะแนวทางให้กับเด็ก ๆ เพื่อให้บุตรหลานเติบโต
เป็นเด็กดีและมีความรู้ควบคู่กันไป (www.childanddevelopment.com)



ลักษณะของเล่นที่ดี

ลักษณะของเล่นที่ดี ควรประกอบด้วย ดังนี้

๑. ต้องเหมาะสมกับวัยและความสามารถของเด็ก
๒. มีความปลอดภัย แข็งแรง ทนทาน ปราศจากพิษ ทำความสะอาดได้ง่าย
๓. ดึงดูดความสนใจของเด็กและเป็นของเล่นที่เด็ก ๆ ทั่วไปนิยมเล่น
๔. ไม่จำเป็นต้องมีราคาแพง อาจใช้วัสดุเหลือใช้ หรือวัสดุในท้องถิ่น
๕. ช่วยพัฒนาประสาทสัมผัสและการรับรู้ของผู้เล่นได้เหมาะสมตามวัย
๖. กระตุ้นให้เด็กเกิดจินตนาการและความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
๗. ของเล่นที่ดีควรพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวในส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ตั้งแต่ระดับหยาบ จนถึง การเคลื่อนไหวที่ละเอียดเพิ่มขึ้นตามวัย เช่น ต่อบล็อก ลากจูงหรือเข็นรถ ขี่จักรยาน เล่นกีฬา เล่นเครื่องดนตรี เป็นต้น



ของเล่นจึงเป็นสิ่งสำคัญ และเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับเด็ก ที่ผู้ใหญ่ ผู้ปกครอง พ่อแม่ ครู และผู้เกี่ยวข้องกับเด็ก ต้องจัดหาของเล่นที่ดี มีคุณภาพ เหมาะสมตามวัย เพื่อส่งเสริมให้เด็ก เจริญเติบโตอย่างมีประสิทธิภาพ



การเล่นและของเล่นที่เสริมพัฒนาการของเด็ก

การเล่นและของเล่นสำหรับเด็กมีความสำคัญ เพราะของเล่นจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา บุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย รวมทั้งความคิดสร้างสรรค์ และจินตนาการให้เกิดขึ้นกับเด็กในวัยต่าง ๆ กันดังต่อไปนี้

ข้อมูลจาก ดนุ จีระเดชากุล. (๒๕๔๒).

อายุ	ของเล่นและการเล่น	ประโยชน์
๓-๔ ปี	เด็กวัยนี้กล้ามเนื้อใหญ่ที่แขน ขา แข็งแรงขึ้น ควรส่งเสริมให้วิ่ง กระโดด ปีนป่าย	พัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ให้แข็งแรงเคลื่อนไหว กระฉับกระเฉงขึ้น
	การควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อเล็ก ที่มีอากัฏฐิขึ้น ควรให้เล่นของเล่นที่สวมเข้ากันได้ ดึงออกมาได้และของเล่นที่หมุนเป็นเกลียว เล่นโยนรับของเบา ๆ และควรฝึกให้ผูกเชือกกรองเท้า ตัดกระดาษ เลื้อยเอง	พัฒนากล้ามเนื้อเล็กให้แข็งแรงทำงาน คล่องขึ้น
	การทรงตัวดีขึ้น ควรฝึกเดินบนกระดาน แผ่นเดียว เดินบนเส้นตรง ยืนขาเดียว ชอบการเล่นที่เพิ่มความรุนแรง พลิกแพลง และโลดโผน ควรฝึกให้รู้จักม้วนตัว กลิ้งตัว ปีนป่าย และกระโดดจากที่สูง	ฝึกการพัฒนาการทรงตัวได้ดีขึ้น ฝึกความเชื่อมั่นในตัวเอง ความกล้า และการตัดสินใจ

อายุ	ของเล่นและการเล่น	ประโยชน์
๓-๔ ปี	ชอบการเล่นอิสระ การเล่นเลียนแบบ ลักษณะท่าทางของบุคคลและสัตว์ การเล่นสมมติกับตุ๊กตา การเล่นประกอบเพลงหรือนิทาน การแสดงท่าทางสนใจการเล่นเป็นกลุ่มเล็ก ๆ กับเด็กอื่น ๆ ที่ใช้เวลาสั้น ๆ	พัฒนาการด้านอารมณ์ สังคมและสติปัญญา
	ชอบเล่นของเล่นที่ยากมากขึ้น และของเล่นที่ทำให้ออกกำลังกายมากขึ้น เช่น เครื่องเล่นสนาม ได้แก่ ซิงช้า บ้านโดไม้สั่น บ่อทราย เล่นก่อสร้างต่าง ๆ	ฝึกความเชื่อมั่นในตัวเอง และพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ที่แขน ขา ให้แข็งแรง
๔-๖ ปี	การเจริญเติบโตของลำตัวท่อนบนขา แขนและขายาว มือสั้น เท้าเจริญเข้า ควรส่งเสริมให้กระโดด กระโดดเชือก เขย่ง ปีนป่าย ฝึกให้เล่นผาดโผน เช่น เกมที่เน้นการควบคุมความเร็วของร่างกาย เช่น เกมที่เล่นเป็นวงกลม เล่น บอลบ่า อีกาฟักไข่ เกมที่เกี่ยวกับการหนี เช่น ไล่จับ ไล่ตะแคง	พัฒนาความให้แข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ และฝึกทักษะการทำงาน ของร่างกาย และกล้ามเนื้อ
	สายตาสามารถมองเห็นไกล ๆ สายตาและมือทำงานประสานกันได้รวดเร็ว และดีขึ้น ควรให้เล่นกับลูกบอลใหญ่ ๆ ที่เบา ๆ ให้โยน เหวี่ยง ว้างรับ	ฝึกให้สายตา มือ เท้า แขน ขาลำตัวทำงาน ประสานกันได้ดีขึ้น

อายุ	ของเล่นและการเล่น	ประโยชน์
๔-๖ ปี	ชอบการเล่นที่รุนแรงผาดโผน ใช้ความเร็ว และออกแรงมาก ควรให้เล่นเครื่องเล่น สนาม เช่น โหนชิงช้า โหนราวไต่ เหยียดตัว และฝึกให้เล่นยิมนาสติกว่ายน้ำ	ฝึกความกล้า และการตัดสินใจพัฒนา กล้ามเนื้อใหญ่
	มีจินตนาการ บทสมมติเป็นเรื่องราว แสดงท่าทางประกอบเรื่อง หรือเล่น บทบาทสมมติ เช่น เล่าเรื่องเกี่ยวกับบ้าน พ่อแม่ลูก เกี่ยวกับร้านขายของ ชอบทั้ง การเล่นเลียนแบบ และการเล่นสร้างสรรค์ ชอบแสดงท่าทางประกอบเพลง หรือ กิจกรรมเข้าจังหวะ	พัฒนาการด้านอารมณ์ สังคมและสติ ปัญญา
	สามารถเล่นและทำงานเป็นกลุ่มใหญ่ได้ ควรให้เล่นเป็นกลุ่มใหญ่ๆ เช่น มอญซ่อนผ้า ทำตามผู้นำและให้เล่นเกมแข่งขัน เช่น วิ่งเปรี๊ยะ	
	ของเล่นที่ควรจัดหาให้ ได้แก่ เครื่องเล่น สนาม เช่น ชิงช้า ราวไต่แบบโค้ง บันไดหรือ ราวโหน ไม้สั่น ไม้กระดก ไม้กระดานยาว ฝึกการทรงตัว อุโมงค์ บ่อทราย	

อายุ	ของเล่นและการเล่น	ประโยชน์
๔-๖ ปี	เครื่องเล่นที่มีลูกล้อขับเคลื่อนได้ เช่น รถจักรยาน ของเล่นที่เสริมทักษะทางภาษา เช่น โดมิโน เป็นภาพสัตว์ สิ่งของ ผัก ผลไม้ ตัวพยัญชนะ เป็นคำ หนังสือภาพ หนังสือนิทาน เพลง เทปเพลง ภาพชุดเหตุการณ์ ชุดละ 4-5 ภาพ ของเล่นที่ส่งเสริมทักษะทางคณิตศาสตร์ เช่น โดมิโน ชุดตัวเลข กระดานจำแนกจำนวน กระดานตัดต่อภาพสัตว์/ผลไม้ สิ่งของ เรียงขนาดกระดานตัดต่อรูปทรง กล่องหยอดบล็อกรูปทรง ของเล่นให้รู้จักสิ่งต่าง ๆ และฝึกการสังเกตเปรียบเทียบ เช่น กระดานเปรียบเทียบสี/กล่อง หลอดสี กระดานเปรียบเทียบความเหมือน ความต่าง และหาความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ (6-20 ชิ้น)	ฝึกทักษะการเคลื่อนไหวคล่องแคล่ว ฝึกการทรงตัวให้มั่นคง พัฒนากล้ามเนื้อ ฝึกการสังเกต เปรียบเทียบ รู้จักชื่อเรียกสิ่งต่าง ๆ รู้จักพยัญชนะ รู้จักคำ ฝึกการฟัง พูด และการเรียงลำดับเรื่องราว ฝึกการสังเกต เปรียบเทียบ รู้จักจำแนก จัดลำดับ และเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเลข จำนวน ขนาด รูปทรงเรขาคณิต ฝึกความจำ และเรียกชื่อสิ่งต่างๆ ได้ถูกต้อง รู้จักสี รูปร่างลักษณะ คุณสมบัติ ประโยชน์ และเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ

อายุ	ของเล่นและการเล่น	ประโยชน์
๔-๖ ปี	ของเล่นฝึกการใช้ประสาทสัมผัส ซึ่งเป็นของเล่นที่เด็กจะได้หยอด ตอก ต่อ กด ร้อย ปัก เย็บ ผูกเกี่ยว รูด เช่น กระดานค้อนตอก กระดานปักหมุด ลูกบิดเม็ดโต ๆ ใช้เชือกและเข็มไม้ ร้อยด้าย กรอบผ้าฝึกติดกระดุม รูดซิป ผูกโบว์ ผูกเชือก ขวดน้ำละอองใส่น้ำ ไขกรอกใส่ขวด ของเล่นพัฒนาการกล้ามเนื้อเล็ก-ใหญ่ ซึ่งเป็นของเล่นที่เด็ก กำ บีบ เขย่า ตี และ ดึง ลาก จูง ไถโยน ผลัก เลื่อน เช่น กลอง แบบต่าง ๆ เครื่องดนตรีที่ใช้เคาะ/เขย่า ลูกบอลขนาดใหญ่แต่เบาและขนาดกลาง ถุงถั่ว ถุงทราย ของเล่นที่ให้เล่นเลียนแบบและสมมติ ตามจินตนาการ เช่น ของเล่นจำลองเมือง ฟาร์มหมู่บ้าน บ้าน ทหาร สวนสัตว์ เครื่องเรือน เครื่องครัว และของใช้ต่าง ๆ ชุดเสื้อผ้าผู้ใหญ่ที่ไม่ใช่ เช่น เครื่องแบบ ทหาร ตำรวจ หมอ นางพยาบาล ลูกเสือ กระเป๋า รองเท้า เครื่องแต่งหน้าที่ใช้หมดแล้ว ตุ๊กตา และหุ่น	ฝึกทักษะการใช้สายตา และมือให้สัมพันธ์กัน พัฒนากล้ามเนื้อนิ้ว มือ แขน ขาลำตัว ให้แข็งแรง หยิบจับสิ่งต่างๆ ได้มั่นคง และเคลื่อนไหวได้คล่องแคล่ว ฝึกการฟังเสียง และการเคลื่อนไหวตามจังหวะ พัฒนาการรับรู้ ความคิดฝัน และเลียนแบบ จากของจริง ทำให้เด็กรู้จักปรับสิ่งใหม่ ให้เข้ากับสิ่งที่คุ้นเคย หรือรู้จักแล้วคิด และเข้าใจตามที่เป็นจริง

อายุ	ของเล่นและการเล่น	ประโยชน์
๔-๖ ปี	ของเล่นที่ให้เล่นสร้างและส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ เช่น พลาสติก สร้างสรรค์ ก่ออิฐอิฐพลาสติก บล็อก ขนาดและรูปร่างต่าง ๆ ก่ออิฐอิฐ ขนาดต่างๆ วัสดุที่ใช้ในการวาดภาพระบายสี เช่นกระดาษ ดินสอสี/สีเทียน/สีฝุ่น/สีโปสเตอร์ พู่กันวัสดุที่ใช้ในการปั้น เช่น ดินเหนียว ดินน้ำมัน วัสดุที่ใช้ไม้เศษไม้ เศษผ้า เศษเชือก ลูกกระดาษ มีก้นกว้าง ของเล่นที่ส่งเสริมเกี่ยวกับประสบการณ์เกี่ยวกับโครงสร้าง กลไกของเล่น เช่น ของเล่นที่เคลื่อนที่ได้ด้วยแรงลม ไชลาน แบตเตอรี่ และเครื่องบังคับต่าง ๆ อาจมีไฟและเสียงด้วย เครื่องเล่นลอยน้ำ แบบต่าง ๆ ทำด้วยยาง ลูกโป่ง เครื่องชั่งน้ำหนักแบบง่าย ๆ ของเล่นที่ฝึกการแก้ปัญหาและกล้าแสดงออก ซึ่งเป็นของเล่นในการเล่น เกมต่าง ๆ เช่น เสือตกถัง หมากเก็บ หมากฮอส อีกตัว	เหตุผล และรู้จักกฎเกณฑ์ทางธรรมชาติ โดยไม่มีใครสอนรวมทั้งถ่ายทอดสิ่งที่อยู่ในความคิดออกมาเป็นรูปธรรม ส่งเสริมความรู้และทักษะทางวิทยาศาสตร์ ทำให้เด็กอยากรู้อยากเห็นและสนใจสร้างสิ่งใหม่ ๆ รู้จักโครงสร้างและการเคลื่อนที่ของสิ่งต่าง ๆ ฝึกการกล้าเผชิญกับสิ่งแปลกใหม่ รู้จักสำรวจและทดลอง เข้าใจปัญหาได้รวดเร็ว รู้จักคิดตัดสินใจ มีความมั่นใจ กล้าแสดงออก และฝึกการใช้ประสาทด้านต่าง ๆ ให้สัมพันธ์กัน

ประโยชน์ของการเล่น

การจัดกิจกรรมสำหรับเด็ก ควรคำนึงถึงธรรมชาติและความต้องการของเด็ก โดยมุ่งให้เด็กได้พัฒนาความสามารถของตนเอง และให้เด็กได้มีโอกาสพัฒนาทักษะในการเรียนรู้ เช่น การสำรวจ การค้นคว้า การทดลอง การสังเกต การตัดสินใจ การแก้ปัญหา และการคิดอย่างมีเหตุผล รวมทั้งได้ใช้ความสามารถของตน ในการปฏิบัติที่ตนพอใจและสนใจอย่างเต็มที่ ดังนั้นการเล่นจึงมีประโยชน์ ดังนี้ รังสฤษฎ์ เสรีวุฒิชัย. (๒๕๓๕).

๑. ช่วยประสานระหว่างกล้ามเนื้อต่าง ๆ กับประสาทการรับรู้

การเล่นทั้งหมดจะต้องใช้ระบบประสานงานระหว่างประสาทการรับรู้กับการใช้กล้ามเนื้อ ซึ่งเป็นความจำเป็นอย่างหนึ่งของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการทำงาน หรือการอาชีพ เช่น การเล่นดนตรี การขับรถ การปฏิบัติงานด้านศิลปะ อื่น ๆ ดังนั้นการเล่นช่วยฝึกการประสานนี้ให้คล่องตัวและฉับไวยิ่งขึ้น



๒. เป็นการออกกำลังกายช่วยให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์

การเล่นหลายประเภทเน้นการออกกำลังกาย เด็กที่วิ่งไล่จับกัน เป็นตัวอย่างที่เห็นได้ชัด เด็กตัวเล็ก ๆ ที่เพิ่งจะวิ่งเป็น มักวิ่งวนรอบ ๆ โต๊ะ หรือหมอน และการเล่นหมากเก็บ ซึ่งต้องกำมือและยกแขน ก็ยังถือว่าเป็น การออกกำลังกายเหมือนกัน



๓. ช่วยให้เกิดความเพลิดเพลิน

การเล่นมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับความเพลิดเพลิน เพราะเป็นการผ่อนคลายความเครียด การเล่นเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมในการค้นหาค้นหาความเครียดเป็นการเปลี่ยนอริยาบถของเด็ก ๆ ด้วยการเล่นจะช่วยผ่อนคลายอารมณ์ รวมทั้งช่วยเสริมให้มีสมาธิขึ้น

๔. ส่งเสริมความอยากรู้อยากเห็น

การเล่นบางประเภทกระตุ้นให้เกิดความอยากรู้อยากเห็น เป็นการสร้างเสริมสติปัญญา เช่น การเล่นเกมคำสัมผัส หรือของเล่นเป็นวัตถุช่วยส่งเสริมให้อยากแกะดูว่าเป็นอย่างไร เช่น รถยนต์จำลอง เครื่องบินจำลอง



๕. ช่วยส่งเสริมการคิดเห็น

การเล่นหลายอย่างส่งเสริมการคิดค้น ความเป็นไปได้ เช่น เด็กบางคนเล่นกับสวนสัตว์ พลาสติก จนถึงขั้นแสวงหาความรู้เพิ่มเติมว่าสัตว์แต่ละชนิดมีความเป็นอยู่อย่างไร

๖. ช่วยพัฒนาการใช้ภาษา

การพัฒนาการใช้ภาษาการพัฒนาภาษาขึ้นอยู่กับการเล่น ๒ ลักษณะ คือ

๖.๑ การเล่นที่ส่งเสริมการใช้ภาษา เช่น การเล่นท่อนไม้ทาสีต่าง ๆ กันที่เป็นรูปเรขาคณิต เด็กมักมาต่อกัน การเล่นนี้อาจจะสอนเรื่องของสี พร้อมกับการสอนรูปทรงเรขาคณิต



๖.๒ การเล่นที่ใช้เกมภาษาโดยตรง เช่น การต่อตัวอักษรให้เป็นคำ การเล่นใบ้คำ (การเล่นทั้งสองลักษณะจะช่วยพัฒนาการใช้ภาษา)

๗. ช่วยพัฒนาทักษะให้ดีขึ้น

การเล่นหลายประเภทจะต้องมีการฝึกซ้อมเพื่อพัฒนาทักษะให้เกิดความสามารถที่ดีมีความคล่องแคล่วว่องไว

ทักษะแบ่งเป็น ๒ ลักษณะ คือ

๑. ทักษะไม่มีกฎเกณฑ์มาก เป็นการกระทำที่มีความละเอียดอ่อนและเป็นไปตามเป้าหมาย

๒. ทักษะแบบละเอียดประณีต เป็นการกระทำที่ละเอียดอ่อนมีระบบ ระเบียบ และเป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนด

ทักษะทั้ง ๒ ลักษณะนี้ ทำให้เกิดความคล่องตัวหรือความรวดเร็วในการใช้กล้ามเนื้อให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ มีประโยชน์ทั้งในด้านการถ่ายทอดทักษะนี้ไปยังกิจกรรมอื่น ๆ รวมทั้งส่งเสริมการออกกำลังกาย

๘. ช่วยฝึกวิธีการแก้ไขปัญหา

การแก้ปัญหาเป็นส่วนหนึ่งของการเล่น เช่น การเล่นซ่อนหา ก็ต้องหาที่ซ่อนที่คิดว่าเขาจะคิดไม่ออกหรือหาไม่พบ

๙. ช่วยในการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์เป็นคุณภาพของสติปัญญาอย่างหนึ่งที่เราต้องการให้เด็กมี ปัจจุบันมีของเล่นใหม่ ๆ ให้เด็กได้เล่น เพื่อการสร้างสรรค์และจินตนาการ เช่น การปั้นดินน้ำมันเป็นรถไฟจำลอง หรือรถยนต์จำลองตามที่ได้จินตนาการ ซึ่งจะช่วยให้เด็กเล่นได้อย่างสนุกสนานและสร้างอะไรใหม่ ๆ ขึ้นด้วยตัวเอง โดยไม่ต้องมีต้นแบบ

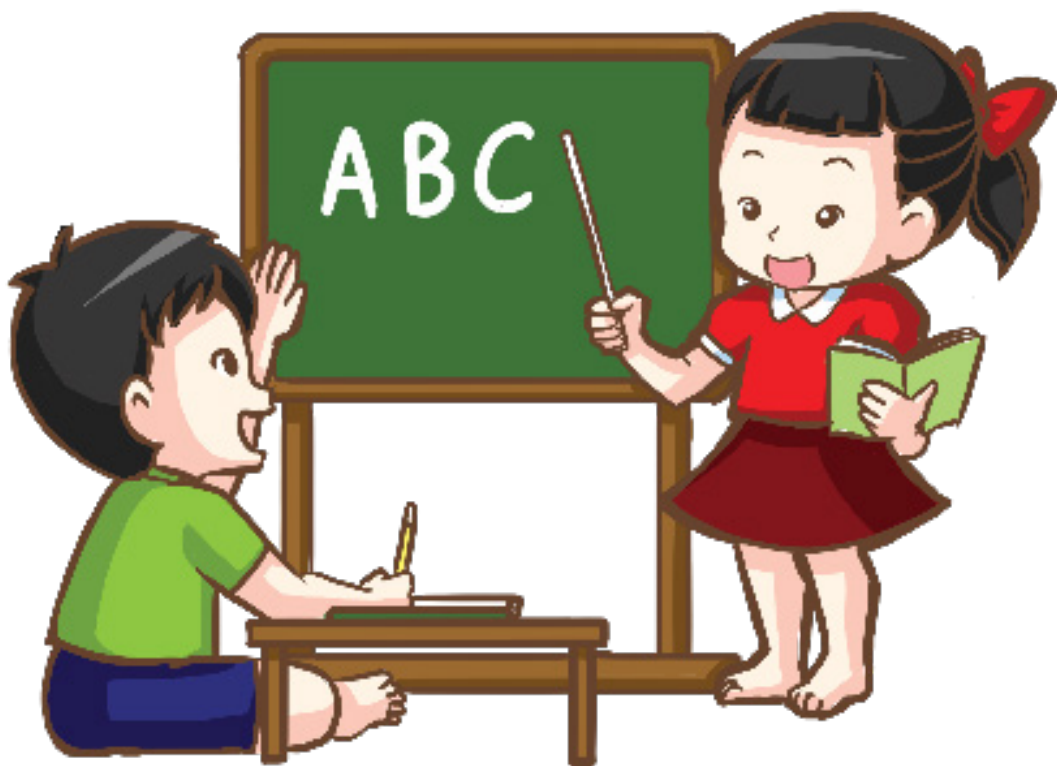
๑๐. ช่วยสร้างความเชื่อมั่นในตัวเอง

เด็กที่เล่นกับเพื่อน ๆ ได้ จะมีโอกาสแสดงออกและมีบทบาทอย่างเต็มที่ โดยไม่ต้องวิตกกังวลในการถูกจับผิด ซึ่งบรรยากาศของการเล่นที่ไม่เครียดจะช่วยส่งเสริมให้เด็กเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น และสามารถเล่นกับคนอื่น ๆ ได้



๑๑. ช่วยกระตุ้นด้านสังคมและอารมณ์

เด็กเล็ก ๆ มักเล่นคนเดียวได้ แต่เมื่อโตขึ้นก็จะหาเพื่อน หรือคนที่จะเล่นด้วยซึ่งจะช่วยพัฒนาด้านสังคม การรู้จักมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ก็จะช่วยพัฒนาอารมณ์ของเด็กให้ดีขึ้น



สรุป

การเล่นและของเล่นสำหรับเด็กมีประโยชน์ และมีความสำคัญ เพราะของเล่นจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา บุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย รวมทั้งความคิดสร้างสรรค์ และจินตนาการ ให้เกิดขึ้นกับเด็ก ธรรมชาติของเด็กจะเรียนรู้เพื่อทำให้เกิดความสนุกสนาน ดังนั้น บิดา มารดา ผู้ปกครอง ควรจะต้องสนับสนุน ส่งเสริมให้เด็กได้เล่น อย่างมีคุณค่า มีความหมายมากที่สุด

บทที่ ๔

ความปลอดภัยในการเล่น

ความปลอดภัย เป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องคำนึงถึงอยู่เสมอ ทำอย่างไร จะทำให้เด็กเล่นโดยปราศจากอันตราย เพื่อเป็นการเล่นอย่างมีความสุขสนุกสนาน ร่าเริง ตลอดเวลาที่เล่น และหลังจากเลิกเล่นแล้วยังสามารถนำความรู้เกี่ยวกับ ความปลอดภัยไปใช้กับตนเองได้ คนทั่ว ๆ ไปมักจะมองเห็นว่าอุบัติเหตุ เป็นเรื่องบังเอิญ หรือเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้คาดการณ์ไว้ล่วงหน้า จึงทำให้ คนเราปล่อยให้อุบัติเหตุเป็นเรื่องของชะตากรรม โดยไม่พยายามคิดหาสาเหตุ ชนิด และวิธีการป้องกัน ซึ่งไม่ใช่เป็นสิ่งที่สุวิสัยและป้องกันไม่ได้เสียเลย การเล่นก็เป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ถึงความปลอดภัยได้เป็นอย่างดี และในขณะที่เด็กเล่น อุบัติเหตุต่าง ๆ ก็อาจจะเกิดขึ้นได้อยู่เสมอ เช่น การลื่น หรือพลัดตกหกล้ม การวิ่งชนกัน และการสะดุดหกล้มในขณะที่เคลื่อนไหว เป็นต้น



จากการศึกษาของศูนย์วิจัยเพื่อการสร้างเสริมความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บในเด็ก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี พบว่าแต่ละปีมีเด็กไทยบาดเจ็บจากการเล่นของเล่นมากกว่า ๓๐,๐๐๐ ราย เนื่องจากของเล่นบางอย่างอาจก่อให้เกิดอันตรายได้หากเล่นผิดวิธี หรือเมื่อเล่นไม่เหมาะสมกับวัยและพัฒนาการของเด็ก ซึ่งต้องการคำเตือน ของเล่นบางอย่างมีอันตรายเมื่อเกิดการชำรุด ของเล่นบางอย่างก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในอนาคต พ่อแม่ผู้ปกครองจึงควรพิจารณาก่อนที่จะซื้อหามาให้ลูกเล่น

รศ.ดร.จิตตินันท์ เตชะคุปต์ ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการเด็ก สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช กล่าวถึงการเสริมสร้างศักยภาพและพัฒนาเด็กไทยด้วยของเล่นอย่างสร้างสรรค์ว่า ของเล่นต้องเน้นความปลอดภัย ไม่มีชิ้นส่วนที่แตกหักง่าย วัสดุที่นำมาทำไม่เป็นเหล็กที่มีส่วนผสมปนเปื้อน ต้องเป็นวัสดุที่เลือกให้เหมาะกับช่วงวัยของเด็ก เด็กเล็กควรเป็นวัสดุที่นุ่มนวล ไม่มีฝุ่น ถ้าโตขึ้นมาอีกนิดอาจเป็นพลาสติกหรือผ้าเพราะเด็กชอบหยิบชอบโยนข้าวของสิ่งต่างๆรอบตัวเล่น และเมื่อเด็กเริ่มเดิน มักเป็นของเล่นไม้ที่เด็กจะเอามาต่อว้างเรียงกัน ซึ่งช่วงแรกนั้นของเล่นจะฝึกประสาทสัมผัสการแยกแยะ สี เสียงและกลิ่น ซึ่งยังมีน้อยมาก เราไม่ค่อยฝึกตรงนั้น

คุณแม่ลูก ๒ กวาง กมลชนก เขมะโยธิน ดารานักแสดง กล่าวถึงการเลี้ยงน้องเน็ดและน้องเนย ด.ช.เนตต์ และด.ญ.เนตรทราย เขมะโยธิน ว่า ทุกพัฒนาการของลูกจะสรรหาของเล่นให้ลูก แต่บางทีไม่ใช่ของที่ซื้อมาเป็นของที่อยู่รอบตัวหรือของที่เป็นธรรมชาติที่นำมาเล่นกับลูกและไม่ปล่อย ให้ลูกเล่นอยู่ลำพัง ไม่ให้ลูกดูหนังหรือภาพยนตร์อะไรก็ได้ แต่จะเจาะจงเลือกเฉพาะที่เหมาะสมกับเด็กจริง ๆ และจะไม่ให้ลูกเล่นเกม ก่อนนอนก็จะเล่านิทานให้ลูกฟัง นอกจากของเล่นแล้วสิ่งที่ต้องระมัดระวังให้มากคือ ของใช้แม้กระทั่งโต๊ะ เก้าอี้ เตียงนอน ต้องเลือกที่ไม่มีสารเคมี

สาเหตุและประเภทของอุบัติเหตุ

อุบัติเหตุ หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้มิได้ตั้งใจ ไม่คาดคิดหรือคาดฝันมาก่อน เป็นสิ่งที่มองไม่เห็นและไม่ได้ยิน หลีกเลียงไม่ทัน อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นมีหลายชนิด แล้วแต่ลักษณะของกิจกรรม สถานที่ วัสดุ อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ ซึ่งเป็นผลทำให้เกิดความเสียหายแก่ทรัพย์สิน เป็นอันตรายแก่ร่างกาย และจิตใจ และอาจทำให้สูญเสียชีวิตได้อุบัติเหตุ อาจเกิดขึ้นได้กับบุคคลทุกเพศทุกวัย ทุกเวลา และสถานที่หาไม่มีการป้องกัน มนทิตรา โลหพันธ์วงศ์. (๒๕๓๓).

สาเหตุของอุบัติเหตุ

อุบัติเหตุต่าง ๆ เกิดขึ้นหลาย ๆ อย่าง ซึ่งส่วนใหญ่จะอยู่กับสิ่งต่อไปนี้ มนทิตรา โลหพันธ์วงศ์. (๒๕๓๓).

๑. ตัวเด็ก

ตัวเด็ก ได้แก่ อายุและสภาพการเคลื่อนไหวของเด็ก เช่น การอุดตันของทางเดินหายใจหรืออาการสำลัก จะพบในเด็กอายุต่ำกว่าหนึ่งปี เนื่องจากเด็กวัยนี้เวลาเห็นอะไรตกหล่นอยู่ก็จะเก็บใส่ปากหมด ส่วนอุบัติเหตุจากการจมน้ำ จะพบในเด็กอายุมากกว่าหนึ่งปีขึ้นไป

๒. สภาพครอบครัว

เป็นเรื่องสำคัญที่มีอิทธิพลในการเกิดอุบัติเหตุ เช่น มารดา วิธีการอบรมดูแลเด็ก ฐานะครอบครัว ซึ่งมักจะพบในครอบครัวที่มีลูกมาก ฐานะไม่ดีหรือบิดามารดาทำงานนอกบ้านทั้งสองคน ทั้งเด็กไว้ในความดูแลของพี่เลี้ยง หรือคนแก่ ความไม่ระมัดระวังในการเก็บสารพิษต่าง ๆ เป็นต้น

๓. สภาพสิ่งแวดล้อมและสังคม

อุบัติเหตุที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมไม่เหมาะสม เช่น แสงสว่างไม่เพียงพอ เสียงดังเกินไป การระบายอากาศไม่ดี อากาศร้อนจัดหรือเย็นจัด เครื่องมือเครื่องจักรเก่า หรือไม่มีเครื่องป้องกันชำรุดไม่ได้ซ่อมแซม และเครื่องจักรออกแบบไม่ปลอดภัย เป็นต้น อุบัติเหตุที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ ความบกพร่องของกฎหมาย ความเชื่อและค่านิยมที่ผิด ชอบการเสี่ยงภัย

๔. ธรรมชาติ

สาเหตุของอุบัติเหตุที่เกิดจากธรรมชาติ เช่น ฟ้าผ่า ฟ้าแลบ น้ำท่วม แผ่นดินไหว พายุ ภูเขาไฟระเบิด หรือพังทลาย และภัยธรรมชาติอื่น ๆ

๕. พฤติกรรมของคน แบ่งออกได้ดังนี้

๕.๑ พฤติกรรมไม่ปลอดภัย เช่น มีความประมาท สะเพร่า เผอเรอ ไม่รอบคอบ ไม่เชื่อฟังกฎข้อบังคับเพื่อความปลอดภัย บำระทำ โอวตติกะนอง สนุกสนาน และฝ่าฝืนกฎข้อบังคับเพื่อความปลอดภัย ไม่ยอมรับรู้ โดยมีลักษณะของการต่อต้านกฎข้อบังคับต่าง ๆ ขอบผิดวันประกันพรั่ง และมีนิสัยไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย อุบัติเหตุเกิดขึ้นบ่อยในคนที่ขาดความระมัดระวัง ชอบเสี่ยงภัย

๕.๒ ความบกพร่องทางร่างกาย เช่น เป็นโรคหัวใจ โรคลมบ้าหมู โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง เนื้องอกในสมอง เป็นตะคริว เป็นต้น นอกจากนั้นความบกพร่องในอวัยวะต่าง ๆ เช่น แขนขาพิการ หูตึง สายตาเอียงมาก

๕.๓ ความบกพร่องทางจิตใจ เป็นโรคจิต โรคประสาท มีอารมณ์เครียดมาก มีความตื่นเต้น วิตกกังวลใจสูง

๕.๔ ขาดความรู้ความเข้าใจ มีความรู้น้อยไม่ทันต่อเหตุการณ์

๕.๕ ขาดทักษะอุบัติเหตุมักเกิดขึ้นได้ในเด็กและวัยรุ่นเพราะขาดทักษะ

๕.๖ มีเจตคติที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับความปลอดภัย เชื่อว่าอุบัติเหตุป้องกันไม่ได้

๕.๗ ใช้สิ่งเสพติดให้โทษบางชนิด เช่น ยาบ้า

๕.๘ ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในขณะที่ขับรถ ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุจากการจราจรที่สำคัญในปัจจุบัน

ประเภทของอุบัติเหตุ

อุบัติเหตุเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว เตรียมตัวไม่ทัน ไม่มีความรู้หรือศึกษามาก่อนไม่คาดหวัง ไม่ยินดีให้เกิดอุบัติเหตุอันอาจเกิดจากการกระทำที่ไม่ปลอดภัย หรือสถานการณ์ที่ไม่ปลอดภัย โดยอ้างอิง มณฑิรา โลหพันธ์วงศ์. (๒๕๓๓). ซึ่งแยกเป็นหัวข้อใหญ่ ดังนี้

๑. การพลัดตกหกล้ม (Falls) การพลัดตกหกล้มไม่ว่าตกหรือหล่นบนพื้นระดับเดียวกัน หรือตกหล่นพื้นต่างระดับ เช่น ตกจากที่สูง ตกจากต้นไม้ ตกจากเครื่องเล่นบางชนิด และการลื่นล้ม เป็นต้น

๒. ไฟไหม้และน้ำร้อน (Burns) ได้แก่ ไฟไหม้ทุกชนิด ไม่ว่าจะเกิดจากไฟฟ้า แก๊สแก๊สไม่ไฟ และไฟอื่น ๆ รวมทั้งอุบัติเหตุจากน้ำร้อนลวก หรือน้ำมันที่ติดไฟลวกหรือสัมผัสของร้อน

๓. การชนวัสดุสิ่งของ ได้แก่ การชนของแหลม ของมีคม ชนวัสดุของแหลมตำหรือแทง

๔. สิ่งของมีพิษ สัตว์ และสารพิษ ได้แก่ การถูกต้องสิ่งมีพิษ เช่น พันธไม้บางชนิดที่ทำให้เกิดพิษ การถูกสัตว์พิษ เช่น งูพิษกัด แมลงต่อย สุนัขกัด และการถูกสารพิษ เช่น สารเคมี ยาฆ่าแมลง หรือกินสารพิษเข้าไปโดยไม่ตั้งใจ

๕. การจมน้ำ (Drowning) ได้แก่ การเล่นน้ำทะเล การว่ายน้ำ การเล่นสกี หรืออาช้บรตดกน้ำ

๖. อุบัติภัยจากาเครื่องจักรกลทุกชนิด เช่น เครื่องชักผ้า จักรเย็บผ้า เครื่องตัด เครื่องเชื่อม เป็นต้น

๗. อุบัติภัยจากการใช้ยานพาหนะ เช่น รถชนกัน รถชนคน รถชนเสาไฟ

การป้องกันอุบัติเหตุ

การป้องกันแก้ไขอุบัติเหตุต้องแก้ไขพฤติกรรมของคนและสภาพแวดล้อมที่ไม่ป้องกัน โดยใช้มาตรการ ๓ อย่าง หรือที่เรียกว่า มาตรการ ๓ E ดังนี้ มนทिरา โลหพันธ์วงศ์ และคณะ. (๒๕๓๓).

๑. E-Engineering การแก้ไขทางวิศวกรรม
๒. E-Enforcement การป้องกันตามกฎหมาย
๓. E-Education การให้การศึกษาอบรม

๑. Engineering การป้องกันอุบัติเหตุด้วยการปรับปรุงแก้ไขทางวิศวกรรมสิ่งก่อสร้างและเครื่องประติษฐ์ รวมทั้งอุปกรณ์ป้องกันให้มีมาตรฐานความปลอดภัย

๒. Enforcement การบังคับตามกฎหมาย เมื่อกำหนดมาตรฐานความปลอดภัยของสิ่งก่อสร้าง เครื่องมือ เครื่องใช้ อุปกรณ์ต่าง ๆ ไว้แล้ว ก็ต้องมีการบังคับให้ปฏิบัติตามกฎระเบียบอย่างเคร่งครัดและต่อเนื่อง

๓. Education การให้การศึกษาอบรม การแก้ปัญหาคความบกพร่องของคนก็ต้องแก้ที่ตัวบุคคลโดยให้คนได้มีการศึกษาหาความรู้ความเข้าใจในเรื่องความปลอดภัย ดังนั้นการให้ความรู้ในเรื่องความปลอดภัย จึงต้องให้แก่ประชาชนทุกระดับปลูกฝังให้เกิดจิตสำนึกของคนปลอดภัย ซึ่งการจัดการเรียนการสอน สวัสดิศึกษา ควรเริ่มตั้งแต่ระดับอนุบาลจนถึงระดับอุดมศึกษา และอาจจะจัดกิจกรรมส่งเสริมความปลอดภัยอื่น ๆ ด้วย

การเล่นที่ปลอดภัย

การเล่นที่ปลอดภัยนั้น มีส่วนประกอบ ดังนี้

๑. การเลือกของเล่นเหมาะกับวัย โดยดูจากสัญลักษณ์ที่ระบุไว้ข้างกล่อง
๒. มาตรฐานการันตี สังเกตเครื่องหมาย มอก. (มาตรฐานโรงงานอุตสาหกรรม) เป็นเครื่องหมายที่ใช้ในประเทศไทย
๓. แข็งแรงทนทาน ไม่ประกอบไปด้วยชิ้นส่วนหรือวัสดุที่แตกง่าย กล่องบรรจุของเล่นต้องแข็งแรงและทนทาน เพื่อสามารถป้องกันความเสียหายที่อาจจะเกิดขึ้นกับของเล่น
๔. ส่วนประกอบปลอดภัย วัสดุที่นำมาประกอบต้องไม่เป็นชิ้นเล็ก ๆ ที่หลุดออกง่ายสีและพลาสติกที่ใช้ต้องไม่มีส่วนผสมของสารตะกั่ว ปรอท โครเมียม สารหนู พอลวง แบเรียม แคดเมียม หรือมีในปริมาณที่ มอก. วางมาตรฐานไว้ หลีกเลี่ยงของเล่นที่ต้องใช้ความรุนแรงหรือมีเสียงดังเกิน ๘๕ เดซิเบลในการเล่น เช่น ปืน หรือประทัดที่อันตรายและก่อเสียงดังทำลายหู ของเล่นอิเล็กทรอนิกส์ทั้งหลายต้องไม่เกิดความร้อนมากเกินไป ไม่เสี่ยงต่อการเกิดไฟฟ้าดูด ไม่ใช้ไฟเกินกว่า ๒๔ โวลต์
๕. ชัดเจนด้วยคำอธิบาย ถ้านบกล่องของเล่นระบุถึงส่วนประกอบ และวัสดุที่ใช้ทำของเล่น รวมไปถึงโรงงานที่ผลิต ถ้าเป็นของเล่นนำเข้า ต้องมีบริษัท หรือโรงงานที่นำเข้าของเล่น และมีคำอธิบายการเล่นอย่างละเอียดด้วย เพื่อป้องกันการเข้าใจผิดและใช้งานผิดวัตถุประสงค์นั่นเอง โดยแบ่งเป็น

คำเตือน

ถ้าเป็นของเล่นที่เลียนแบบเครื่องป้องกันตัว เช่น หมวกกันน็อก หรือแว่นตาที่เลียนแบบนักวิทยาศาสตร์ จะต้องมีความเตือนเหล่านี้

“ไม่สามารถใช้ป้องกันอันตรายได้เหมือนของจริง” หรือ “ไม่สามารถใช้ป้องกันแสงแสงอัลตราไวโอเล็ตได้”

“อย่าวางใกล้วัตถุไวไฟหรือใกล้ความร้อน”

“อย่ายิงใกล้ตาหรือหู”

ข้อห้าม

“ห้ามเล่นใกล้สายไฟฟ้าแรงสูง” จะระบุไว้บนของเล่นประเภทบินได้ เช่น วาว เครื่องบินบังคับวิทยุ และคำอธิบายบอกลักษณะของเล่นก็ต้องชัดเจน เช่น Specifications colors and contents may vary from illustrations หมายถึง สีบนของเล่นอาจจะคลาดเคลื่อนไปจากสีที่โฆษณาไว้บนกล่อง บ้างเล็กน้อย อาจจะไม่สอดคล้องกับของจริง เป็นต้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจก่อนซื้อ

ภัยแฝงความสนุก

เมื่อรู้วิธีเลือกของเล่นให้ปลอดภัยแล้ว มาดูของเล่นที่ควรหลีกเลี่ยง เพราะถ้านำไปเล่นอาจจะหมดสนุก

ลูกบิด ลูกแก้ว เมล็ดพืช และของเล่นชิ้นเล็ก ๆ ด้วยสีสันทันและขนาดเด็กอาจจะเผลอเผลอเผลอเข้าปากได้

ลูกโป่ง ถ้าเกิดแตกขึ้นมา อาจจะเจ็บตัวจากแรงแตกของลูกโป่ง ของเล่นที่มีสายยาว เพราะถึงแม้ก้ามเนื้อมือ ก้ามเนื้อแขนจะพัฒนาไปมากแล้ว แต่ถ้าเชือกเกิดพันคอหรือแขนขึ้นมา เขาไม่สามารถที่จะคลายปมเชือกได้

ปืนอัดลม ปืนลูกดอก ธนู ด้วยแรงอัดเมื่อโดนตาจะทำให้เลือดออก ในช่องลูกตา ทำให้ตาบอดได้ และอาจส่งผลถึงพฤติกรรม คือ ทำให้ซึมซับ พฤติกรรมก้าวร้าวจากของเล่นที่ใช้ความรุนแรงด้วย

อุบัติเหตุเกิดขึ้นได้ทุกเมื่อถ้าไม่ป้องกันทางที่ดีถึงแม้ว่าของเล่นจะปลอดภัยหรืออันตรายแค่ไหน ถ้าเด็กได้เล่นไปพร้อมกับคุณพ่อคุณแม่ จะได้รับประโยชน์เกินกว่าสิ่งของเล่นให้มา (จาก : นิตยสาร Kidscovery เรียบเรียงโดย : Momypedia)



ปฏิเสธไม่ได้เลยว่า “สนามเด็กเล่น” นับเป็นหนึ่งในโลกแห่งความสุขของเด็ก ๆ ที่เต็มไปด้วยความสนุกให้เลือกสรรมากมาย ไม่ว่าจะเป็นชิงช้า ม้าหมุน กระดานลื่น หรืออื่น ๆ แต่ทุกวันนี้คงต้องยอมรับความจริงกันว่า ในความสุขและความสนุกอาจมีภัยที่นำมาซึ่งอันตรายแบบที่คาดไม่ถึงก็เป็นได้ เพราะไม่เช่นนั้นคงไม่มีข่าวนักเรียนชั้น ป.๖ ถูกชิงช้าสนามเด็กเล่นสาธารณะล้มทับเสียชีวิตที่จังหวัดนครสวรรค์ หรือนักเรียนชั้น ป.๑ ถูกเครื่องเล่นปีนป่ายล้มกระแทกหน้าอกบาดเจ็บสาหัสที่จังหวัดจันทบุรี รวมไปถึงข่าวที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ อีกจำนวนมาก

ข่าวความปลอดภัยของเครื่องเล่นข้างต้น เป็นเรื่องที่มีให้เห็นกันถี่ขึ้น ดูได้จากข้อมูลของศูนย์วิจัยเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัย และป้องกันการบาดเจ็บในเด็ก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี ระบุตัวเลขที่น่าเป็นห่วงว่ามีเด็กบาดเจ็บจากเครื่องเล่นในสนามเด็กเล่นปีละประมาณ ๓.๔ หมื่นคน โดยตัวเลขการบาดเจ็บนี้ เกิดขึ้นกับเด็กอายุ ๕-๑๒ ปี บาดเจ็บจากชิงช้า ๓๓ เปอร์เซ็นต์ ในขณะที่การบาดเจ็บรุนแรงและพบบ่อย คือกระดูกหักของแขนหรือข้อมือ และการบาดเจ็บศีรษะจากการตกหรือกระแทก ส่วนสถานที่เกิดเหตุ

พบได้ทั้งในโรงเรียน หมู่บ้าน รวมไปถึงสวนสาธารณะที่มีสนามเด็กเล่นอยู่นั้นแสดงให้เห็นว่า พื้นที่สนามเด็กเล่นในประเทศไทยไม่ได้รับรองความปลอดภัยแก่เด็ก ๆ เท่าที่ควร ผิดกันกับ “สนามเด็กเล่น” ในประเทศฮ่องกง ทีมงาน Life & Family ได้มีโอกาสไปเที่ยวชม และสังเกตเห็นสนามเด็กเล่นตามสวนสาธารณะที่พื้นสนามถูกปูด้วยวัสดุอ่อนนุ่มทั้งหมด (ผู้จัดการ Me Online Life & Family ๑๒ พ.ย. ๒๕๕๓) จึงเกิดความสงสัยขึ้นว่า นอกจากตรงนี้แล้ว สนามเด็กเล่นในพื้นที่อื่น ๆ มีพื้นสนามอ่อนนุ่มแบบเดียวกันหรือไม่ โดยไอวี ไกด์นำเที่ยวฮ่องกงทริปนี้ได้ยืนยันกับทีมงานว่า สนามเด็กเล่นในฮ่องกงเกือบทุกแห่งมีพื้นสนามที่ปูด้วยวัสดุอ่อนนุ่มกันกระแทกเช่นเดียวกัน

ที่มา : ผู้จัดการ Me Online Life & Family

ส่วนเครื่องเล่นในตัวสนามนั้น หลังจากที่ได้ลงไปสัมผัส และลองเล่นดูปรากฏว่าฐานของตัวเครื่องเล่นทุกชนิดยึดติดแน่นมั่นคงมาก นอกจากนี้ภายในบริเวณใกล้ ๆ ยังพบป้ายแนะนำการเล่นสนามเด็กเล่นสำหรับผู้ปกครองอีกด้วย นับว่าเป็นหนึ่งในประเทศตัวอย่างที่ให้ความสำคัญกับความปลอดภัยในการเล่นของเด็กเป็นอย่างมาก

สอดคล้องกับข้อมูลศูนย์วิจัยเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัย และป้องกันการบาดเจ็บในเด็ก ที่ระบุไว้ว่า พื้นสนามเด็กเล่นที่ปลอดภัยนั้น ต้องเป็นวัสดุอ่อนนุ่มดูดซับพลังงาน เช่น พื้นทรายที่มีความหนาไม่น้อยกว่า ๒๐ เซนติเมตรสำหรับเครื่องเล่นที่สูงไม่เกิน ๑.๒๐ เมตร หากสูงเกินกว่าที่กำหนด พื้นทรายต้องมีความหนาไม่น้อยกว่า ๓๐ เซนติเมตร แต่ถ้าเป็นแต่ถ้าเป็นพื้นสนามที่แข็ง เช่น ซีเมนต์ อิฐสนาม ก้อนกรวด ยางมะตอย ทรายอัดแข็ง พื้นหญ้า อาจมีความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บศีรษะและเลือดออกในสมองได้

ดังนั้น นอกจากพื้นที่ในบ้านแล้ว พื้นที่นอกบ้านอย่าง “สนามเด็กเล่น” นับเป็นพื้นที่ที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุของลูกที่พ่อแม่ ควรให้ความใส่ใจเป็นพิเศษ ทางที่ดีก่อนปล่อยลูกให้เข้าไปเล่นในสวนสนามแห่งใดแห่งหนึ่ง ควรตรวจสอบเครื่องเล่นทุกตัวว่าอยู่ในสภาพแข็งแรงมั่นคง หรือปลอดภัยในการเล่นหรือไม่ เช่น ฝูพัง สนิมเขรอะ หรือพื้นสนามมีวัสดุรองรับการกระแทกที่ดีหรือไม่

ที่มา : ผู้จัดการ Me Online Life & Family

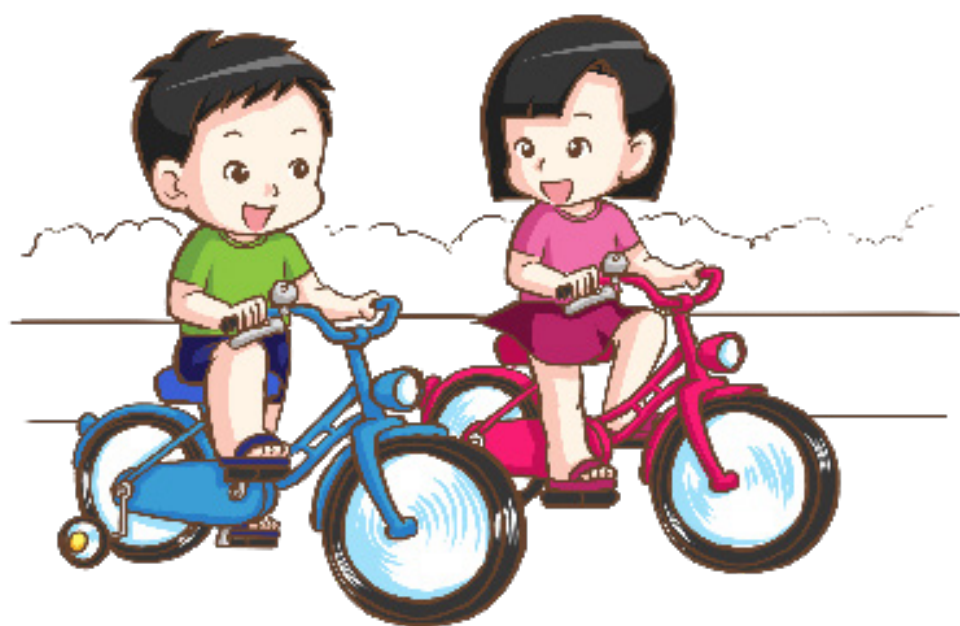
ถ้าดูแล้วมีความเสี่ยงสูง ก็ไม่ควรปล่อยลูกเข้าไปเล่น แต่ถ้าจะให้ดียิ่งขึ้นไปอีก พ่อแม่ควรเตรียมความพร้อมไปกับลูกด้วยการสอนให้เลือกเครื่องเล่นอย่างปลอดภัยด้วย โดยเฉพาะเครื่องเล่นที่โรงเรียน หากเด็กที่รู้จักเลือกเล่นโดยคำนึงถึงความปลอดภัย ย่อมมีความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บน้อยกว่าเด็กที่เอาแต่เล่นเพียงอย่างเดียวที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ คงจะเห็นได้ชัดว่า สนามเด็กเล่นไม่ใช่เรื่องเล่น ๆ อีกต่อไป ชะตากรรมของเด็กไทยจะสั้นหรือยาวขึ้นอยู่กับความห่วงใย และความรับผิดชอบของผู้ใหญ่หลาย ๆ ฝ่าย หากมีการตรวจสอบคุณภาพของสนามเด็กเล่นโดยผู้เชี่ยวชาญอย่างสม่ำเสมอ รวมไปถึงตรวจสอบความพร้อมของสนามเด็กเล่นก่อนเปิดให้ใช้ทุกครั้ง เชื่อว่าเด็กไทยกับอุบัติเหตุจากเครื่องเล่นในสนามเด็กเล่นจะมีความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บ และการเสียชีวิตในแต่ละปีน้อยลง



สรุป

ความปลอดภัย เป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องคำนึงถึงอยู่เสมอ คนทั่วไปมักจะมองเห็นว่าเป็นเรื่องบังเอิญ หรือเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้คาดการณ์ไว้ล่วงหน้า จึงทำให้คนเราปล่อยให้เป็นเรื่องของชะตากรรม โดยไม่พยายามป้องกัน ซึ่งไม่ใช่เป็นสิ่งที่สุวิสัยและป้องกันไม่ได้ การเล่นก็เป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ถึงความปลอดภัยได้เป็นอย่างดี

ความปลอดภัยมีความสำคัญสำหรับเด็ก ซึ่งพ่อแม่และผู้ปกครองจะต้องตระหนัก โดยเฉพาะการสร้างนิสัย บ่มเพาะพฤติกรรมและจิตสำนึกเพื่อความปลอดภัย ตามคำที่ว่า “การป้องกันย่อมดีกว่าการแก้ไข” หรือ “ความปลอดภัยต้องมาอันดับหนึ่ง” เพราะอุบัติเหตุย่อมจะเกิดความเสียหายต่อชีวิต ทรัพย์สิน และความสุขต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม



บรรณานุกรม

- กำโชค ผ่องสุวรรณ. (๒๕๓๙). ผู้นำนันทนาการ. กรุงเทพฯ. เกษมศรีการพิมพ์.
- ดนุ จีระเดชากุล. (๒๕๔๑). นันทนาการสำหรับเด็ก. กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด. _____ . (๒๕๔๒). และรังสฤษฎ์ เสริฐพิชัย (๒๕๔๓).
- กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการเด็กอนุบาล. กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์คุรุสภา.
- ตระการ อ.ตระกูล. (๒๕๔๑). เล่นง่าย ๆ อย่างเด็กไทยโบราณ. กรุงเทพฯ. สำนักพิมพ์พารากอน.
- มนตรี โลหพันธ์วงศ์. (๒๕๓๓). และคณะ การจัดการความปลอดภัยในโรงเรียน.
- งานสวัสดิศึกษา. ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กรมพลศึกษา.
- โทรทัศน์กับการเล่นของเด็ก (๒๕๕๗). จาก www.Click-kid.com.
- เยาวพา เดชะคุปต์. (๒๕๔๖). เกมและการเล่นสำหรับเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ. _____ . (๒๕๔๕). ศูนย์กิจกรรมเสริมทักษะการเล่นและนันทนาการเด็กก่อนวัยเรียน.
- สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ และนันทนาการ กรมพลศึกษา.
- _____ . (๒๕๓๕). ศูนย์กิจกรรมเสริมทักษะการเล่นและนันทนาการเด็กก่อนวัยเรียน.
- สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ และนันทนาการ กรมพลศึกษา.
- วิราภรณ์ ปนาทกุล. (๒๕๓๑). การละเล่นของเด็กไทยกับการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ. _____ . (๒๕๔๒).
- วิจัยเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บในเด็ก. ศูนย์ (มปป.). (๒๕๔๒).
- สถิติการบาดเจ็บของเด็กจากการเล่น.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (๒๕๓๖). นันทนาการกับสุขภาพชีวิต. กรุงเทพฯ. _____ . (๒๕๔๑).
- สมบัติ กาญจนกิจ และ อุไรวรรณ ขมวัฒนา. (๒๕๔๑). นันทนาการชั้นนำ.
- เอกสารคำสอนคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สุชา จันทน์อม. (๒๕๔๒). จิตวิทยาเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ ๒ กรุงเทพฯ. อักษรบัณฑิต.
- เสถียร สภาพงศ์. (มปป.). การเล่นของเด็กกับค่านิยม : คุณธรรมและวัฒนธรรม
- จิตวิทยาการเล่นของเด็ก. กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- อนง หงส์ทองคำ. (๒๕๔๒). กิจกรรมนันทนาการ. กรุงเทพฯ. _____ .
- Blog.Janthai.com/gr/เพลงสำหรับเด็กปฐมวัย.2842html.

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

ดร.พัฒนาชาติ กฤติบวร	อธิบดีกรมพลศึกษา
ดร.ชาญวิทย์ ผลชีวิน	รองอธิบดีกรมพลศึกษา
นายธวัช ถาวรสวัสดิ์	รองอธิบดีกรมพลศึกษา
ดร.กิตติพงษ์ โพธิมุ	ผู้อำนวยการสำนักนันทนาการ
นายวิจิต ชี้เชิญ	
นายชลิต เขียวพุ่มพวง	
รองศาสตราจารย์ ดร.กำโชค เพือกสุวรรณ	
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์	

ผู้เรียบเรียง

นางภูษิตา เจนจิตต์

บรรณาธิการ

นางสาวปาจารีย์ บุตรกีนรี
นางสาวพิรุณณี สุขเกษม
ว่าที่ร้อยตรีวิทวัส ศรีโนนยางค์

หน่วยงานที่รับผิดชอบ

กลุ่มนันทนาการเด็กและเยาวชน
สำนักนันทนาการ
กรมพลศึกษา
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

แบบประเมินผลความพึงพอใจที่มีต่อหนังสือ “กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัย”

คำชี้แจง โปรดแสดงระดับความพึงพอใจที่มีต่อหนังสือ “กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัย” เล่มนี้ เพื่อนำไปปรับปรุงและพัฒนาในโอกาสต่อไป

(กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ในกรอบ ☐ และเติมข้อมูลในช่องว่างเพื่อความสมบูรณ์ของแบบประเมินผล)

ตอนที่ ๑ ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบประเมินผล

๑. สถานภาพ ☐ ชาย ☐ หญิง อายุ (โปรดระบุ)ปี
๒. ระดับการศึกษา ☐ ต่ำกว่าปริญญาตรี ☐ ปริญญาตรี ☐ สูงกว่าปริญญาตรี
๓. สถานะ ☐ (๑) บุคลากรในหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
สังกัด จังหวัด
- ☐ (๒) เจ้าหน้าที่ / ประชาชนทั่วไป จังหวัด

ตอนที่ ๒ โปรดแสดงระดับความพึงพอใจที่มีต่อหนังสือ “กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัย” โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับความพึงพอใจของท่าน

ที่	รายการ	ระดับความพึงพอใจ		
		มาก	ปานกลาง	น้อย
๑.	รูปเล่มภายนอก ขนาด เหมาะสม น่าอ่าน			
๒.	การจัดเรียงหน้าสวยงาม และขนาดตัวอักษรเหมาะสม อ่านสะดวก			
๓.	ปกและภาพประกอบมีความคมชัด สวยงาม			
๔.	ภาพประกอบสื่อความหมาย และมีความสัมพันธ์กับเนื้อหา			
๕.	เนื้อหามีความถูกต้องเหมาะสม และสามารถให้ความรู้เรื่องนันทนาการ			
๖.	เนื้อหามีความยาวเหมาะสม และสัมพันธ์กับชื่อเรื่อง			
๗.	การเรียงลำดับเนื้อหา และการใช้ภาษาถูกต้อง เข้าใจง่าย			
๘.	เนื้อหาของหนังสือทันสมัยทันต่อเหตุการณ์ และตรงต่อความต้องการของท่าน			
๙.	ความรู้ที่ได้เป็นประโยชน์ต่อประชาชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง			
๑๐.	สามารถเผยแพร่ให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชนและสังคมได้			

ตอนที่ ๓ ข้อเสนอแนะ

.....

.....

ขอขอบคุณที่กรุณากรอกแบบประเมินผล
สำนักนันทนาการ กรมพลศึกษา



..... (ရက်စွဲ)

ឧប្បករណ៍នៃ២០១១

บริการธุรกิจตอบรับ

สำนักนันทนาการ

กรมพลศึกษา

เลขที่ 154 ถนนพระราม 1

แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน

กรุงเทพฯ

10330



การเล่นเป็นพฤติกรรมที่สำคัญและจำเป็นสำหรับเด็ก ธรรมชาติของเด็กจะชอบเล่น เพราะการเล่นจะช่วยพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็ก โดยเฉพาะเด็กได้พัฒนาอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย นอกจากนั้นยังช่วยส่งเสริมความเข้าใจสิ่งแวดล้อมทำให้เด็กรู้จักเล่นและมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนช่วยผ่อนคลายอารมณ์ตึงเครียด ลักษณะการเล่นและเรื่องราวที่เด็กเล่นเป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงสติปัญญา บุคลิก ลักษณะอารมณ์ และความสนใจของเด็ก พื้นฐานของครอบครัวและเพศ

