# แนวทางการส่งเสริมพัฒนาการเด็กวัย 3 – 6 ปี
# สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

# คำนำ

กระทรวงศึกษาธิการมีเป้าหมายการจัดการศึกษาปฐมวัยเพื่อให้เด็กมีพัฒนาการสมวัย มีความพร้อมสำหรับการเรียนรู้ในระดับที่สูงขึ้น เป็นคนดี คนเก่ง มีคุณภาพ โดยมุ่งเน้นการสร้างความร่วมมือกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง เพราะพ่อแม่ ผู้ปกครอง เปรียบเสมือนหุ้นส่วนสำคัญในการเรียนรู้ของเด็กที่จะต้องร่วมกับครูผู้สอนส่งเสริมพัฒนาการของเด็กให้มีความสอดคล้องและเป็นไปในทิศทางเดียวกันทั้งที่บ้านและโรงเรียน

การอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมพัฒนาการเด็กให้ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างมีคุณภาพและต่อเนื่อง ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่างมีความสุข และเหมาะสมตามวัย พ่อแม่ ผู้ปกครอง จำเป็นต้องได้รับองค์ความรู้ที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงได้จัดทำ ***"แนวทางการส่งเสริมพัฒนาการเด็กวัย 3 – 6 ปี สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง"*** โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้พ่อแม่ ผู้ปกครองได้นำไปใช้เป็นแนวทางการจัดกิจกรรมให้แก่เด็กภายใต้ความร่วมมือกับครูผู้สอน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ทำได้ง่าย เน้นการเล่น การให้เด็กลงมือทำจริง โดยเฉพาะการเรียนรู้ผ่านกิจวัตรประจำวัน

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเอกสารฉบับนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง ที่จะช่วยส่งเสริมพัฒนาการของบุตรหลานให้ได้รับการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ และขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิ ศึกษานิเทศก์ ครูผู้สอน รวมทั้งนักวิชาการศึกษา ที่มีส่วนร่วมดำเนินการให้การจัดทำเอกสารฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

(นายอำนาจ วิชยานุวัติ)
เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

# สารบัญ

หน้า


**บทนำ** 1

**ธรรมชาติของเด็กวัย 3 – 6 ปี** 2

**แนวทางส่งเสริมการจัดกิจกรรมพัฒนาเด็กวัย 3 – 6 ปี สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง** 3

**กิจกรรมสำหรับเด็กวัย 3 – 6 ปี** 5

**ในหนึ่งวัน...ชวนลูกทำกิจกรรมอะไรดี** 11

**มาดูสิ...ลูกทำได้** 12

**ภาคผนวก**

ภาคผนวก 1 ตัวอย่างกิจกรรมชวนลูกเล่นทดลอง 13

ภาคผนวก 2 ตัวอย่างหนังสือนิทาน E-Book 15

ภาคผนวก 3 ตัวอย่างสื่อและแหล่งข้อมูลส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย 17

**ข้อมูลอ้างอิง** 19

**คณะผู้จัดทำ** 20

# บทนำ

เด็กวัย 3 – 6 ปี เป็นช่วงสำคัญที่ร่างกายและสมองกำลังเจริญเติบโต เด็กวัยนี้มีโอกาสเรียนรู้จากการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และการสัมผัส รวมทั้งการเคลื่อนไหว การเล่น การลงมือกระทำ ได้สำรวจ ทดลอง ค้นพบด้วยตนเอง ได้มีโอกาสคิดแก้ปัญหา เลือก ตัดสินใจ พูดคุย คิดริเริ่มสร้างสรรค์ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข เด็กวัยนี้จึงควรได้รับการดูแลด้วยความรัก ความเข้าใจ และความเอาใจใส่เป็นพิเศษ เพื่อให้เด็กเกิดการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งพ่อแม่ผู้ปกครองคือบุคคลสำคัญในการอบรมเลี้ยงดูเด็กให้มีพฤติกรรมและพัฒนาการที่ดีได้ด้วยการส่งเสริม และเปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือทำกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัยโดยเฉพาะช่วงเวลาที่อยู่ร่วมกันที่บ้าน ประกอบกับปัจจุบันสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) หรือโควิด-19 ที่แพร่ระบาดในหลายประเทศทั่วโลกรวมทั้งประเทศไทย ทำให้ต้องปรับเปลี่ยนการดำเนินวิถีชีวิตจากสภาวการณ์เดิมไปสู่ความปกติใหม่ หรือฐานวิถีชีวิตใหม่ (New Normal) รวมถึงระยะเวลาของการอยู่ร่วมกันที่บ้านระหว่างพ่อแม่ ผู้ปกครองกับเด็กยาวนานขึ้น เมื่อเด็กอยู่บ้านนานขึ้นและใช้เวลาทั้งหมดอยู่กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง จึงเป็นโอกาสดีที่พ่อแม่ ผู้ปกครองจะได้ใช้เวลาทำกิจกรรมร่วมกับเด็กและเข้ามามีบทบาทสำคัญในการพัฒนาอบรมเลี้ยงดูเด็กให้มีศักยภาพในการใช้ชีวิตในสังคม

ดังนั้น การให้ความรู้แก่พ่อแม่ ผู้ปกครอง เพื่อส่งเสริม สนับสนุนพัฒนาการเด็กวัย 3 – 6 ปีเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็น จึงเป็นที่มาของ ***“แนวทางการส่งเสริมพัฒนาการเด็กวัย 3 – 6 ปี สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง”*** เล่มนี้ ซึ่งจะได้แนวทางการจัดกิจกรรมในแต่ละวันให้กับเด็กขณะอยู่ที่บ้าน เน้นกิจกรรมที่หลากหลาย ทำได้ง่าย ไม่ยุ่งยาก เน้นการเล่น การให้เด็กลงมือทำจริงโดยเฉพาะการเรียนรู้ผ่านการทำกิจวัตรประจำวัน พ่อแม่ ผู้ปกครองสามารถปรับกิจกรรมให้ยืดหยุ่นได้ตามความสนใจของเด็ก และตามความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของแต่ละบ้าน สิ่งสำคัญคือไม่จำเป็นต้องให้เด็กทำครบทุกกิจกรรม อาจเปิดโอกาสให้เด็กเลือกและลงมือทำบางกิจกรรมด้วยตัวเอง โดยมีพ่อแม่ ผู้ปกครองเป็นผู้ช่วยจัดหาอุปกรณ์ เตรียมสถานที่ให้เหมาะสมและมีความปลอดภัย หรือในกรณีที่พ่อแม่ ผู้ปกครองต้องการความช่วยเหลืออาจประสานครูเพื่อขอใช้สื่อ อุปกรณ์จากทางโรงเรียนได้

# ธรรมชาติของเด็กวัย 3 – 6 ปี

## เด็กวัย 3 - 4 ปี

เป็นวัยที่ช่างสงสัย ช่างถาม ช่างสำรวจ และช่างเลียนแบบ ชอบเรียนรู้สิ่งแวดล้อมรอบตัวจากประสบการณ์ตรงและทำอะไรซ้ำ ๆ ในสิ่งที่ชอบ ตื่นเต้นกับสิ่งแปลกใหม่ และยังเอาแต่ใจตนเองบ้าง ตัวอย่างธรรมชาติของเด็กวัยนี้ ได้แก่

- สามารถดูแลตนเองผ่านกิจวัตรประจำวัน แต่อาจต้องมีผู้ใหญ่คอยช่วยเหลือบ้าง และช่วยทำงานบ้านง่ายๆ ได้ เช่น เก็บของเล่นเข้าที่ รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น
- การทรงตัวดีขึ้น ทั้งการเดิน เดินหน้า ถอยหลัง การวิ่ง การปีนป่าย และกระโดดข้ามสิ่งกีดขวางที่ไม่สูงมาก
- ชอบการเล่นที่ต้องใช้มือและนิ้ว กิจกรรมที่ชื่นชอบคือ วาดภาพระบายสี ปั้น พิมพ์
- เริ่มเข้าใจคำบอกตำแหน่ง เช่น ข้างหน้า ข้างหลัง บน ล่าง และสามารถพูดเป็นประโยค
- เริ่มเข้ากลุ่มและเล่นร่วมกับผู้อื่น เริ่มรู้จักการแบ่งปันและอดทนรอคอยได้นานขึ้น

## เด็กวัย 4 - 5 ปี

เป็นวัยที่มีความเชื่อมั่นในตนเองและอยากทดลองทำสิ่งใหม่ ๆ อยากรู้อยากเห็น ชอบกระโดดโลดเต้น ชอบตะโกน หัวเราะ ร่าเริงแจ่มใส ตัวอย่างธรรมชาติของเด็กวัยนี้ ได้แก่

- สามารถดูแลตนเองผ่านกิจวัตรประจำวันได้มากขึ้น เช่น กินข้าว ล้างหน้า ล้างมือ เป็นต้น
- ใช้มือได้ดีขึ้น สามารถจับดินสอ พู่กันได้ ใช้กรรไกรตัดกระดาษ วาดรูปคนส่วนหัว แขน ขา และลำตัว รวมถึง สัตว์ สิ่งของ และสามารถทรงตัว วิ่ง ปีนป่ายได้ดีขึ้น
- สนใจคำศัพท์ใหม่ ๆ เริ่มโต้แย้งและมีการใช้เหตุผล เริ่มเข้าใจการอ่านหนังสือจากซ้ายไปขวา จัดหมวดหมู่หรือจับคู่สิ่งต่าง ๆ ได้ ถามและตอบเกี่ยวกับใคร ทำอะไร ที่ไหน ทำไม ฯลฯ
- รู้จักคิดมีเหตุมีผลมากขึ้น แต่บางครั้งยังแยกไม่ออกระหว่างเรื่องจริงกับเรื่องที่แต่งขึ้น เริ่มแสดงความมั่นใจและตัดสินใจด้วยตัวเอง รวมทั้งเล่นเป็นกลุ่ม รู้จักการรอคอยและแบ่งปัน

## เด็กวัย 5 - 6 ปี

เป็นวัยที่เริ่มเรียนรู้บทบาทของผู้ใหญ่โดยการจินตนาการและเล่นบทบาทสมมติ เตรียมพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากสิ่งแวดล้อมรอบตัวและในโรงเรียน มีสมาธิจดจ่อในการทำกิจกรรมนานขึ้น และเริ่มเข้าใจผู้อื่น ตัวอย่างธรรมชาติของเด็กวัยนี้ ได้แก่

- สามารถดูแลตนเองผ่านกิจวัตรประจำวันได้ดียิ่งขึ้น
- ทรงตัว วิ่ง ปีนป่าย และโหนตัวไปมาได้คล่องแคล่ว รู้จักโยน เตะ และรับของ
- เริ่มเขียน ลอกแบบรูปร่างตัวหนังสือและตัวเลขได้ และแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้น เริ่มเข้าใจเรื่องเวลาวันในแต่ละสัปดาห์
- จดจำและเล่าเรื่องราวประกอบท่าทางได้ และมีเหตุผลมากขึ้น รวมทั้งเริ่มคิดค้นเกมที่มีกฎกติกาง่าย ๆ และชักชวนเพื่อนเล่นบทบาทสมมติ ซึ่งเพื่อนเริ่มมีบทบาทสำคัญ เข้าใจการแบ่งปันและความยุติธรรม

# แนวทางส่งเสริมการจัดกิจกรรมพัฒนาเด็กวัย 3 – 6 ปี สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง

- จัดกิจกรรมที่ทำได้ง่าย ไม่ยุ่งยาก ให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านการลงมือทำจริงอย่างหลากหลาย ที่สำคัญสามารถปรับและยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสมของแต่ละบ้าน

- จัดพื้นที่ในบ้านให้เหมาะสมกับการทำกิจกรรม มีความปลอดภัยต่อเด็กและช่วยจัดหาอุปกรณ์ เช่น ดินสอ กระดาษ สีเทียน สีน้ำ ฯลฯ ให้เด็กเรียนรู้ผ่านการทำกิจวัตรประจำวัน เช่น เก็บที่นอน ล้างหน้า แปรงฟัน อาบน้ำ แต่งตัว ล้างมือ กินข้าว ฯลฯ อาจกำหนดช่วงเวลาให้เด็กทำ และทำต่อเนื่องอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งในช่วงแรกอาจคอยช่วยเหลือหรือทำกิจวัตรประจำวันพร้อมกันกับเด็ก เมื่อเด็กทำได้แล้วจึงให้เด็กลงมือทำเอง นอกจากนี้ควรเปิดโอกาสให้เด็กทำกิจกรรมที่เหมาะสมเท่าที่เด็กจะทำได้ในการช่วยทำงานบ้าน งานครัว เช่น กวาดบ้าน เก็บของเข้าที่ ปอกผลไม้ ล้างผักง่าย ๆ ฯลฯ งานสวน เช่น ปลูกผัก รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น

- ทำกิจกรรมร่วมกันกับเด็ก แต่หากไม่มีเวลา ควรเปิดโอกาสให้เด็กเรียนรู้จากสิ่งของและผู้คนที่อยู่รอบตัว และให้เด็กได้เล่นอิสระ อาจเป็นของเล่นหรือของใช้ที่ไม่เป็นอันตราย หาได้ง่ายในบ้าน และจากสิ่งแวดล้อมรอบตัว เช่น ของจริงตามธรรมชาติ (ใบไม้ ผลไม้ ก้อนหิน ฯลฯ) จากสิ่งของเครื่องใช้ในชีวิตประจำวัน (ช้อน จาน แก้วน้ำ ฯลฯ) รวมทั้งให้เด็กได้เล่นออกกำลังกลางแจ้งหรือในร่ม เล่นน้ำ เล่นทราย โดยมีผู้ดูแลอย่างใกล้ชิด นอกจากนี้พ่อแม่ ผู้ปกครองคือของเล่นที่ดีที่สุดสำหรับเด็ก อาจเล่นกับเด็กโดยใช้อวัยวะบางส่วนของร่างกาย (มือ แขน ขา หู ตา จมูก ผม ฯลฯ) นำมาประกอบการเล่นได้มากมาย เช่น อุ้ม โอบกอด ขี่หลัง ขี่คอ เล่นนิ้วมือ เป็นต้น

- ชวนเด็กพูดคุยสม่ำเสมอ กระตุ้นด้วยคำถาม เล่าเรื่องราว หรือชักชวนเด็กอ่านจากสิ่งของรอบตัว เช่น ป้ายร้านค้า กล่องนม กล่องสบู่ ฯลฯ รวมทั้งการอ่านหนังสือให้เด็กฟัง โดยเฉพาะหนังสือนิทานที่มีเนื้อหาที่เหมาะสมกับเด็ก หรือเล่าเรื่องราวจากแผ่นภาพ

- ส่งเสริมให้เด็กทำกิจกรรมศิลปะ เช่น การระบายสีและวาดรูปอย่างอิสระ พับกระดาษ ปั้นแป้ง พิมพ์ภาพ ฯลฯ และกิจกรรมด้านดนตรี เช่น การฟังเพลง การร้องเพลง การพูดคำกลอน คำคล้องจอง การแสดงท่าทางประกอบตามจินตนาการ ฯลฯ

กรณีพ่อแม่ ผู้ปกครองมีความพร้อมให้เด็กเรียนรู้โดยใช้สื่อเทคโนโลยี ได้แก่ โทรทัศน์ สมาร์ตโฟน แท็บเล็ต และคอมพิวเตอร์ ต้องทำความเข้าใจและปฏิบัติตามคำแนะนำในการใช้สื่อเทคโนโลยีกับเด็กวัย 3 – 6 ปี ดังนี้

- พ่อแม่ ผู้ปกครองเป็นตัวอย่างที่ดีในการใช้สื่อเทคโนโลยี โดยให้เวลาอยู่กับเด็กอย่างเต็มที่ หากจำเป็นต้องใช้ควรเลือกใช้สื่อที่มีปฏิสัมพันธ์และเหมาะสมกับเด็ก และใช้เพื่อเป็นช่องทางในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เช่น ช่วยเด็กค้นหาข้อมูลที่เด็กสนใจ ค้นหาเพลงสำหรับเด็ก ค้นหาหนังสือนิทานอิเล็กทรอนิกส์ เป็นต้น
- ใช้สื่อเทคโนโลยีร่วมกับเด็ก ไม่ควรปล่อยให้เด็กใช้หรืออยู่กับหน้าจอตามลำพัง การพูดคุยและมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างดูโทรทัศน์ สมาร์ตโฟน แท็บเล็ต และคอมพิวเตอร์ จะช่วยให้เด็กเข้าใจสิ่งที่ตัวเองกำลังดูอยู่ และเป็นโอกาสให้พ่อแม่ ผู้ปกครองได้ดูแลการใช้สื่อเทคโนโลยีอย่างเหมาะสมของเด็กด้วย
- ไม่ควรให้เด็กใช้สื่อเทคโนโลยีทุกประเภทนานเกิน 1 ชั่วโมงต่อวัน อาจกำหนดข้อตกลงในการใช้อุปกรณ์ดังกล่าว แล้วชักชวนเด็กทำกิจกรรมที่ได้ใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 และกิจกรรมที่เกี่ยวข้องต่อตัวเด็ก เช่น การเล่น การทำกิจวัตรประจำวัน การช่วยทำงานบ้าน การอ่านหนังสือร่วมกัน การออกกำลังกาย การทำงานศิลปะ และงานประดิษฐ์ เป็นต้น
- จัดมุมการวางสื่อเทคโนโลยี เช่น โทรทัศน์ คอมพิวเตอร์ ไว้ในส่วนที่ทุกคนเห็นได้ง่าย สะดวกในการใช้ร่วมกัน สามารถเป็นจุดรวมของสมาชิกในครอบครัว

และในขณะที่เด็กใช้สื่อเทคโนโลยี พ่อแม่ ผู้ปกครองควรสังเกตการใช้สื่อฯ ของเด็ก รวมทั้งให้คำแนะนำและความช่วยเหลือเมื่อเด็กต้องการ

# กิจกรรมสำหรับเด็กวัย 3 – 6 ปี

**กิจกรรมที่นำเสนอไม่จำเป็นต้องทำทุกกิจกรรมในหนึ่งวัน สามารถเลือกบางกิจกรรม แล้วนำมาปรับให้เหมาะสมตามวิถีชีวิตของแต่ละบ้าน และเหมาะสมกับความสามารถของเด็ก อาทิ**

## ชวนลูกทำ
## (กิจวัตรประจำวัน งานบ้าน งานครัว งานสวน)

การชวนลูกทำ (กิจวัตรประจำวัน งานบ้าน งานครัว งานสวน) เป็นการปลูกฝังคุณลักษณะนิสัยและวินัยเบื้องต้น รวมทั้งการรู้จักดูแลรักษาสุขอนามัยด้วยตนเอง พ่อแม่ ผู้ปกครอง สามารถฝึกให้เด็กทำกิจวัตรประจำวันเป็นเวลาอย่างสม่ำเสมอ เปิดโอกาสให้เด็กทำด้วยตนเอง เช่น อาบน้ำ ล้างหน้า แปรงฟัน ล้างมือ ฝึกการขับถ่าย แต่งตัว กินอาหารที่มีประโยชน์ ดื่มนม การนอน ฯลฯ

นอกจากนี้การให้เด็กช่วยทำงานบ้าน งานครัว งานสวน สามารถให้ทำได้ตามความเหมาะสมของแต่ละบ้านและวัยของเด็ก บางกิจกรรมพ่อแม่ ผู้ปกครองอาจคอยช่วยเหลือบ้าง ซึ่งมีตัวอย่างกิจกรรม ดังนี้

- **ช่วยงานบ้าน** เช่น ช่วยเก็บของ หยิบของ เช็ดโต๊ะเก้าอี้ ถูพื้น กวาดบ้าน ซักผ้า ทำความสะอาดของเล่น ฯลฯ
- **ช่วยงานครัว** ให้เด็กได้ลองทำตั้งแต่ขั้นตอนการช่วยเตรียมวัตถุดิบ เช่น ช่วยล้างผัก ช่วยหยิบของ เป็นต้น ขั้นตอนการลงมือทำ เช่น ตอกไข่ ผสมอาหาร ไปจนถึงการช่วยเก็บล้าง โดยมีพ่อแม่ ผู้ปกครองคอยช่วยเหลือหรือดูแลไม่ให้เกิดอันตราย เป็นต้น
- **ช่วยงานสวน** เช่น ปลูกต้นไม้ ผักสวนครัว เก็บผัก หรือช่วยรดน้ำต้นไม้ เป็นต้น

## ชวนลูกสร้างสรรค์
## (งานศิลปะ และ งานประดิษฐ์)

ชวนลูกสร้างสรรค์ เป็นกิจกรรมที่ทำให้เด็กเกิดจินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งพ่อแม่ผู้ปกครองอาจช่วยจัดหาและเตรียมอุปกรณ์ศิลปะให้เด็กตามความเหมาะสม เช่น กระดาษ ดินสอ สีเทียน สีไม้ สีน้ำ สีผสมอาหาร พู่กัน หรือแปรงระบายสี ฯลฯ และอุปกรณ์สำหรับงานประดิษฐ์ เช่น กาวหรือแป้งเปียก กรรไกร เชือก ฯลฯ สามารถใช้วัสดุรอบตัวที่หาได้ง่ายจากของเหลือใช้ภายในบ้าน หรือวัสดุจากธรรมชาติรอบบ้านนำมาประกอบการจัดกิจกรรมนี้ได้เช่นกัน และหลังเสร็จกิจกรรม พ่อแม่ ผู้ปกครอง ควรชวนเด็กพูดคุยเกี่ยวกับผลงานที่ทำ ซึ่งตัวอย่างของกิจกรรมชวนลูกคิดสร้างสรรค์ ดังนี้

- **ชวนลูกสร้างสรรค์งานศิลปะ** ผ่านการวาด การพิมพ์ การปั้น การพับ การปะติด เช่น
  - วาดรูปด้วยสีเทียน ดินสอ สีน้ำ (สีผสมอาหาร) ตามจินตนาการ
  - ปั้นแป้งโดว์ ดินน้ำมันหรือดินเหนียว เป็นรูปตามความสนใจ
  - พิมพ์ภาพด้วยสีน้ำ โดยใช้วัสดุที่หาได้ง่ายรอบตัว เช่น ผักสวนครัว ดอกไม้ ใบไม้ หรือใช้นิ้วมือพิมพ์ต่อกันเป็นรูปตามจินตนาการ เป็นต้น
  - ฉีกหรือตัดกระดาษเป็นชิ้นเล็ก ๆ ปะต่อกันเป็นรูปต่าง ๆ
- **ชวนลูกสร้างสรรค์งานประดิษฐ์** จากวัสดุเหลือใช้รอบตัว เช่น หลอดดูดน้ำ ขวดน้ำพลาสติก แกนกระดาษชำระ กล่องกระดาษ ไม้หนีบผ้า ไม้ไอติม เศษกระดาษหรือเศษผ้าเหลือใช้ ฯลฯ หรือวัสดุจากธรรมชาติรอบบ้าน เช่น ใบไม้ ดอกไม้ เมล็ดพืช เป็นต้น

## ชวนลูกเต้น
## (ขยับเคลื่อนไหวร่างกาย)

ชวนลูกเต้น เป็นกิจกรรมที่เด็กได้ขยับเคลื่อนไหวร่างกาย เมื่อเด็กได้ทำอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยกระตุ้นการเจริญเติบโต ทำให้ร่างกายแข็งแรง อารมณ์ดี แจ่มใส และมีความสุข สามารถจัดกิจกรรมนี้เข้าไปในชีวิตประจำวันตามความเหมาะสมได้ เช่น

- ชวนเด็กขยับเคลื่อนไหวร่างกายพื้นฐาน เช่น การเดิน การวิ่ง กระโดด การเต้น การชูไม้ชูมือ เป็นต้น
- ชวนเด็กเต้นและร้องเพลง ทำท่าทางจินตนาการตามเสียงเพลงหรือเสียงดนตรี อาจเป็นเพลงที่เด็กชื่นชอบ หรือบทร้องเล่นที่พ่อแม่ ผู้ปกครองคุ้นเคย
- ชวนเด็กขยับเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเสียงเพลงหรือเสียงดนตรี เช่น สะบัดแขน โยกหัว ส่ายเอว ย่ำเท้า โบกแขน ปรบมือ เป็นต้น ทั้งนี้พ่อแม่ ผู้ปกครอง อาจหาเศษผ้า ริบบิ้น มาใช้ประกอบการเต้นได้
- ชวนเด็กเล่นเคาะจังหวะประกอบเสียงเพลง โดยใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น เครื่องเคาะเขย่า ตี ทั้งนี้เน้นที่ความปลอดภัยต่อเด็ก

## ชวนลูกเล่น

### (เล่นออกกำลังกลางแจ้งหรือในร่ม/เล่นน้ำ/เล่นทราย/เล่นตามจินตนาการ/เล่นอิสระ)

ชวนลูกเล่น เป็นกิจกรรมสำคัญที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านของเด็ก คือ ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เมื่อเด็กได้เล่นจะช่วยให้เด็กได้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ได้ทดลองผิดถูกครั้งแล้วครั้งเล่า รู้จักการแก้ปัญหา ช่วยสร้างจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งพ่อแม่ ผู้ปกครองสามารถเป็นผู้สนับสนุนกิจกรรมนี้ ด้วยการช่วยเตรียมพื้นที่ วัสดุ อุปกรณ์ ตามความเหมาะสมและเปิดโอกาสให้เด็กเป็นผู้เลือกเล่นอย่างหลากหลายตามความสนใจ ดังนี้

- **เล่นออกกำลังกลางแจ้งหรือในร่ม** เช่น ปั่นจักรยานในบริเวณบ้าน โยนบอลหรือวัสดุอื่น ลงตะกร้า กลิ้ง โยน-รับลูกบอล เกมการเล่นออกกำลังต่าง ๆ วิ่งเล่นอิสระ และเกมการละเล่นไทย เช่น มอญซ่อนผ้า รีรีข้าวสาร เป็นต้น

- **เล่นน้ำ เล่นทราย** อาจปรับได้ตามวัสดุในบ้านเท่าที่มี ดังนี้
  - เล่นน้ำโดยใช้ภาชนะที่มีอยู่ที่บ้าน อาจเป็น กะละมัง ถังน้ำ โดยดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด วัสดุอุปกรณ์ประกอบการเล่น เช่น ภาชนะสำหรับตวงน้ำหลายรูปแบบ สัตว์จำลอง ของเล่นหรือของใช้ที่สามารถเล่นในน้ำได้ หรือสายยางรดน้ำต้นไม้ เป็นต้น
  - เล่นทราย อาจนำทรายที่สะอาดมาใส่ในถัง วัสดุอุปกรณ์ประกอบการเล่น เช่น ขันน้ำ ถ้วยตวง ช้อนตัก แบบพิมพ์ที่เป็นวัสดุเหลือใช้ กิ่งไม้ เปลือกหอย ก้อนหิน เป็นต้น
- **เล่นตามจินตนาการ / เล่นอิสระ** ควรเปิดโอกาสให้เด็กเลือกเล่นอย่างอิสระตามความคิด จินตนาการ เช่น แต่งตัวเลียนแบบบุคคลอาชีพต่าง ๆ หรือเล่นของเล่นที่มีอยู่ในบ้าน เช่น เล่นขายของ ตุ๊กตา ทำครัว และต่อตัวต่อต่อบล็อก เป็นต้น เมื่อเลิกเล่นสอนให้เด็กจัดเก็บสิ่งของเข้าที่ทุกครั้ง

## ชวนลูกเล่นทดลอง

ชวนลูกเล่นทดลอง เป็นกิจกรรมที่เด็กได้เรียนรู้จากการลงมือทำ การสังเกต ทดลอง คิดแก้ปัญหา และหาคำตอบของเรื่องราวหรือปรากฏการณ์ต่าง ๆ ได้ตามวัยจากการสังเกตสิ่งรอบ ๆ ตัว ซึ่งแนวทางการจัดกิจกรรมนี้ พ่อแม่ ผู้ปกครองสามารถชวนเด็กสำรวจสิ่งรอบตัวหรือสอดแทรกกิจกรรมนี้ได้ในขณะทำกิจวัตรประจำวัน งานบ้าน งานครัว งานสวน หรือกิจกรรมอื่น ๆ ในวิถีชีวิตของครอบครัว ยกตัวอย่างเช่น

- ขณะชวนเด็กรดน้ำต้นไม้ ให้เด็กสังเกตการไหลของน้ำจากที่สูงสู่ที่ต่ำ และแรงดันทำให้น้ำไหลแรง โดยลองฉีดน้ำด้วยสายยางให้เด็กดู หรือให้เด็กทดลองฉีดน้ำรดต้นไม้ด้วยตนเอง
- ขณะกำลังล้างจาน ชักชวนเด็กสังเกตการผสมกันระหว่างน้ำยาล้างจานกับน้ำเปล่า แล้วถามเด็กว่าเกิดอะไรขึ้นบ้าง
- ขณะจะอาบน้ำ ชวนเด็กเล่นทดลองลอย - จม โดยให้เด็กหาวัสดุ สิ่งของใกล้ตัว (ที่ไม่เกิดความเสียหาย) มาทดลองลอย - จม เช่น แปรงสีฟัน หลอดยาสีฟัน ขันน้ำ ขวดแชมพู ฟองน้ำถูตัว เป็นต้น

ทั้งนี้ พ่อแม่ ผู้ปกครองอาจจัดสถานการณ์การทดลองจากสื่อใกล้ตัวตามโอกาสเหมาะสม เพื่อส่งเสริมความอยากรู้อยากเห็น ความมุ่งมั่นจดจ่อในการหาคำตอบ การคิดแก้ปัญหา ดังตัวอย่างกิจกรรมชวนลูกเล่นทดลองในภาคผนวก 1

## ชวนลูกอ่าน
## (อ่านหนังสือ เล่านิทาน)

ชวนลูกอ่าน เป็นกิจกรรมที่สำคัญที่ช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเด็กกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง เกิดความใกล้ชิด ความผูกพันกันมากขึ้น และทำให้เด็กได้พัฒนาจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ ได้รู้จักคำศัพท์ใหม่ ๆ และได้รับประสบการณ์ทางภาษาผ่านการอ่านหนังสือ การเล่านิทานจากพ่อแม่ ผู้ปกครอง ซึ่งแนวทางการจัดกิจกรรมชวนลูกอ่าน มีดังนี้

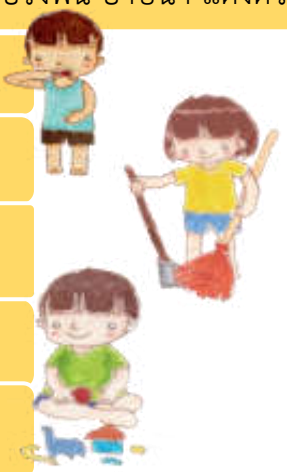
- อ่านหนังสือภาพ หนังสือนิทาน หรือเล่านิทานให้เด็กฟังเท่าที่สามารถทำได้ อาจใช้เวลาเพียงวันละ10 – 15 นาที และควรทำอย่างสม่ำเสมอทุกวันจนเป็นกิจวัตรประจำวัน อาจเป็นช่วงเวลาก่อนเข้านอน หากไม่มีหนังสือภาพ หนังสือนิทาน อาจเล่านิทานจากเรื่องราวที่แต่งขึ้นเอง หรือร้องเพลงกล่อมนอนที่พ่อแม่ ผู้ปกครองคุ้นเคย อีกทางเลือกหนึ่งคือติดต่อกับครูผู้สอนที่โรงเรียนของเด็กเพื่อขอยืมมาอ่านให้เด็กฟังที่บ้าน
- เลือกหนังสือภาพ หนังสือนิทานที่เหมาะสมกับความสนใจตามวัย 3 – 6 ปี มีภาพเยอะกว่าตัวหนังสือใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย เรื่องราวไม่ซับซ้อน อาจเป็นคำกลอน คำคล้องจองที่เด็กสามารถจดจำได้ง่าย
- การเล่านิทานอาจใช้อุปกรณ์ประกอบการเล่า จากสิ่งรอบตัวเด็ก เช่น ตุ๊กตา หุ่นมือ ของเล่น ผ้าผืนเล็ก ฯลฯ นิ้วมือและการเล่นเงาจากมือ หรือการแสดงท่าทางประกอบการเล่าเรื่องก็สามารถนำมาใช้ประกอบการเล่านิทานได้ อาจใช้หนังสือนิทานหรือภาพการ์ตูนจากหนังสืออื่น ๆ ที่มีอยู่แล้วและเหมาะสมกับเด็กมาจัดกิจกรรมได้
- อ่านชื่อเรื่อง ชื่อผู้แต่ง และผู้วาดภาพประกอบก่อนอ่านเนื้อเรื่องเสมอ และหลังจากอ่านหนังสือหรือ เล่านิทานจบ ควรใช้คำถามเพื่อกระตุ้นการเรียนรู้ เช่น เกิดเหตุการณ์อะไร มีใคร ทำอะไร อย่างไรชอบตัวละครอะไร และชอบเหตุการณ์ใดบ้าง เป็นต้น หากมีเวลาอาจชวนเด็กทำกิจกรรมต่อเนื่องจากเนื้อเรื่อง
- เปิดโอกาสให้เด็กเลือกหนังสือนิทาน หรือให้เวลาเด็กอ่านหนังสือถึงแม้เด็กยังอ่านไม่ออก เพราะเด็กสามารถอ่านภาพในหนังสือได้และได้ใช้สมาธิจดจ่อกับตนเอง
- พ่อแม่ ผู้ปกครอง ที่ใช้สมาร์ตโฟน แท็บเล็ต และคอมพิวเตอร์ สามารถใช้หนังสือนิทานในรูปแบบของหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E–book) เพื่ออ่านให้เด็กฟังได้ในภาคผนวก 2

# ในหนึ่งวัน...ชวนลูกทำกิจกรรมอะไรดี

- พ่อแม่ ผู้ปกครอง สามารถปรับตารางกิจกรรมให้ยืดหยุ่นช่วงเวลาได้ และปรับ ออกแบบกิจกรรมเพิ่มเติมได้ตามสภาพการดำเนินชีวิตของครอบครัวและเหมาะสมกับเด็ก
- ให้ความสำคัญกับกิจกรรมชวนลูกทำ (กิจวัตรประจำวัน งานบ้าน งานครัว งานสวน) ชวนลูกเล่น และชวนลูกอ่านโดยกิจกรรมอื่น ๆ ควรจัดทุกสัปดาห์อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 – 3 ครั้ง
- สามารถเลือกจัดกิจกรรมให้เหมาะสมตามวัยและความสนใจของเด็ก ได้แก่ **เด็กวัย 3 – 4 ปี** อาจต้องคอยช่วยเหลือบ้าง เพราะเด็กจะมีความสนใจทำกิจกรรมบางอย่างน้อยกว่า **เด็กวัย 4 – 5 ปี** ที่เริ่มดูแลตนเองได้มากขึ้น สำหรับ**เด็กวัย 5 – 6 ปี** จะมีสมาธิยาวนานขึ้นและทำกิจกรรมที่ซับซ้อนได้มากขึ้น

**เช้า**

- ตื่นนอน ชวนลูกทำกิจวัตรประจำวัน (เก็บที่นอน แปรงฟัน อาบน้ำ แต่งตัว)
- รับประทานอาหารเช้า
- ชวนลูกทำ (งานบ้าน งานครัว งานสวน)
- ชวนลูกสร้างสรรค์ (งานศิลปะ และ งานประดิษฐ์)
- ดื่มนมหรือรับประทานอาหารว่าง
- ชวนลูกเล่น (เล่นน้ำ เล่นทราย เล่นของเล่น)



**กลางวัน**

- รับประทานอาหารกลางวัน
- นอนพักผ่อน เก็บที่นอน ล้างหน้า

**บ่าย**

- ดื่มนมหรือรับประทานอาหารว่าง
- ชวนลูกเต้น (ขยับเคลื่อนไหวร่างกาย)
- ชวนลูกเล่นทดลอง

**เย็น**

- ชวนลูกเล่นออกกำลังกายกลางแจ้งหรือในร่ม
- รับประทานอาหารเย็น
- ชวนลูกทำกิจวัตรประจำวัน (อาบน้ำ แปรงฟัน แต่งตัว)

**กลางคืน (ก่อนนอน)**

- ชวนลูกอ่าน (อ่านหนังสือ เล่านิทาน)
- ชวนลูกเข้านอน

## มาดูสิ...ลูกทำได้

- เมื่อเด็กทำกิจกรรมในแต่ละวันแล้ว พ่อแม่ ผู้ปกครองสามารถทำแบบสังเกตพฤติกรรมเด็กได้ตามความสะดวก หรืออาจทำอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง โดยใส่เครื่องหมาย ✓ แต่ละพฤติกรรมที่เด็กทำได้จริง
- ประโยชน์ที่พ่อแม่ ผู้ปกครองได้รับจากการทำแบบสังเกตพฤติกรรมเด็ก คือ ได้รู้พัฒนาการเด็ก สามารถใช้ติดตามและใช้ประสานงานเกี่ยวกับพัฒนาการเด็กร่วมกับครูเมื่อเด็กไปโรงเรียน

### แบบสังเกตพฤติกรรมเด็กสำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง

**ชื่อ – สกุล ด.ช./ด.ญ. ..... วัน เดือน ปี ที่บันทึก.....**

**1. การทำกิจวัตรประจำวันของเด็ก**

**1.1 การรับประทานอาหาร**

- อาหารเช้า ○ รับประทานอาหารได้เอง ○ รับประทานอาหารโดยมีผู้ใหญ่ช่วย ○ ไม่รับประทานอาหาร
- อาหารกลางวัน ○ รับประทานอาหารได้เอง ○ รับประทานอาหารโดยมีผู้ใหญ่ช่วย ○ ไม่รับประทานอาหาร
- อาหารเย็น ○ รับประทานอาหารได้เอง ○ รับประทานอาหารโดยมีผู้ใหญ่ช่วย ○ ไม่รับประทานอาหาร
- อาหารว่าง ช่วงเช้า ○ รับประทาน ○ ไม่รับประทานอาหาร
  ช่วงบ่าย ○ รับประทาน ○ ไม่รับประทานอาหาร
- ดื่มนม ช่วงเช้า ○ ดื่มนม ○ ไม่ดื่ม
  ช่วงบ่าย ○ ดื่มนม ○ ไม่ดื่ม

**1.2 การดูแลตนเอง**

○ การขับถ่าย ○ การแปรงฟัน ○ การอาบน้ำ ○ การแต่งกาย ○ การรับประทานอาหาร
○ การล้างมือ ○ อื่น ๆ.....

**1.3 การนอนหลับพักผ่อน**

○ นอนหลับช่วงกลางวัน ระยะเวลา.....ชั่วโมง ○ นอนหลับช่วงกลางคืน ระยะเวลา.....ชั่วโมง

**2. พฤติกรรมที่เด็กทำได้**

○ เล่นได้ด้วยตนเองอย่างอิสระ ○ รับฟังและยอมรับข้อตกลงร่วมกัน ○ เล่นร่วมกับคนในบ้าน
○ แบ่งปันของให้กับคนในบ้าน ○ ระบุอารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ ได้ เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ เศร้า

**3. การทำกิจกรรมของเด็ก**

○ ช่วยงานบ้าน ระบุ..... ○ ช่วยงานครัว ระบุ..... ○ ช่วยงานสวน ระบุ.....
○ ทำงานศิลปะ ○ ทำงานประดิษฐ์ ○ เล่นออกกำลังกลางแจ้งหรือในร่ม
○ เล่นตามจินตนาการ ○ เล่นอิสระ ○ เล่นน้ำ
○ เล่นทราย ○ เล่นทดลอง ○ ฟัง - อ่านหนังสือนิทาน

**ผู้ให้ข้อมูล ชื่อ- สกุล .....ความสัมพันธ์กับเด็ก○ พ่อ ○ แม่ ○ อื่น ๆ โปรดระบุ.....**

**ภาคผนวก 1**

## ตัวอย่างกิจกรรมชวนลูกเล่นทดลอง

### คำแนะนำการใช้

1. พ่อแม่ ผู้ปกครองจัดเตรียม จัดหาวัสดุ อุปกรณ์ โดยสามารถดัดแปลงสื่อใกล้ตัวมาใช้ทดแทนได้ และจัดเตรียมสถานที่
2. ชักชวนเด็กเล่นทดลองตามกิจกรรมดังตัวอย่าง หรือกิจกรรมทดลองอื่น ๆ จากหนังสือเล่นทดลองสำหรับเด็ก หรือจากสื่อออนไลน์
3. พ่อแม่ ผู้ปกครองดูคลิปจากสื่อเทคโนโลยีที่มี โดยสามารถใช้คิวอาร์โค้ด หรือลิงก์ที่ปรากฏในข้อมูลเพิ่มเติมประกอบการทดลอง แล้วทำความเข้าใจกิจกรรม คำถามที่ใช้ และวัสดุ อุปกรณ์ (ในคลิป)

| ลำดับ | วิธีเล่น | วัสดุ อุปกรณ์ | ข้อมูลเพิ่มเติมประกอบการทดลอง |
|---|---|---|---|
| 1 | **กิจกรรมสนุกกับฟองสบู่**<br>1. เด็กเล่นทดลองใช้หลอดเป่าสำลีให้เคลื่อนที่ไปหาผู้ปกครอง (ทดสอบการเป่าลม)<br>2. เด็กเล่นทดลองใช้หลอดเป่าน้ำเปล่าในชาม และสังเกตสิ่งที่เกิดขึ้น<br>3. เด็กเล่นทดลองใช้หลอดเป่าน้ำฟองสบู่น้ำยาล้างจาน และสังเกตสิ่งที่เกิดขึ้น<br>4. ขณะทำกิจกรรม ผู้ปกครองชักชวนลูกพูดคุย สังเกตเกี่ยวกับสิ่งที่พบเห็น<br>5. เด็กเล่นเป่าฟองสบู่อิสระ | 1. หลอดกาแฟ<br>2. สำลีก้อนเล็ก ๆ<br>3. ถ้วย ชามใส่น้ำเปล่า<br>4. ถ้วย ชามใส่น้ำฟองสบู่น้ำยาล้างจาน | https://youtu.be/vq27lsgKREo |
| 2 | **กิจกรรมน้ำ ทราย น้ำมัน**<br>1. เด็กตักน้ำใส่ภาชนะ เช่น ขวดน้ำประมาณครึ่งขวด และตัดทรายใส่เพิ่มประมาณ 3-4 ช้อน วางไว้สังเกตสิ่งที่เกิดขึ้น (การจมของทราย)<br>2. เด็กตักน้ำมันพืชใส่เพิ่มลงไปประมาณ 3-4 ช้อน ปิดฝาขวด เขย่าให้เข้ากันและวางทิ้งไว้สักครู่ สังเกตสิ่งที่เกิดขึ้น (การลอยของน้ำมัน) | 1. น้ำมันพืช<br>2. ทราย<br>3. น้ำเปล่า<br>4. ช้อนตัก<br>5. ภาชนะที่มีลักษณะใสและมีฝาปิด เช่น ขวดน้ำ กล่องพลาสติก ขวดโหล เป็นต้น | https://youtu.be/X--b2hbLnng |

| ลำดับ | วิธีเล่น | วัสดุ อุปกรณ์ | ข้อมูลเพิ่มเติมประกอบการทดลอง |
|---|---|---|---|
| | 3. เด็กทดลองเขย่าขวดซ้ำอีก 2-3 ครั้ง สังเกตสิ่งที่เกิดขึ้น<br>4. พูดคุยกับเด็กขณะทำกิจกรรมถึงสิ่งที่เด็กพบเห็น | | |
| 3 | **กิจกรรมเรือสะเทินน้ำ สะเทินบกและจรวด**<br>1. เด็กตัดหลอดกาแฟขนาดสั้น - ยาว ต่างกัน 2-3 อัน<br>2. เด็กปั้นดินน้ำมันสวมปิดปลายหลอดด้านใดด้านหนึ่ง สมมติเป็นจรวด<br>3. นำหลอดจรวดสวมใส่ที่หลอดงอ (ด้านปลายหลอด) แล้วเป่าหลอดด้านงอให้หลอดจรวดพุ่งออกไป<br>4. เด็กเล่นเป่าจรวดสั้น - ยาว สังเกตความแรงที่ต่างกัน<br>5. เด็กเล่นเป่าจรวดอิสระตามความสนใจ | 1. หลอดกาแฟ<br>2. หลอดงอ<br>3. ดินน้ำมัน | https://youtu.be/HJCrA6oonCo |
| 4 | **กิจกรรมตัวทำละลาย**<br>1. เด็กตักเกลือป่นใส่แก้วน้ำเปล่าใบที่ 1 คนให้เข้ากันและสังเกตสิ่งที่เกิดขึ้น (การละลายของเกลือ)<br>2. เด็กตักทรายใส่แก้วน้ำเปล่าใบที่ 2 สังเกตสิ่งที่เกิดขึ้น<br>3. ชักชวนเด็กหาสิ่งของอื่น ๆ ที่คาดเดาว่าจะละลายน้ำเล่นทดลองเพิ่มเติม เช่น น้ำตาลทราย ผงชูรส ฯลฯ ใส่แก้วน้ำใบที่ 1<br>4. พูดคุยถึงสิ่งที่พบเห็น | 1. แก้วพลาสติกใสใส่น้ำเปล่า 3 ใบ<br>2. เกลือป่น<br>3. ทราย<br>4. กะละมังรองน้ำกันหกเลอะเทอะ | https://youtu.be/SDzhziLa2z4 |

**ภาคผนวก 2**

## ตัวอย่างหนังสือนิทาน E-Book

### คำแนะนำการใช้

1. เลือกใช้สื่อเทคโนโลยีที่มีหน้าจอขนาดใหญ่ เพื่อที่เด็กจะได้มองเห็นตัวหนังสือและภาพชัดเจน เช่น คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต สมาร์ตทีวี เป็นต้น
2. อ่านหรือเล่าครั้งละ 1 เรื่อง เด็กจะได้ไม่ใช้สายตาจ้องมองจอนานเกินไป (ควรสลับกับการใช้หนังสือนิทาน)
3. กรณีนิทานมีกิจกรรมหรือเนื้อหาความรู้เสนอแนะไว้ท้ายเล่ม พ่อแม่ ผู้ปกครองควรอ่านและอาจนำไปใช้พัฒนาเด็กตามความเหมาะสม
4. สามารถดูหนังสือนิทานเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ https://www.happyreading.in.th/index.php

| ลำดับ | หนังสือ | QR Code | เรื่องย่อ | สาระสำคัญ |
|---|---|---|---|---|
| 1 | **ชื่อเรื่อง ฉึกฉัก ฉึกฉัก**<br>ผู้แต่ง : ตุ๊บปอง<br>ภาพ : โอม รัชเวทย์<br> | | หนังสือนิทานภาพเหมาะสำหรับเด็กวัย 2 ปีขึ้นไป เป็นนิทานที่มีคำคล้องจอง เล่นสัมผัสคำ เนื้อหาเกี่ยวกับสัตว์หลากหลายชนิด ที่ชักชวนกันมาขึ้นรถไฟ และส่งเสียงร้องทำนองคล้องจองอย่างสนุกสนาน | - การเล่น<br>- จำแนกเสียงและชนิดของสัตว์<br>- สีตามวัน |
| 2 | **ชื่อเรื่อง ทุกมื้ออร่อยจัง**<br>ผู้แต่ง : อัมรา เรืองศิริ<br>ภาพ : ลำพู แสงลภ<br> | | หนังสือนิทานภาพเหมาะสำหรับเด็กวัย 3 ปีขึ้นไป เนื้อเรื่องเกี่ยวกับอาหารประเภทต่าง ๆ รวมไปถึงส่วนประกอบของอาหาร เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมการกินผัก | - การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์<br>- วินัยเชิงบวก<br>- กิจวัตรประจำวัน |
| 3 | **ชื่อเรื่อง หนังสืออยากมีเพื่อน**<br>ผู้แต่ง : สุรอยยา สถิตานนท์<br>ภาพ : อาทิตย์ อมรชร<br> | | หนังสือนิทานภาพสำหรับเด็กวัย 3 ปีขึ้นไป เป็นนิทานคำคล้องจอง เนื้อหาเกี่ยวกับหนังสือเล่มหนึ่งที่ถูกสายลมพัดพาไปตามที่ต่าง ๆ เพื่อเฝ้ารอให้คนมาพบและเก็บไปอ่าน | - การอ่าน - เล่า |

| ลำดับ | หนังสือ | QR Code | เรื่องย่อ | สาระสำคัญ |
|---|---|---|---|---|
| 4 | **ชื่อเรื่อง โอ้โฮ...ฮิปโปตัวใหญ่**<br>ผู้แต่ง : พี่มู<br>ภาพ : พี่เต่าทอง<br> | | หนังสือนิทานภาพเหมาะกับเด็กวัย 3 ปีขึ้นไป เป็นนิทานคำคล้องจองเนื้อหาเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีคุณภาพ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเจริญเติบโตของสมอง และร่างกาย ผ่านฮิปโป ตัวละครเอกของเรื่องพร้อมเพลงประกอบ | - การรับประทานอาหาร<br>- มีเพลงประกอบสามารถใช้จัดกิจกรรมการร้อง-เต้น |
| 5 | **ชื่อเรื่อง แปรงฟันด้วยกันไหมจ๊ะ**<br>ผู้แต่ง : จันทร์เพ็ญ สินสอน<br>ภาพ : ชาญศิลป์ กิตติโชติพาณิชย์<br> | | หนังสือภาพสำหรับเด็กวัย 3 ปีขึ้นไป เป็นเรื่องราวของเด็กชายที่เกิดความสงสัยว่าสัตว์ต่าง ๆ ต้องแปรงฟันไหม น้องน้อยตัวเล็ก ๆ ที่ยังไม่มีฟันต้องดูแลรักษาฟันอย่างไร แล้วเด็ก ๆ จะมีวิธีดูแลรักษาฟันของตัวเองอย่างไร | - กิจวัตรประจำวัน (การแปรงฟัน)<br>- การดูและรักษาความสะอาด |
| 6 | **ชื่อเรื่อง นอนหลับสบายจัง**<br>ผู้แต่ง : ภิมลพรรณ อุ่นแก้ว<br>ภาพ : วชิราวรรณ ทับเสือ และ กฤษณะ กาญจนาภา<br> | | หนังสือนิทานภาพเหมาะสำหรับเด็กอายุ 2 ปีขึ้นไป เรื่องราวของหนูน้อยที่ง่วงนอน เดินไปทักทายตุ๊กตาหมีตัวใหญ่ หมาขนนุ่ม เก้าอี้โยก จนมาเจอคุณแม่อ่านนิทานให้ฟังจึงนอนหลับสบาย | - การนอน<br>- พัฒนาจิตใจ อารมณ์ |
| 7 | **ชื่อเรื่อง อีเล้งเค้งโค้ง อยู่บ้าน... ต้านโควิด**<br>ผู้แต่ง : ชีวัน วิสาสะ<br>ภาพ : ชีวัน วิสาสะ<br> | | ในสถานการณ์โรคระบาดของโควิด 19 ห่านอีเล้งเค้งโค้ง และผองเพื่อนชักชวนเด็ก ๆ ทำภารกิจ อยู่บ้าน ต้านโควิด : หยุดเชื้อ เพื่อชาติ ไปพร้อม ๆ กับพ่อกับแม่ผู้ปกครอง พร้อมทั้งวิธีดูแลตัวเองจากสถานการณ์นี้ เพื่อแสดงพลังของเด็ก ๆ และส่งกำลังใจแก่บุคลากรทางการแพทย์ | - การดูแลรักษาสุขภาพอนามัย<br>- ทักษะชีวิต<br>- กิจกรรมศิลปะระบายสีตัวละครและฉากต่าง ๆ ในเรื่อง |

ภาคผนวก 3

## ตัวอย่างสื่อและแหล่งข้อมูลส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย

| ลำดับ | รายการ | สาระสำคัญ | แหล่งที่มา |
|---|---|---|---|
| 1 | **คู่มือเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย Developmental Surveillance and Promotion Manual (DSPM)** | คู่มือที่ใช้สำหรับการติดตามเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัยในแต่ละวัยว่าวัยใดมีพัฒนาการอย่างไรโดยมีวิธีให้พ่อแม่ ผู้ปกครองเฝ้าสังเกต ประเมินพัฒนาการเด็กว่าเด็กสามารถทำได้หรือไม่ ถ้ายังทำไม่ได้จะมีวิธีฝึกทักษะให้เด็กมีพัฒนาการสมวัย | สถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข http://nich.anamai.moph.go.th/main.php?filename=DSPM60_Book |
| 2 | **การพัฒนาเด็กปฐมวัยอย่างเป็นองค์รวม** | คู่มือการพัฒนาเด็กปฐมวัยอย่างเป็นองค์รวมช่วยให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กมีแนวทางในการพัฒนาเด็กได้ถูกต้อง เหมาะสม และสอดคล้องกับพัฒนาการและการทำงานของสมอง | http://preschool.or.th/doc/holistic.pdf |
| 3 | **คู่มือพ่อแม่ "ลูกรักกับหนังสือเล่มแรก"** | คู่มือเล่มเล็ก รวบรวมความรู้ทางการแพทย์และประโยชน์ของการใช้การอ่านเพื่อพัฒนาสมองและสมรรถนะเด็กปฐมวัย (0-6 ปี) รวมถึงเทคนิคและแนวปฏิบัติการอ่านที่ถูกต้องเพื่อการพัฒนาเด็ก | แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านบริหารงานโดย “มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน” ได้รับทุนสนับสนุนจาก สสส. ให้ดาวน์โหลดหนังสือฟรีจากเว็บไซต์ https://www.happyreading.in.th/index.php |

| ลำดับ | รายการ | สาระสำคัญ | แหล่งที่มา |
|---|---|---|---|
| 4 | **การใช้สื่อเทคโนโลยีสำหรับเด็กปฐมวัย** | สื่อเทคโนโลยีมีอิทธิพลต่อชีวิตของเด็กปฐมวัยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ คู่มือนี้เป็นแนวทางปฏิบัติสำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู ในการใช้สื่อเทคโนโลยีกับเด็กปฐมวัยที่เหมาะสมกับวัยและเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ของเด็ก | http://preschool.or.th/doc/technology.pdf |
| 5 | **เว็บไซต์คุณลูก** | แอปพลิเคชันสำหรับมือถือและแท็บเล็ต ที่พัฒนาขึ้นเพื่อช่วยให้ความรู้แก่พ่อแม่ ผู้ปกครองในการดูแล ประเมิน และติดตามการเจริญเติบโต พัฒนาการและสุขภาพของเด็ก | www.khunlook.com |
| 6 | **ออกมาเล่น** | เว็บไซต์ที่รวบรวมความรู้และนำเสนอกิจกรรมการเล่นที่เด็กเป็นผู้ร่วมเล่นด้วยตนเอง ทำให้เด็กได้รับความสนุกสนาน ไม่กำหนดรูปแบบกติกาที่เป็นทางการ รวมทั้งการละเล่นพื้นบ้านด้วย | https://www.kidactiveplay.com/index.php |
| 7 | **learning4kids** | เว็บไซต์ที่จัดหมวดหมู่การทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัยไว้หลากหลายรูปแบบที่ผู้ใหญ่สามารถให้เด็กทำได้ที่บ้าน และสามารถเลือกกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัยของเด็กได้ | https://www.learning4kids.net/ |
| 8 | **คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 สำหรับเด็กอายุ 3 – 6 ปี** | สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จัดทำขึ้นเพื่อให้สถานศึกษา สถานพัฒนาเด็กปฐมวัย และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้มีความรู้ความเข้าใจในการนำหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 สู่การปฏิบัติ สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาให้เหมาะสมกับสภาพท้องถิ่น บริบทความต้องการของสถานศึกษา | http://academic.obec.go.th/images/document/1572317514_d_1.pdf |

.

# ข้อมูลอ้างอิง


กระทรวงสาธารณสุข. (2561). ***คู่มือเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย Developmental Surveillance and Promotion Manual (DSPM)***. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย และสมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย. (ม.ป.ป.). ***คู่มือสำหรับพ่อแม่เพื่อเผยแพร่ความรู้ด้านการดูแลและพัฒนาเด็ก ตอน เด็กวัยอนุบาล 3-6 ปี***. กรุงเทพมหานคร: ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย และสมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย.

สมาคมอนุบาลศึกษาแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. (2560). ***การพัฒนาเด็กอย่างเป็นองค์รวม*** (พิมพ์ครั้งที่1). กรุงเทพมหานคร: พลัสเพรส.

สมาคมอนุบาลศึกษาแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. (2560). ***การใช้สื่อเทคโนโลยีสำหรับเด็กปฐมวัย*** (พิมพ์ครั้งที่1). กรุงเทพมหานคร: พลัสเพรส.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). ***คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี***. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). ***หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560***. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ, กระทรวงศึกษาธิการ. (2563). ***แผนปฏิบัติการด้านการจัดการศึกษาปฐมวัยของกระทรวงศึกษาธิการ*** *(พ.ศ. 2563 – 2565)*. อัดสำเนา.

World Health Organization. (2019). ***WHO guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age***. Retrieved June 1, 2020 from https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664

# คณะผู้จัดทำ

**ที่ปรึกษา**

| | |
|---|---|
| นายอำนาจ วิชยานุวัติ | เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน |
| นางวัฒนาพร ระงับทุกข์ | รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน |
| นางสาวรัตนา แสงบัวเผื่อน | ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา |

**คณะทำงาน**

| | |
|---|---|
| นางวาทินี ธีระตระกูล | ข้าราชการบำนาญ |
| รองศาสตราจารย์ ดร.พัชรี ผลโยธิน | ข้าราชการบำนาญ |
| นางเอมอร รสเครือ | ข้าราชการบำนาญ |
| นางรุ่งรวี กนกวิบูลย์ศรี | ข้าราชการบำนาญ |
| นางสาวแน่งน้อย แจ้งศิริกุล | ข้าราชการบำนาญ |
| ดร.วรนาท รักสกุลไทย | ผู้อำนวยการโรงเรียนเกษมพิทยา แผนกอนุบาล |
| นางสาวสุดใจ พรหมเกิด | ประธานมูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน |
| นางสุรัสวดี จันทรกุล | ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพป.ปทุมธานี เขต 1 |
| นางหริณญา รุ่งแจ้ง | ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพป.ประจวบคีรีขันธ์ เขต 1 |
| นางสาวจีเรียง บุญสม | ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนบ้านทุ่งมะขามเฒ่า สพป.กาญจนบุรี เขต 1 |
| นางภาวิณี แสนทวีสุข | สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา |
| นางสาวกอบกุล สุกขะ | สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา |
| นางกันยา แสนวงษ์ | สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา |
| นางสาวกมลชนก ผ่านสำแดง | สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา |
| นางสาวนันทพร ณ พัทลุง | สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา |
| นางสาวหทยา จำปี | สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา |

**ภาพประกอบ**

นางสาวจิตรารัตน์ หลวงมูล