

เพิ่มศักยภาพมุมมองด้วยการเล่น



ทุกครั้งที่เด็กเล่น นอกจากเสียงหัวเราะ ความสนุกสนานแล้ว เด็กๆกำลังเรียนรู้ผ่านการเล่น เพราะขณะเล่น เด็กจะต้องใช้การสังเกตทดสอบ ทดลอง ลองผิดลองถูก และรวบรวมความคิด เพื่อจัดการกับการเล่นและของเล่น ซึ่งต้องอาศัยทั้งการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย และการใช้ความคิดพิจารณา ทำให้ส่วนต่างๆของสมองทำงานควบคู่กันไป การเล่นจึงให้ผลทั้งความสนุกสนาน สบายอก สบายใจ และได้เรียนรู้ทางสติปัญญา ตลอดจนเพิ่มความแข็งแรงให้กับร่างกาย

การเล่นเพื่อส่งเสริม การเคลื่อนไหว

คุณพ่อคุณแม่ช่วยได้โดย :

ปล่อยให้ลูกวิ่งเล่น กระโดด ปีนป่าย ขึ้นบันได มุดใต้โต๊ะ หรือลากของเล่นไปมา ขณะเคลื่อนไหว เด็กจะได้เรียนรู้เรื่องระยะทาง และการกระเด้งไปด้วย หรืออาจจะเปิดเพลงเร้าใจให้เด็กเต้นเป็นจังหวะ หรือหาของเล่น เช่น รถไฟ รถลาก รถสามล้อ ให้เด็กฝึกใช้กล้ามเนื้อแขน -ขา ในการทรงตัว และเคลื่อนไหว



การเล่นเพื่อส่งเสริม ความสัมพันธ์ของมือและตา

คุณพ่อคุณแม่ช่วยได้โดย :

จัดหาของเล่นให้ลูกใช้มือและตามากที่สุด เช่น ช้อนไม้บล็อกลูก เล่นกระดานไม้ ตอกหมุด หยอดรูปทรงลงกล่องที่เจาะเป็นช่อง ร้อยลูกปัดขนาดใหญ่ เล่นสัสมัศจรรย์ธรรมชาติ เช่น ตักดิน ทราาย น้ำ หรือพลิกหนังสือติดกระดุม รูดซิปล เล่นเปิด -ปิดภาชนะ ขยำหรือปั้นดินน้ำมัน หมุนเปิดฝาขวด เล่นตัวต่อพลาสติก วาดรูประบายสี โดยพ่อแม่สอดแทรกการสอนเรื่องสี ขนาด รูปทรง ให้เด็กรู้จักมองเห็น และแยกแยะได้



การเล่นเพื่อส่งเสริม การใช้ภาษา

คุณพ่อคุณแม่ช่วยได้โดย :

พูดคุยกับลูกทุกวันด้วยถ้อยคำที่ชัดเจน ช้าๆ ง่ายๆ ให้ลูกเลียนเสียงตาม ชักชวนให้ลูกเล่นพูดโทรศัพท์เด็กโต้ตอบกัน หรืออ่านคำคล้องจอง เล่านิทานให้ฟังก่อนนอน หรือพาไปเที่ยวธรรมชาติ ชี้ชวนให้ดูสิ่งต่างๆ โดยเรียกชื่อให้ฟัง เพื่อให้ลูกรู้จักคำเรียกชื่อสิ่งต่างๆ และพัฒนาความจำ ฯลฯ



การเล่นเพื่อส่งเสริม ทักษะทางสังคม

คุณพ่อคุณแม่ช่วยได้โดย :

พ่อแม่ควรเป็นแบบอย่างให้ลูก
เลียนแบบพฤติกรรม และทำทางการแสดงออก
ต่อคนที่อยู่รอบตัว ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ โดยจัด
สภาพแวดล้อมให้เด็กได้พบปะ และเล่นกับเด็ก
วัยเดียวกัน และพ่อแม่ควรฝึกทักษะการ
ช่วยเหลือตนเองของเด็กแฝงไปกับการเล่น
บทบาทสมมุติ ให้เด็กรู้จักวิธีการใช้ของใช้ใน
ชีวิตประจำวัน เช่น ใช้ช้อนป้อนอาหาร แต่งตัว
อาบน้ำ หวีผม ทาแป้งให้ตุ๊กตา เป็นต้น



การเล่นเพื่อส่งเสริม ความคิด และสติปัญญา

คุณพ่อคุณแม่ช่วยได้โดย :

พ่อแม่กระตุ้นความคิด เพื่อให้เด็ก
เรียนรู้จากการเล่น เพื่อคิดแก้ปัญหา คิดหา
เหตุผล คิดสร้างสรรค์

การเล่น **ให้รู้จักคิด**
แก้ปัญหา เช่น เล่นจับคู่
ภาพที่เหมือนกัน ต่อภาพ
อย่างง่ายๆ ทำตามคำบอก
ต่อบล็อกให้เหมือนแบบ



การเล่น **ให้รู้จักเหตุผล** เช่น เล่นจัด
กลุ่มสิ่งของพวกเดียวกัน แยกสิ่งของตามสี
รูปร่าง ขนาด หรือค้นหาสิ่งของที่ผิวสัมผัสไม่
เหมือนกัน

ส่วนการเล่นเพื่อ **ฝึกการคิดสร้างสรรค์**
เช่น วาดรูป ระบายสี ปั้น
หรือขยำแป้งปั้น/แป้งโด
ประดิษฐ์สิ่งของจากวัสดุ
เหลือใช้ เล่นนิกิตัดปะ
กระดาษ พับกระดาษ
 เป็นต้น



เพิ่มศักยภาพสมอง ด้วย การเล่น



เรียบเรียงโดย ... กลุ่มงานจิตเวช
จัดทำโดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา
โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์
จังหวัดนครสวรรค์

โทร. 056 - 219888 ต่อ 5200, 9801