



okmd



Play - based Learning in
Creative Learning Space
(OKMD Playground)

Play - based Learning

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการเล่น
ในพื้นที่เรียนรู้สร้างสรรค์



Play-based Learning in
Creative Learning Space
(OKMD Playground)

คำนำ

ในยุคที่ความรู้และทักษะของมนุษย์ คือทรัพยากรที่มีคุณค่าที่สุดต่อการขับเคลื่อนเศรษฐกิจและสังคม การวางรากฐานที่มั่นคงตั้งแต่วัยเด็กจึงจำเป็นอย่างยิ่ง OKMD ตระหนักถึงความสำคัญของการเล่น ในฐานะเครื่องมือที่ส่งเสริมพัฒนาการสมองของเด็กได้อย่างเหมาะสมตามช่วงวัย โดยเฉพาะในวัย 3-9 ปี ถือเป็น "ช่วงเวลาทอง" แห่งการเติบโตทั้งด้านสติปัญญา อารมณ์ สังคม และการคิดอย่างสร้างสรรค์

จากความร่วมมือระหว่าง OKMD กับสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล หนังสือ "Play-based Learning: การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการเล่นในพื้นที่เรียนรู้สร้างสรรค์" จึงได้ถูกจัดทำขึ้น เพื่อใช้เป็นคู่มือสำหรับครู ผู้ปกครอง และผู้นำกิจกรรมการเล่น ในการออกแบบกิจกรรมการเล่นที่เชื่อมโยงองค์ความรู้ด้านพัฒนาการเด็ก ประสาทวิทยาศาสตร์ และพื้นที่เรียนรู้สร้างสรรค์เข้าด้วยกัน

เนื้อหาในเล่มจึงได้นำเสนอหลักการทำงานของสมองในแต่ละช่วงวัย แนวทางการบูรณาการประสาทสัมผัสเพื่อส่งเสริมพัฒนาการองค์รวม พร้อมทั้งแนวคิดและแนวปฏิบัติในการออกแบบสนามเด็กเล่นที่ปลอดภัย เป็นธรรมชาติ และตอบสนองความต้องการของเด็กในยุคปัจจุบัน โดยอิงจากต้นแบบสนามเด็กเล่น OKMD ตามหลักการพัฒนาสมอง (OKMD Playground) พร้อมกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ เช่น กิจกรรมการละเล่นไทย กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ภาษา และการบูรณาการความรู้ในสาขาวิชาต่าง ๆ อย่างสร้างสรรค์

คณะผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องกับเด็ก ทั้งในครอบครัว โรงเรียน และชุมชน ในการส่งเสริมการเรียนรู้ผ่านการเล่นอย่างมีคุณภาพ ซึ่งจะเป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนาเด็กไทยให้เติบโตอย่างมีศักยภาพ มีความสุข และพร้อมเผชิญกับโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

สารบัญ

01

บทที่ 1 สมองกับการเล่น เรียนรู้

- ▶ เราเล่นเป็นตั้งแต่เมื่อไหร่
- ▶ การเล่นคืออะไร
- ▶ งานวิจัยด้านสมองกับการเล่น
- ▶ ศักยภาพสมองและการทำงานของสมองตามช่วงวัย

08

บทที่ 2 การเล่น เรียนรู้ สู่การสร้างพัฒนาการและทักษะที่จำเป็นสำหรับเด็ก

- ▶ พัฒนาการการเล่นและการเรียนรู้ของเด็ก
- ▶ ความสำคัญของการเรียนรู้ผ่านการเล่นต่อพัฒนาการและทักษะสมองของเด็ก

26

บทที่ 3 สนามเด็กเล่น OKMD ตามหลักการพัฒนาสมอง (OKMD Playground)

- ▶ แนวคิด OKMD Playground
- ▶ นิยามการเล่น
- ▶ เครื่องเล่นและของเล่นกับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก
- ▶ ความปลอดภัยในการใช้สนามเด็กเล่น
- ▶ ฐานการเรียนรู้ใน OKMD Playground
- ▶ OKMD Playground ส่งเสริมพัฒนาการสมอง เด็กวัย 6-9 ปี
- ▶ Play Worker: ผู้อำนวยการเล่น

46

บทที่ 4 การบูรณาการความรู้สมองกับการเล่น

- ▶ 6 แนวทางการบูรณาการการเล่นผ่านสนามเด็กเล่น ไปสู่ 8 กลุ่มสาระวิชา

56

บทที่ 5 ตัวอย่างกิจกรรมการเล่น

- ▶ กิจกรรมการละเล่นไทย
- ▶ กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ภาษา

81

บทสรุป

82

เอกสารอ้างอิง

บทที่ 1

สมองกับการเล่น เรียนรู้

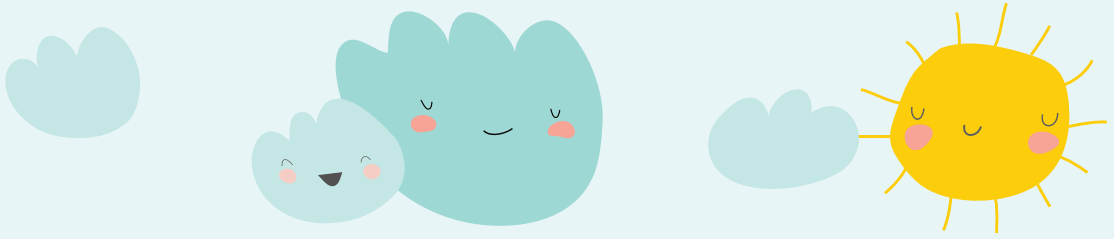
เราเล่นเป็นตั้งแต่เมื่อไหร่

คำถามว่า "เราเริ่มเล่นตั้งแต่เมื่อไร" อาจมีคำตอบที่หลากหลาย บางคนอาจตอบว่าเราเริ่มเล่นตั้งแต่เกิด ในขณะที่คุณแม่อาจบอกว่า เราเริ่มเล่นตั้งแต่อยู่ในครรภ์ ผ่านการเคลื่อนไหวหรือขยับตัวไปมาในท้องแม่ นี่แสดงให้เห็นว่าการเล่นอาจเกิดขึ้นตั้งแต่ก่อนที่เราจะมีความทรงจำเสียอีก เป็นเรื่องยากที่จะระบุได้แน่ชัดว่า แท้จริงแล้วเราเริ่มเล่นตั้งแต่เมื่อไร

การเล่นคืออะไร

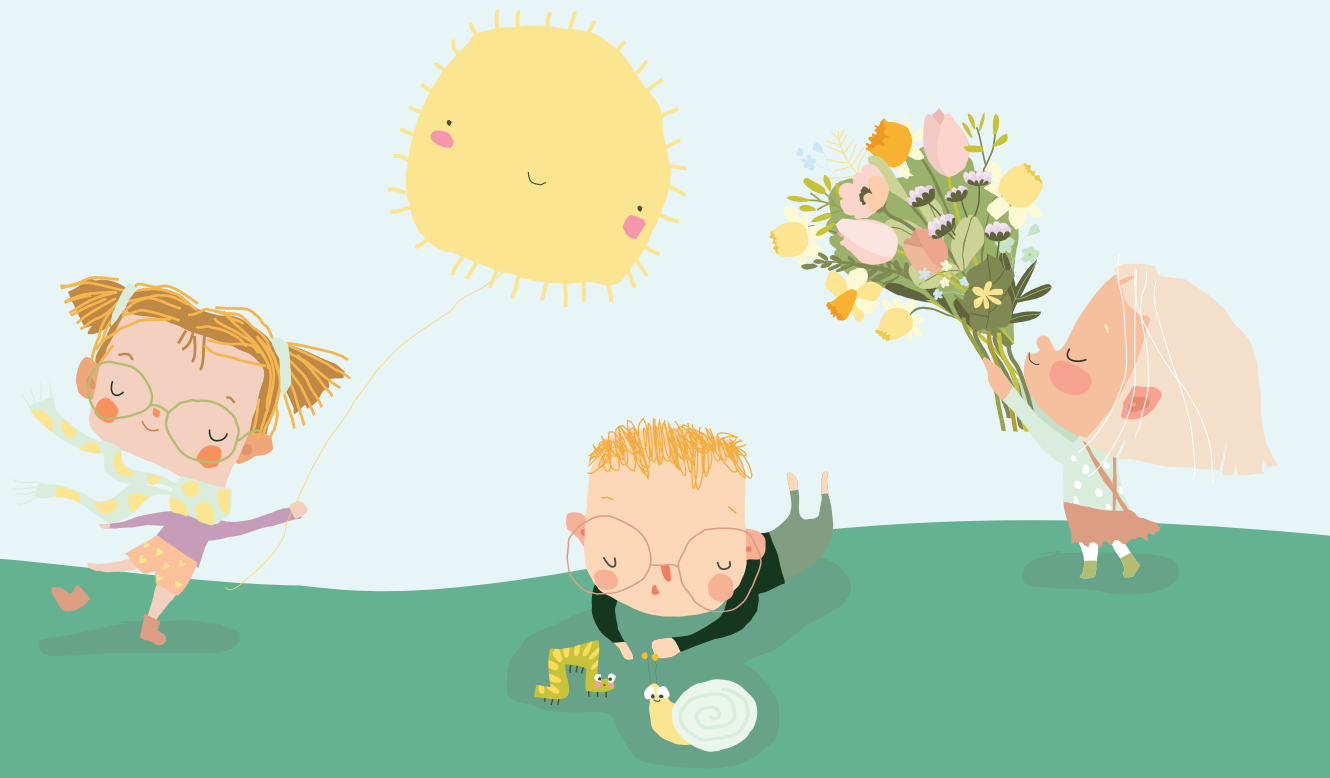
การเล่นอาจนิยามได้ง่าย ๆ ว่าเป็น "กิจกรรมยามว่างทางร่างกายหรือจิตใจ ที่ทำเพื่อความเพลิดเพลินหรือสนุกสนาน โดยไม่มีวัตถุประสงค์อื่นใด" การเล่นไม่มีข้อจำกัดและไม่มีเป้าหมายที่ตายตัว เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ และเป็นช่องทางที่เด็กได้เรียนรู้และพัฒนาตนเองโดยตรง





ทำไมเราจึงเล่น

การเล่นมีบทบาทสำคัญ ในการช่วยให้เด็กได้เรียนรู้และพัฒนาตนเอง การเล่นสามารถเกิดขึ้นได้เองตามธรรมชาติ ไม่ว่าจะโดยลำพังหรือร่วมกันเป็นกลุ่ม หรืออาจเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมที่มีการวางแผนไว้ก็ได้ โดยทั่วไปการเล่นไม่จำเป็นต้องได้รับการดูแลแบบคลินิก การจัดการคุณภาพ จรรยาบรรณ หรือการฝึกอบรมสำหรับผู้ใหญ่เพื่อส่งเสริมการเล่น เพราะหากผู้ใหญ่เข้าไปกำหนดกรอบหรือใส่รายละเอียดซับซ้อนลงไปในการเล่น อาจทำให้สูญเสียความเป็นธรรมชาติของเด็กและกลบฝังประสบการณ์ตรงของเด็กที่สมควรได้รับ สิ่งเดียวที่ควรพิจารณาและให้ความสำคัญ คือ การจัดสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยในด้านร่างกาย เพื่อให้เด็กสามารถเล่นได้อย่างอิสระและเจริญเติบโตอย่างสมวัย



เล่นอย่างไร

คำถามหนึ่งที่มีก่เกิดขึ้นในปัจจุบันคือ "เด็ก ๆ รู้วิธีเล่นหรือไม่" คำถามนี้อาจถือเป็นประเด็นเชิงปรัชญา เพราะแท้จริงแล้วการเล่นเป็นกิจกรรมตามธรรมชาติที่จำเป็นต่อพัฒนาการและสุขภาพของเด็ก แต่อาจเป็นไปได้ว่าการเล่นของเด็กในยุคนี้แตกต่างจากการเล่นของบรรพบุรุษ เด็กในยุคปัจจุบันเติบโตขึ้นภายใต้เงื่อนไขทางกายภาพ และกระบวนการคิดที่เปลี่ยนแปลงไปจากสมัยก่อน โดยเฉพาะสำหรับเด็กในศตวรรษที่ 21 รูปแบบการเล่นจึงอาจไม่ใช่ว่าที่ผู้ใหญ่คุ้นชิน และแน่นอนว่าสมองและสติปัญญาของเด็กแต่ละยุคย่อมมีความแตกต่างกัน ซึ่งส่งผลต่อรูปแบบการเคลื่อนไหวและการจดจ่อในการเล่น การนิยามคำว่า "เล่น" จึงอาจไม่สามารถใช้เกณฑ์เดิมมาอธิบายได้อีกต่อไป

อย่างไรก็ตาม การเล่นที่ดีควรเป็นการออกแบบและกำหนดขึ้นโดยตัวเด็กเอง ในพื้นที่ที่ปลอดภัย ซึ่งผู้ใหญ่อาจมีบทบาทในการสนับสนุนหรือสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อจินตนาการ เช่น การจัดพิพิธภัณฑ์ที่ให้ความสำคัญกับการเล่น การเตรียมพื้นที่ภายในหรือนอกอาคาร ให้เด็กได้เข้ามาครอบครองและสร้างอาณาจักรแห่งการเล่นตามที่ใจต้องการ

งานวิจัยด้านสมองกับการเล่น

การวิจัยทางประสาทวิทยาได้ยืนยันถึงความสำคัญของการเล่นว่า มีผลโดยตรงต่อการพัฒนาของสมอง การเล่นมีรูปแบบที่หลากหลาย โดยสามารถจัดหมวดหมู่ได้ แม้บางประเภทจะทับซ้อน หรือเกี่ยวเนื่องกันในช่วงเวลาเดียวกัน ตัวอย่างของรูปแบบการเล่น ได้แก่ การเล่นเชิงสำรวจกับวัตถุ การเล่นทางกายภาพ การสร้าง ทำ การเลียนแบบ จินตนาการ และบทบาทสมมติ ในอาณาจักรการเล่น เกมและปริศนา การเล่นที่มีกฎเกณฑ์ชัดเจน การเล่นเชิงสร้างสรรค์ (รวมถึงศิลปะ ดนตรี) การเล่นกับภาษา (เช่น การเล่นคำหรือเสียงสัมผัส) และการเล่นกลางแจ้ง

เมื่อเด็กเล่น สมองจะเกิดการกระตุ้นอย่างต่อเนื่อง เซลล์ประสาท (neuron) จะสื่อสารกันอย่างมหาศาลภายในเวลาเพียงเสี้ยววินาที แม้ในขณะนั้นเฉย ๆ เซลล์ประสาทเพียง 1 เซลล์ ยังสามารถสื่อสารกับเซลล์อื่นได้มากถึง 700 เซลล์ แต่เมื่อมีการเล่นและเคลื่อนไหว จำนวนการเชื่อมต่อจะเพิ่มขึ้นอย่างทวีคูณ จนเกินกว่าจะจินตนาการได้ การเล่นอย่างสม่ำเสมอ ถ้าเป็นการเล่นที่เรียบง่าย ส่งผลให้สมองเกิดการเชื่อมต่อของใยประสาท (neural networks) ขึ้นอย่างต่อเนื่อง เซลล์ประสาทชอบทำงานซ้ำ ๆ ไม่จำเป็นต้องรวดเร็ว แต่ความสม่ำเสมอจะช่วยสร้างความแข็งแรงของการเชื่อมโยง ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดการสร้างเครือข่ายใยประสาทได้มากถึง 400 เครือข่าย

การเล่นสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท ตามความสัมพันธ์กับพลังของเด็ก และการจัดการโดยผู้เล่น

1. **การเล่นอิสระ (Free play)** เด็กสามารถควบคุมการเล่นได้อย่างเต็มที่ โดยผู้ใหญ่เป็นเพียงผู้สังเกตการณ์ เปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้จินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์อย่างเต็มที่
2. **การเล่นตามคำแนะนำ (Guided play)** การเล่นประเภทนี้เป็นการทำงานร่วมกันระหว่างครูหรือผู้ปกครองกับเด็ก โดยเน้นที่ความสนใจของเด็ก และให้เด็กเป็นศูนย์กลางของกิจกรรม
3. **การเล่นที่สนุกสนาน (Playful play)** การเล่นในบริบทนี้ต้องการการมีส่วนร่วมของครูหรือผู้ปกครอง ที่มีบทบาทสำคัญในการทำให้กิจกรรมสนุกสนาน ครูหรือผู้ปกครองควรมีความร่าเริงและเล่นร่วมกับเด็กอย่างเต็มที่ เพื่อสร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมการเรียนรู้ทั้งสองฝ่าย

การเล่นทั้งสามประเภทนี้สามารถสร้างผลลัพธ์ที่แตกต่างกัน และควรมีการผสมผสาน หรือเลือกใช้ตามบริบทของสถานศึกษาและตัวเด็กปฐมวัย การเลือกประเภทของการเล่นที่เหมาะสม และการผสมองค์ความรู้เกี่ยวกับการเล่นจะถูกอธิบายเพิ่มเติมใน "บทที่ 4 การบูรณาการความรู้สมองกับการเล่น"

"ขณะที่นั่งเฉย ๆ เซลล์ประสาทหนึ่งเซลล์ อาจสื่อสารกับเซลล์อื่น ๆ ประมาณ 700 เซลล์ แต่เมื่อเด็กเล่นและเคลื่อนไหว เซลล์ประสาท จะเกิดการสื่อสารกัน ในจำนวนที่มากมาย เกินกว่าจินตนาการ"



ศักยภาพสมองและการทำงานของสมองตามช่วงวัย

เด็กวัย 3-6 ปี ตอนนั้นฉันเป็นเด็กอนุบาล

When I was a WEE!!!

"ตอนเด็ก ๆ คล้ายคลึงคล้อยคลาว่า ต้องไปโรงเรียน ทั้งที่ไม่อยากไปเลย" นั่นเป็นเพราะสมองส่วนอารมณ์หรือระบบลิมบิก (limbic system) ของเด็กทำงานอย่างก้าวหน้าเกินกว่าสมองส่วนอื่น ๆ แม้ว่าผู้ใหญ่อาจมองว่าเด็กวัยนี้สามารถสื่อสารได้ดีและมีคำศัพท์ที่เพียงพอ แต่ทักษะสมองการคิดเชิงบริหาร (EF: Executive Functions) ยังไม่พัฒนาเต็มที่ ซึ่งเป็นเรื่องปกติในช่วงวัยนี้

วัยอนุบาลเป็นช่วงที่เด็ก ๆ เติบโตด้วยจินตนาการอย่างไร้ขีดจำกัด แม้ว่าพวกเขาอาจยังไม่เข้าใจคำสั่งที่ยาวหรือซับซ้อน สำหรับเด็กอายุ 3 ขวบ และพี่ ๆ วัย 6 ขวบ สมองส่วนหน้าซึ่งรับผิดชอบการคิดอย่างมีเหตุผลนั้น อยู่ในช่วงของการพัฒนา และส่วนสมองส่วนหลังก็เปิดรับประสบการณ์และการเรียนรู้ใหม่ ๆ อย่างต่อเนื่อง ในขณะเดียวกัน สมองส่วนลิมบิก ซึ่งควบคุมอารมณ์และจินตนาการ มีการพัฒนาอย่างโดดเด่น ทำให้เด็ก ๆ แสดงออกถึงอารมณ์ ความเห็นอกเห็นใจและความเมตตาได้ดี แม้ว่าบางครั้งพวกเขาอาจหงวของอยากเล่นลำพังหรือเอาแต่ใจ แต่หากได้รับการปลุกฝังจากผู้ใหญ่ที่เป็นแบบอย่างที่ดี เด็ก ๆ ก็จะเรียนรู้การใส่ใจและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

การเล่นแบบ จินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์ของเด็ก ๆ มักเกินกว่าคำจำกัดความทั่วไปของเด็ก ผู้ใหญ่มักคาดหวังให้เด็กเริ่มฝึกทักษะวิชาการเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับชีวิตวัยผู้ใหญ่ จนทำให้ช่วงวัยเยาว์ของเด็กปฐมวัยที่เพิ่งอายุเพียง 3 ปี ต้องเผชิญกับภาระการวางรากฐานสำหรับอนาคตที่ยิ่งใหญ่เกินตัว สมองของเด็กมีศักยภาพสูงสุดในช่วงวัยเยาว์ และจะค่อย ๆ ลดลงตามอายุ แทนที่จะเร่งพัฒนาเร็วเกินไป เด็กควรได้รับการเติมเต็มด้วยเนื้อหาที่เหมาะสม การเลือกสิ่งที่ใส่เข้าไปในสมองและวิธีการเติมเต็มนั้นสำคัญยิ่ง ในการสร้างสมองที่พร้อมไปด้วยสาระที่มีคุณค่า เพราะโครงสร้างสมองแม้จะเป็นไปตามธรรมชาติ หากแต่การทำงานและพฤติกรรมจะขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่ได้รับ

"เด็ก วัย 3-6 ปี สมองส่วนหน้า
ซึ่งรับผิดชอบด้านการคิดอย่างมีเหตุผล
อยู่ในช่วงการพัฒนา ขณะเดียวกัน
สมองส่วนลิมบิก ซึ่งควบคุมอารมณ์
และจินตนาการ มีการพัฒนาอย่างโดดเด่น"

การพัฒนาสมองของมนุษย์เป็นกระบวนการที่ซับซ้อนและน่าทึ่ง ไม่ได้เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอพร้อมกันทุกส่วน แต่มีช่วงเวลาสำคัญ หรือ sensitive periods ที่แต่ละส่วนของสมองจะมีการพัฒนาอย่างก้าวกระโดด ในอัตราที่แตกต่างกัน จากงานวิจัยของ Dylan G. Gee และ B.J. Casey (2015) พบลำดับขั้นและช่วงเวลาของการพัฒนาสมองส่วนต่าง ๆ อย่างชัดเจน

ในช่วงขวบปีแรก ๆ ของชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งระหว่าง 0-3 ปี สมองส่วนที่เรียกว่า sensorimotor cortex ซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวกับการรับรู้ความรู้สึกและการสั่งการเคลื่อนไหว จะมีการพัฒนาอย่างรวดเร็วที่สุด นี่คือช่วงเวลาทองสำหรับการเรียนรู้ทักษะพื้นฐานทางร่างกาย และการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม เมื่อก้าวเข้าสู่วัยเด็กตอนปลาย และต่อเนื่องไปจนถึงวัยรุ่นตอนต้น parietal and temporal association cortex ซึ่งเกี่ยวข้องกับการประมวลผลข้อมูลที่ซับซ้อน การรับรู้เชิงพื้นที่ และภาษา จะเริ่มมีบทบาทและพัฒนาอย่างเด่นชัด

จากนั้น ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นอีกหนึ่งหมุดหมายสำคัญ prefrontal cortex หรือสมองส่วนหน้า จะก้าวขึ้นมาเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา สมองส่วนนี้มีหน้าที่ควบคุมการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจ การวางแผน และการยับยั้งชั่งใจ จะพัฒนาอย่างเข้มข้นและต่อเนื่องไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยได้รับอิทธิพลจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในช่วงวัยนี้ด้วย

กระบวนการพัฒนาเหล่านี้ไม่ได้เกิดขึ้นลอย ๆ แต่มีกลไกทางชีวภาพที่สำคัญรองรับ เช่น การสร้างไมอีลิน (myelination) หรือปลอกไขมันหุ้มเส้นใยประสาท ที่ช่วยเพิ่มความเร็วและประสิทธิภาพในการส่งสัญญาณประสาท ซึ่งเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องยาวนาน รวมถึงการเปลี่ยนแปลงของจุดเชื่อมต่อระหว่างเซลล์ประสาท (synapses) สารสื่อประสาท (neurotransmitters) และการทำงานของรวมของสมอง

ความเข้าใจในช่วงเวลาสำคัญเหล่านี้จึงมีความหมายอย่างยิ่ง ไม่เพียงแต่ช่วยให้เราสามารถส่งเสริมพัฒนาการ และการเรียนรู้ของเด็กและวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสมตามช่วงวัย แต่ยังช่วยให้ตระหนักถึงความเปราะบางของสมองในช่วงนั้น ๆ ต่อปัจจัยภายนอก เช่น ความเครียด หรือการขาดสารอาหาร ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาการในระยะยาวได้

วัย 3-6 ปี จึงเป็นช่วงเวลาที่น่าอัศจรรย์ และเป็นช่วง "หน้าต่างแห่งโอกาส" หรือ "ช่วงเวลาทอง" ที่สำคัญยิ่งต่อการพัฒนาทักษะต่าง ๆ ของเด็ก ผู้ใหญ่จึงมีบทบาทสำคัญ ในการสร้างสรรค์ประสบการณ์ที่เหมาะสมและปลอดภัย เพื่อให้เด็กเติบโตและเรียนรู้ตามศักยภาพสูงสุดในช่วงวัยสำคัญนี้

Competency Keep Connecting Age

เด็กวัย 6-9 ปี เริ่มเรียนแบบจริงก่อนจะจริงจัง keep connecting

วัยนี้เป็นช่วงของการสร้างความเชื่อมโยง (connection) และเสริมสร้างสมรรถนะ (competency) ก่อนเข้าสู่วัยรุ่น เป็นวัยที่เต็มไปด้วยความสนุกสนาน เด็ก ๆ เริ่มมีเพื่อน เริ่มเข้าใจตัวเองมากขึ้น และเริ่มตัดสินใจได้ว่าชอบหรือไม่ชอบอะไร ทั้งในเรื่องส่วนตัวและลักษณะนิสัยต่าง ๆ พวกเขาเริ่มแยกแยะความชอบและความสนใจได้อย่างชัดเจน แม้ว่าผู้ใหญ่บางคนอาจมองข้าม เพราะเด็กในวัยนี้ไม่ได้เล็กเหมือนช่วงก่อนหกปี และยังไม่ซับซ้อนเท่าวัยรุ่น แต่ช่วงวัยนี้เองที่เราเรียกว่า "วัย Competency Keep Connecting"



แม้ว่าวัยนี้อาจดูเหมือนจะผ่านพ้นช่วงเวลาทองของการพัฒนา หรือ "หน้าต่างแห่งโอกาส" แต่กลับเป็นวัยสำคัญในการเริ่มสร้างบุคลิก ความคิด และท่าทาง ไม่ว่าจะเป็นความมองอาจหรือความลังเล ความกล้าหาญหรือความไร้ตัวตน ทั้งหมดนี้สามารถก่อตัวขึ้นผ่านกระบวนการ neuromodulation ซึ่งเป็นการรับ แปลผล และส่งข้อมูล โดยผ่านการทำซ้ำจากประสบการณ์ที่หลากหลาย การเล่นในวัยนี้จึงยาวนานขึ้น มีกฎเกณฑ์และเงื่อนไขมากขึ้น ส่งเสริมความอดทน การยอมรับ และใส่ใจความคิดของผู้อื่นมากขึ้น เด็กเริ่มแสดงตัวตนของตนเองออกมา แต่ยังสามารถปรับเปลี่ยนได้ผ่านประสบการณ์ การเล่นเป็นหนทางธรรมชาติ ที่ช่วยขยายขอบเขตของประสาทสัมผัส เปิดโอกาสให้เด็กได้รวมตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติและของโลก พร้อมทั้งฝึกฝนและขัดเกลาทักษะต่าง ๆ เพื่อนำไปสู่การเติบโตที่สมบูรณ์

สมองส่วนลิมบิกยังคงมีอิทธิพลสูง แต่สมองส่วนหน้าซึ่งเป็นสมองส่วนตรรกะเริ่มเข้ามามีบทบาทมากขึ้น หากเด็กได้รับข้อมูล มีโอกาสไตร่ตรอง ตัดสินใจ ได้รับการชี้แนะหรือมีแบบอย่างให้ศึกษาอย่างใคร่ครวญ ด้วยสติและความใคร่รู้ พวกเขาอาจทำทนายตนเอง กล้าลองสิ่งใหม่ ๆ มากขึ้น การแยกแยะ ความดีงามและคุณธรรมก็จะค่อย ๆ เจริญงอกงามขึ้นทีละน้อย ในช่วงนี้เซลล์ประสาทจากสมองส่วนหลัง ส่วนกลาง ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวและการรับรู้ จะทำงานเชื่อมโยงกันและค่อย ๆ สร้างความเป็นตัวของตัวเอง เด็กเริ่มแสดงออก คิด ตัดสินใจ และแสดงพฤติกรรมตามความคิด หากคุณครูและผู้ปกครองคอยชี้แนะ ให้แนวทางที่ชัดเจน การเชื่อมต่อของใยประสาทจะยิ่งแข็งแรง และสามารถพัฒนาเป็นแหล่งข้อมูลสำคัญที่ใช้ในการบริหารสมอง เมื่อสมองส่วนหน้าเจริญเติบโตเต็มที่ในวัยผู้ใหญ่ประมาณอายุ 25 ปี

"เด็ก วัย 6-9 ปี สมองส่วนลิมบิกยังคงมีอิทธิพลสูง

แต่สมองส่วนหน้า ซึ่งเป็นสมองส่วนตรรกะ

เริ่มเข้ามามีบทบาทมากขึ้น แม้ว่าวัยนี้

อาจดูเหมือนจะผ่านพ้นช่วงเวลาทองของการพัฒนา

หรือหน้าต่างแห่งโอกาส แต่กลับเป็นวัยที่สำคัญ

ในการเริ่มสร้างบุคลิก ความคิด และท่าทาง"

บทที่ 2

การเล่น เรียนรู้ สู่การสร้างพัฒนาการ และทักษะที่จำเป็นสำหรับเด็ก

พัฒนาการการเล่นและการเรียนรู้ของเด็ก

การเล่น หมายถึง พฤติกรรมหรือกระบวนการที่เด็กเป็นผู้ริเริ่ม ควบคุม และจัดโครงสร้างด้วยตนเอง เกิดขึ้นได้ทุกที่และทุกเวลาเมื่อมีโอกาส การเล่นเป็นแรงผลักดันจากภายในของเด็ก ที่เป็นไปอย่างอิสระและธรรมชาติ ทำให้เด็กมีความสุข สนุกสนาน และนำไปสู่การเรียนรู้ที่มีคุณค่า กระบวนการนี้ช่วยให้เด็กสามารถปรับตัว เปลี่ยนแปลงความคิด และทำความเข้าใจสิ่งแวดล้อมรอบตัวได้ดียิ่งขึ้น

การเล่นเป็นธรรมชาติของเด็ก เป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาด้านร่างกาย สติปัญญา สังคม อารมณ์ และความคิดสร้างสรรค์ ตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่น การเข้าใจพัฒนาการของการเล่นในเด็ก ที่เชื่อมโยงกับพัฒนาการด้านต่าง ๆ ทำให้เห็นถึงคุณค่าและความสำคัญของการเล่นที่มีมากกว่าเพียงความสนุกสนาน ซึ่งไม่สามารถทดแทนได้ด้วยการเตรียมความพร้อมด้านวิชาการ และเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ผู้ปกครอง ที่ควรให้การสนับสนุนสิทธิในการเล่น และการพักผ่อนอย่างเหมาะสมกับเด็ก

เด็กกับการเล่นเป็นสิ่งคู่กัน เป็นสิ่งสำคัญจำเป็นในชีวิต เนื่องจากการเล่นเป็นโอกาสที่ทำให้เรียนรู้ด้วยความสุข สนุกสนาน ก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ และเป็นแรงจูงใจให้เด็กได้รู้จักฝึกฝนตนเอง

ดังนั้นการเล่นที่สอดคล้องกับพัฒนาการตามวัย จะส่งเสริมให้เด็กเกิดกระบวนการเรียนรู้ที่ต่อเนื่อง ส่งเสริมพัฒนาการทุกด้าน และการเล่นร่วมกับพ่อแม่ยังช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว



1 พัฒนาการเล่นที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทางสังคม

นักจิตวิทยา มิลเดรด พาร์เทน (Mildred Parten) ได้ศึกษาพฤติกรรมการเล่นของเด็กในปี ค.ศ. 1932 โดยทฤษฎีการเล่นทางสังคมของพาร์เทนได้แบ่งลำดับขั้นการเล่นออกเป็น 6 ขั้น ซึ่งเป็นแนวคิดที่ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง ดังนี้

1. **การไม่แสดงการเล่น (Unoccupied behavior)** เด็กยังไม่แสดงพฤติกรรมการเล่นที่ชัดเจน มักจะเดินหรือมองไปรอบ ๆ โดยไม่มีจุดหมายแน่นอน
2. **การเล่นแบบเป็นผู้ดู (Onlooker behavior)** เด็กจะนั่งดูหรือสังเกตการเล่นของเด็กคนอื่น แต่ไม่ได้เข้าร่วมเล่นด้วย
3. **การเล่นตามลำพัง (Solitary play)** เด็กเล่นอย่างสงบเพียงลำพัง โดยไม่สนใจเด็กคนอื่นที่อยู่รอบข้าง
4. **การเล่นแบบคู่ขนาน (Parallel play)** เด็กจะนั่งเล่นของเล่นในบริเวณเดียวกันกับเด็กคนอื่น แต่ไม่มีการปฏิสัมพันธ์กัน
5. **การเล่นแบบสัมพันธ์กัน (Associative play)** เด็กเริ่มมีการปฏิสัมพันธ์กับเด็กคนอื่นเป็นกลุ่มเล็ก ๆ ประมาณ 4-6 คน โดยการเล่นในกลุ่มนี้มักจะไม่มีคงที่และมีการเปลี่ยนกลุ่มเล่นบ่อยครั้ง
6. **การเล่นแบบร่วมมือ (Cooperative play)** เด็กทำงานเป็นกลุ่มอย่างมีการวางแผนร่วมกัน มักเป็นการเล่นที่มีเป้าหมายหรือโครงสร้างร่วม และเด็กในกลุ่มมักเป็นเพื่อนสนิท

ทฤษฎีนี้อธิบายการพัฒนา และเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมการเล่นทางสังคมของเด็กในวัยต่าง ๆ ซึ่งช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมการเล่นที่ซับซ้อนขึ้นเมื่อเด็กเติบโต

"การเล่นเป็นแรงผลักดันจากภายในของเด็ก
ที่เป็นไปอย่างอิสระและธรรมชาติ
ทำให้เด็กมีความสุข สนุกสนาน
และนำไปสู่การเรียนรู้ที่มีคุณค่า"



2 พัฒนาการเล่นที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางด้านสติปัญญา

ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสติปัญญา (Cognitive-Developmental Theory) นักจิตวิทยาชาวสวิส ฌอง ปิอาเจต์ (Jean Piaget) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับการเล่น เพื่อพัฒนาสติปัญญา โดยแบ่งขั้นตอนของพัฒนาการทางสติปัญญาไว้ดังนี้

- **ขั้นประสาทสัมผัสและกล้ามเนื้อ (Sensorimotor period)**

ในช่วงวัย 0-2 ปี เป็นระยะพัฒนาการทางความคิดและสติปัญญาเริ่มต้นของเด็กก่อนที่จะสามารถสื่อสารด้วยภาษาได้ การแสดงออกทางความคิดและสติปัญญาของเด็กในวัยนี้ ปรากฏผ่านการกระทำและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว เช่น การดูด การมอง และการไขว่คว้า ซึ่งเป็นปฏิกิริยาสะท้อนตามธรรมชาติ เด็กวัยนี้ยังไม่สามารถแยกตัวเองออกจากสิ่งแวดล้อมได้อย่างชัดเจน เพราะยังขาดประสบการณ์ในการพัฒนาความรู้สึกของตนเอง การพัฒนาตัวตนจะเริ่มก่อตัวขึ้นเมื่อเด็กได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ และเมื่อเด็กอายุประมาณ 18 เดือน จึงจะเริ่มแก้ปัญหาง่าย ๆ ได้ด้วยตัวเอง รวมถึงสามารถรับรู้และตอบสนองต่อสิ่งที่มองเห็นในขณะนั้น

- **ขั้นเริ่มมีความคิดความเข้าใจ (Pre-operational period)**

ในช่วงวัย 2-7 ปี ซึ่งเป็นช่วงวัยอนุบาล เด็กยังไม่สามารถใช้สติปัญญาอย่างเต็มที่ ความคิดส่วนใหญ่ของเด็กวัยนี้อิงอยู่กับการรับรู้โดยตรง และยังไม่สามารถใช้เหตุผลอย่างลึกซึ้งได้ แต่จะเริ่มเรียนรู้การใช้ภาษาและสามารถใช้สัญลักษณ์แทนสิ่งต่าง ๆ ได้ พัฒนาการของเด็กในระยะนี้แบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอนย่อย ดังนี้

1. **ขั้นกำหนดความคิดไว้ล่วงหน้า (Preconceptual thought)** ช่วงอายุ 2-4 ปี เด็กจะมีพัฒนาการด้านการใช้ภาษา สามารถใช้คำเชื่อมโยงกับสิ่งของและสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ แต่ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ยังไม่สมบูรณ์และขาดเหตุผล เด็กในช่วงนี้มักคิดตามใจตัวเอง ใช้จินตนาการอย่างเต็มที่และชอบเล่นบทบาทสมมติที่สร้างขึ้นจากจินตนาการของตนเอง
2. **ขั้นคิดเอาเอง (Intuitive thought)** ช่วงอายุ 4-7 ปี เด็กเริ่มมีเหตุผลพื้นฐานในการคิด แม้ว่าการคิดยังคงอิงอยู่กับการรับรู้มากกว่าความเข้าใจอย่างแท้จริง เด็กจะมีพัฒนาการด้านการรับรู้อย่างรวดเร็ว สามารถจัดกลุ่มสิ่งต่าง ๆ ตามความเหมือนและความแตกต่างได้ ลักษณะพิเศษของวัยนี้คือ มีความเชื่อมั่นในความคิดของตนเอง และเริ่มเข้าใจแนวคิดเรื่องการทรงภาวะเดิมของวัตถุ (conservation) ซึ่งปิอาเจต์เรียกหลักการนี้ว่า **Principle of Invariance**

- ขั้นใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลเชิงรูปธรรม (Concrete operational period)**
 ช่วงอายุ 7-11 ปี เด็กในวัยนี้มีพัฒนาการทางความคิดและสติปัญญาอย่างรวดเร็ว สามารถคิดอย่างมีเหตุผลและสามารถจัดหมวดหมู่ สิ่งแวดล้อม แยกแยะสิ่งต่าง ๆ ออกเป็นลำดับขั้น จัดเรียงขนาดของวัตถุ และเข้าใจแนวคิดเรื่องการคงสภาพเดิมของสิ่งต่าง ๆ ได้ดี นอกจากนี้ เด็กสามารถใช้ความรู้และประสบการณ์ที่ผ่านมา ในการแก้ไขปัญหาหรือสถานการณ์ใหม่ ๆ ผ่านการถ่ายโยงการเรียนรู้ (transfer of learning) อย่างไรก็ตาม เด็กจะสามารถแก้ปัญหาได้ดีเมื่อเกี่ยวข้องกับสิ่งที่ป็นรูปธรรม ส่วนปัญหาที่เป็นนามธรรมและซับซ้อนยังคงยากเกินไป
- ขั้นใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลเชิงนามธรรม (Formal operational period)**
 ช่วงอายุ 11-15 ปี เป็นช่วงที่เกิดพัฒนาการทางสติปัญญาและความคิดอย่างรวดเร็ว ความคิดแบบเด็กเริ่มสิ้นสุดลง และเปลี่ยนผ่านไปสู่การคิดแบบผู้ใหญ่ เด็กในวัยนี้สามารถคิดเชิงนามธรรมได้ดีขึ้น ใช้วิธีการหลากหลายในการวิเคราะห์และแก้ปัญหา รวมถึงเริ่มเรียนรู้การคิดแบบวิทยาศาสตร์ เช่น การตั้งสมมติฐาน การใช้เหตุผล และการจัดการกับงานที่มีความซับซ้อนอย่างเป็นระบบ ตามแนวคิดของ พือาเจต์ วัยนี้เด็กเริ่มสนใจการสร้างทฤษฎี และรู้สึกพึงพอใจกับการพิจารณาสิ่งที่เป็นนามธรรมหรือสิ่งที่ไม่มีตัวตน นักจิตวิทยาหลายคนเชื่อว่า ความสามารถด้านความเข้าใจจะยังคงพัฒนาอย่างต่อเนื่องไปจนถึงวัยผู้ใหญ่และวัยชรา พือาเจต์ยังเสนอว่า พัฒนาการทางสติปัญญาเป็นกระบวนการที่ดำเนินไปตามลำดับขั้นตอนไม่สามารถข้ามขั้นได้ นอกจากนี้เขายังเน้นว่า การเล่นมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมพัฒนาการด้านนี้ โดยรูปแบบของการเล่น จะเปลี่ยนแปลงไปตามระดับความคิดของเด็กในแต่ละช่วงวัย

"พือาเจต์ ได้แบ่งขั้นตอนของพัฒนาการทางสติปัญญา

ของเด็กไว้ 4 ขั้น ประกอบด้วย

ช่วง 0-2 ปี ขั้นประสาทสัมผัสสกลามเนื้อ

ช่วง 2-7 ปี ขั้นเริ่มมีความคิดความเข้าใจ

ช่วง 7-11 ปี ขั้นใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลเชิงรูปธรรม และ

ช่วง 11-15 ปี ขั้นใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลเชิงนามธรรม"



พัฒนาการเล่นที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางด้านสติปัญญา

• **ขั้นที่ 1 การเล่นโดยใช้ประสาทสัมผัส (Sensorimotor play)**

การเล่นในวัยนี้ เกิดขึ้นตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุประมาณ 2 ปี ซึ่งเป็นการเล่นที่เน้นการสำรวจและสัมผัสสิ่งรอบตัว การเล่นนี้ ช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านการแก้ปัญหาผ่านการกระทำ โดยเด็กจะมีพฤติกรรมซ้ำ ๆ เพื่อเรียนรู้สิ่งรอบตัว ในช่วงแรกของการเล่นเด็กจะอยู่ในขอบเขตการกระทำที่เรียบง่าย เช่น การมอง การฟัง การหยิบมือ หรือส่งเสียง ซึ่งเป็นประสบการณ์การเล่นครั้งแรก ที่เกี่ยวข้องกับการใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

• **ขั้นที่ 2 การเล่นแบบสร้าง (Constructive play)**

การเล่นแบบสร้างเริ่มต้นในช่วงอายุประมาณ 18 เดือนถึง 2 ปี ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กเริ่มเล่นด้วยวัตถุประสงค์เฉพาะของตนเอง โดยไม่มีขอบเขตที่ชัดเจน เด็กจะเล่นด้วยความพึงพอใจส่วนตัว มากกว่าการคำนึงถึงมาตรฐานหรือความคาดหวังของสังคม เมื่อเด็กเริ่มสังเกตและเรียนรู้จากการเล่นซ้ำ ๆ ของตนเอง เขาจะจดจำลักษณะการเล่นนั้นและปรับเพื่อให้ได้ผลตามที่ต้องการ ในวัยนี้ เด็กจะเริ่มสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ และใช้เวลาในการเล่นนานขึ้น การเล่นในช่วงนี้ยังไม่หยุดอยู่แค่นี้ แต่จะพัฒนาต่อไปสู่การเล่นที่ใช้สัญลักษณ์

• **ขั้นที่ 3 การเล่นโดยใช้สัญลักษณ์ (Symbolic play)**

การเล่นแบบใช้สัญลักษณ์เริ่มขึ้นเมื่อเด็กอายุประมาณ 2 ปีขึ้นไป เป็นช่วงที่เด็กสามารถจินตนาการ หรือสร้างใช้สิ่งของแทนสิ่งที่ไม่ได้อยู่จริงในขณะนั้น เช่น การสร้างว่ามีขนมเพื่อป้อนให้ตุ๊กตา หรือการพับผ้าทำเป็นทารก การเล่นเชิงสัญลักษณ์นี้ จะพัฒนาต่อเนื่องและเต็มที่เมื่อเด็กอายุประมาณ 3-4 ปี ซึ่งในวัยนี้ เด็กจะเข้าสู่การเล่นในระดับที่สูงขึ้นที่เรียกว่า "การแสดงละครสมมติ" ซึ่งถือเป็นการพัฒนาความสามารถด้านจินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์ถึงขั้นสูงสุด

The Importance of Learning Through Play for Child Development and Brain Skills

ความสำคัญของการเรียนรู้ผ่านการเล่น ต่อพัฒนาการและทักษะสมองของเด็ก

เด็กในโลกยุคใหม่ควรมีสภาพดี เรียนรู้และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ มีคุณธรรม จิตใจมั่นคง มองโลกในแง่ดี และปรับตัวต่อความเครียดได้ ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ ล้วนเชื่อมโยงกับการทำงานของสมองและประสบการณ์การเรียนรู้ กล่าวได้ว่า สมองคือพื้นฐานสำคัญของพัฒนาการเด็กในทุกด้าน ได้แก่ (1) ด้านการทรงตัว การเคลื่อนไหวร่างกาย และการประมวลผลและบูรณาการประสาท (Sensory integration) (2) ด้านสติปัญญาและแก้ปัญหาสามารถรับรู้ เรียนรู้ สังเคราะห์ ตัดสินใจทำด้วยวิธีที่เหมาะสม รวมถึงการใช้ภาษา ความเป็นเหตุเป็นผล ในปัญญาบูรณาการ (Multiple intelligences) (3) ด้านจิตใจอารมณ์ การควบคุมอารมณ์ ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional intelligence) (4) ด้านสังคม การรับผิดชอบตนเอง ครอบครัวยุ สังคมส่วนรวม (Interpersonal intelligence) และ (5) ด้านคุณธรรม แยกแยะถูกผิดชั่วดี และเลือกทำสิ่งที่ถูกต้อง

ดังนั้นบุคคลแวดล้อมเด็กควรส่งเสริมการเรียนรู้ของเด็ก โดยใช้สมองเป็นฐาน (Brain-based learning) โดยนำหลักการทำงานของสมองมาประสานกับการจัดการศึกษา และการเรียนรู้แก่เด็ก เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้สมองทั้งสองซีก (ซ้ายและขวา) เกิดการเรียนรู้อย่างสมดุลและสอดคล้องกับสติปัญญาของผู้เรียน ทั้งการออกแบบการจัดการเรียนรู้ โดยใช้กระบวนการและวิธีการที่หลากหลายอย่างเหมาะสม



การเรียนรู้ตามหลักการพัฒนาสมอง Brain - based Learning

1

สมองเป็นอวัยวะพิเศษ
ที่ต้องการทั้ง อาหารกาย
และ อาหารใจ
ในสัดส่วนที่เหมาะสม
ตลอดช่วงชีวิต

2

สมองจะเรียนรู้ได้ดีเมื่อมี
ความพร้อมครบทั้ง 3 ด้าน
ได้แก่ ด้านอารมณ์
ด้านองค์ความรู้ และด้าน
พัฒนาการของสมอง

3

สมองจะเรียนรู้
และจดจำได้ดี เมื่อ
สมองส่วนอารมณ์เปิด

4

สมองมีวงจรหลักสำหรับการ
การเรียนรู้ 2 วงจร คือ
การเรียนรู้แบบตั้งใจ
และการเรียนรู้แบบไม่ตั้งใจ

5

สมองเรียนรู้ได้ดีจากการ
ลงมือปฏิบัติ และเรียนรู้
ด้วยความเข้าใจ มากกว่า
การจดจำเพียงอย่างเดียว

6

สมองเรียนรู้จาก
ของจริงไปหาสัญลักษณ์
และจากเรื่องง่ายไปสู่เรื่องยาก
ตามลำดับ



Brain - based Learning: BBL

1 การเรียนรู้ตามหลักการพัฒนาสมอง

1. สมองเป็นอวัยวะพิเศษที่ต้องการทั้ง "อาหารกาย" และ "อาหารใจ" ในสัดส่วนที่เหมาะสมตลอดช่วงชีวิต ตั้งแต่ช่วงที่อยู่ในครรภ์ไปจนถึงวัยชรา สมองต้องการอาหารใจเพื่อการเจริญเติบโต การเรียนรู้ และการพัฒนาศักยภาพอย่างเต็มที่ อาหารกายประกอบด้วยอาหารหลัก 5 หมู่ และน้ำดื่มสะอาด ส่วนอาหารใจ ได้แก่ ความรักและความอบอุ่นจากพ่อแม่และผู้ใกล้ชิด รวมถึงความสุขและความพอใจที่ได้รับจากการเล่นและกิจกรรมที่เด็กสนใจ
2. สมองจะเรียนรู้ได้ดีเมื่อมีความพร้อมครบทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ (1) ความพร้อมด้านอารมณ์ เด็กเล็กจำเป็นต้องได้รับการกระตุ้นสมองส่วนอารมณ์ให้พร้อมสำหรับการเรียนรู้ ซึ่งหมายถึงการกระตุ้นสมองส่วนลิมบิกก่อนเริ่มต้นการเรียนรู้ทุกครั้ง (2) ความพร้อมด้านองค์ความรู้ เนื้อหาความรู้ควรมีความยากง่ายที่เหมาะสมกับวัย โดยเฉพาะช่วงวัย 3-6 ปี เพื่อให้เด็กสามารถเข้าใจและซึมซับได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ (3) ความพร้อมด้านพัฒนาการของสมอง เนื่องจากสมองส่วนหน้า (frontal lobe) ของเด็กวัย 3-6 ปี ยังไม่พัฒนาเต็มที่ การใช้เหตุผลอาจยังไม่เกิดผลดีเท่ากับการกระตุ้นผ่านอารมณ์ ซึ่งมีประสิทธิภาพมากกว่าในการส่งเสริมการเรียนรู้
3. สมองจะเรียนรู้และจดจำได้ดีเมื่อสมองส่วนอารมณ์เปิด เป็นการกระตุ้นสมองส่วนที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์หรือระบบลิมบิก (limbic system) ซึ่งสามารถทำได้หลายวิธี เช่น การนั่งสมาธิ การเคลื่อนไหวประกอบเพลง การปรบมือเป็นจังหวะ หรือเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำกิจกรรมที่ชื่นชอบ ซึ่งจะทำให้เกิดความสนุกสนานและเพลิดเพลิน
4. สมองมีวงจรหลักสำหรับการเรียนรู้ 2 วงจร คือ การเรียนรู้แบบตั้งใจ และการเรียนรู้แบบไม่ตั้งใจ สำหรับทารกและเด็กวัย 3-6 ปี จะมีการเรียนรู้แบบไม่ตั้งใจเป็นหลัก เนื่องจากสมองส่วนหน้าที่ยังไม่เจริญเติบโตเต็มที่ ยังไม่สามารถบังคับการตั้งใจเรียนรู้ได้เต็มประสิทธิภาพ ดังนั้นเมื่อจะเริ่มการเรียนรู้ในเด็กวัยนี้ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเปิดสมองส่วนลิมบิกก่อนเริ่มเข้าสู่บทเรียน
5. สมองเรียนรู้ได้ดีจากการลงมือปฏิบัติ และเรียนรู้ด้วยความเข้าใจมากกว่าการจดจำเพียงอย่างเดียว เด็กจะรับความรู้ผ่านประสบการณ์ทั้ง 5 ช่องทาง ได้แก่ การมองเห็น การได้ยิน การสัมผัส การลิ้มรส และการได้กลิ่น ดังนั้น การจัดการเรียนรู้ที่ดีสำหรับเด็กควรเปิดโอกาสให้เรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสให้ได้มากที่สุด การเรียนรู้ที่让孩子ได้ลงมือปฏิบัติเอง (active learning) เช่น การลองผิดลองถูก การพูด บิดเบือน การปั้น แปะ เคลื่อนไหว สัมผัส ดมกลิ่น หรือลิ้มรส ช่วยให้สมองเรียนรู้ได้ดีกว่าการฟังครูบรรยายเพียงอย่างเดียว (passive learning)
6. สมองจะเรียนรู้จากของจริงไปหาสัญลักษณ์ และจากเรื่องง่ายไปสู่เรื่องยากตามลำดับ เด็กเล็กจะเริ่มเรียนรู้การแก้ปัญหาจากเรื่องง่าย ๆ ที่ทำได้ก่อน ซึ่งทุกครั้งที่เด็กแก้ปัญหาได้สำเร็จ จะเกิด "อาหารใจ" ผ่านการหลั่งสารแห่งความสุข (endorphin) ทำให้เด็กเกิดพลังใจและพลังปัญญา พร้อมทั้งจะเผชิญปัญหาที่ซับซ้อนขึ้น



Brain Executive Function: EF

๒ ทักษะสมองการคิดเชิงบริหาร



ทักษะที่เด็กไทยควรมีในศตวรรษที่ 21 คือ ความรู้พื้นฐานที่จำเป็นต่อการใช้ชีวิตประจำวัน สมรรถนะในการจัดการกับปัญหาที่ซับซ้อน ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง ตลอดจนทักษะการคิดวิเคราะห์ การสื่อสาร การทำงานเป็นทีม และความคิดสร้างสรรค์ ทักษะเหล่านี้ เกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิดกับทักษะการคิดเชิงบริหาร (Brain Executive Function - EF) ซึ่งเป็นกระบวนการทางสมองที่อาศัยการทำงานของสมองส่วนหน้า (frontal Lobe) ที่จะช่วยนำความจำจากประสบการณ์ในอดีตมาประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ปัจจุบัน เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการตัดสินใจ วางแผน จัดลำดับความสำคัญ ริเริ่มลงมือทำงาน และปรับเปลี่ยนแนวทางได้อย่างยืดหยุ่นเพื่อตอบโจทยปัญหาใหม่ ๆ อีกทั้งยังช่วยในการควบคุมอารมณ์ เชื่อมโยงการทำงานของสมองส่วนต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายและสำเร็จตามที่ตั้งใจ

สมองส่วนหน้าเป็นศูนย์ควบคุมการคิด และการบริหารจัดการ (executive function) ซึ่งทำหน้าที่เสมือน "CEO" ของสมอง โดยมีบทบาทสำคัญในการจัดการด้านความจำ การเรียนรู้ และการทำงาน (working memory) การควบคุมตนเอง (inhibitory control) เช่น ความสามารถในการจดจ่อกับสิ่งที่ทำอยู่แม้จะมีสิ่งรบกวน และมีความยืดหยุ่นทางความคิด (cognitive flexibility or mental flexibility) จากการศึกษาของ Adele Diamond (2013) พบว่า เด็กที่ได้รับการส่งเสริมประสบการณ์การเรียนรู้ ตั้งแต่ปฐมวัย ผ่านกิจกรรม เช่น ดนตรี ศิลปะ หรือกิจกรรมประจำวันต่าง ๆ ที่เด็กได้สนุกกับการเรียนรู้ มีส่วนช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก มัดใหญ่ ทักษะภาษา และทักษะสังคม ส่งเสริมให้ร่างกายแข็งแรง มีจิตอาสา และมีความมั่นใจในตนเอง ซึ่งทั้งหมดนี้นำไปสู่การพัฒนาทักษะ EF ทั้งสามด้าน

การสร้างทักษะ EF จำเป็นต้องอาศัยการฝึกสมาธิ ความจดจ่อ มีวินัย สามารถจำและวางแผนการทำงานเป็นขั้นตอน และปรับตัวได้อย่างเหมาะสม ในสถานการณ์ต่าง ๆ ทักษะเหล่านี้ถือเป็นรากฐานสำคัญที่ช่วยให้เด็กมีพัฒนาการสมวัยในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ทำให้เด็กมีความพร้อมในการเรียนรู้และประสบความสำเร็จในการศึกษา จึงกล่าวได้ว่าการพัฒนาสมองและการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กตั้งแต่ปฐมวัย เป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดศักยภาพและคุณภาพชีวิตของคนตลอดชีวิต

EF หรือ Executive Function คือความสามารถระดับสูงของสมองที่ช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ ความคิด และการกระทำ เพื่อสร้างพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่เป้าหมาย (goal-directed behaviors) ทักษะ EF ไม่ได้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ แต่เกิดจากการที่เด็กได้ลงมือทำ และเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริง โดย EF มีองค์ประกอบพื้นฐานดังนี้

- **Working memory (ความจำขณะทำงาน)**

ความสามารถในการจดจำข้อมูลต่าง ๆ ไว้ในใจและนำมาใช้ในการคิด วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และเชื่อมโยงกับข้อมูลเก่า อาศัยความสามารถในการจดจ่อ (attention)

- **Inhibitory control (การยับยั้งชั่งใจ)**

ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การกระทำ และความคิด เพื่อเอาชนะสิ่งเร้าจากภายในและภายนอก จดจ่อกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ เลือกทำสิ่งที่จำเป็นให้สำเร็จ

- **Cognitive flexibility/Shift (การยืดหยุ่นความคิด)**

ความสามารถในการปรับเปลี่ยนมุมมอง และความสนใจจากกิจกรรมหนึ่ง ไปสู่อีกกิจกรรมหนึ่ง รวมถึงความสามารถในการคิดนอกกรอบและใช้วิธีที่หลากหลายในการแก้ปัญหา

- **Emotional control (การควบคุมอารมณ์)**

ความสามารถในการแสดงออก และปรับอารมณ์อย่างเหมาะสมเมื่อเผชิญความโกรธ ผิดหวัง หรือเสียใจ โดยไม่หุนหันพลันแล่น และสามารถกลับสู่ภาวะปกติได้รวดเร็ว

- **Plan/Organize (การวางแผนจัดการ)**

ความสามารถในการตั้งเป้าหมาย วางแผน จัดลำดับความสำคัญของงาน เริ่มต้นทำงานโดยไม่ต้องรอคำสั่ง (initiate) มองภาพรวมและไม่ยึดติดกับรายละเอียดปลีกย่อยจนทำให้งานล่าช้า รวมถึงติดตามประเมินผลงานและปรับปรุงตนเอง (self-monitoring)

พัฒนาการของ EF เริ่มต้นตั้งแต่วัยเด็ก โดยในช่วงอายุ 1 ปี เด็กจะเริ่มพัฒนาทักษะความจำขณะทำงาน ต่อมาในช่วงอายุ 3 - 3.5 ปี จะเริ่มพัฒนาทักษะการยับยั้งชั่งใจ และในช่วงอายุ 4 - 4.5 ปี จะเริ่มพัฒนาทักษะการยืดหยุ่นความคิด หากเด็กมีพัฒนาการในทักษะ EF ทั้งสามด้านอย่างสมบูรณ์ จะส่งผลให้เด็กสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีเมื่ออายุ 5-6 ปี รวมถึงช่วยเสริมทักษะในการวางแผนและจัดการ การคิดอย่างมีเหตุผล การริเริ่มลงมือทำงาน การติดตามและประเมินตนเอง ตลอดจนการแก้ปัญหาด้วยวิธีการใหม่ ๆ

ลักษณะเด็กที่มีทักษะ EF ดี และเด็กที่มีความบกพร่องในทักษะ EF

(Adele Diamond, 2014)



เด็กที่มีทักษะ EF ดี

- ความจำระหว่างทำงานดี
- ทำหลายสิ่งพร้อมกันโดยไม่สับสน
- ควบคุมตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ
- ปฏิบัติตามขั้นตอนซับซ้อนได้แม้ถูกรบกวน
- จัดจ่อจนงานสำเร็จแม้มีสิ่งเร้าดึงดูดความสนใจ
- คิดยืดหยุ่นและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์



เด็กที่มีความบกพร่องในทักษะ EF

- พุดแทรกผู้อื่น
- ทำเรื่องเล็กให้กลายเป็นเรื่องใหญ่
- ต่อด้านการเปลี่ยนแปลง
- ถูกกระตุ้นง่ายและสงบยาก
- ทำโดยไม่คิดก่อน
- ขาดทักษะการแก้ไขปัญหา

การพัฒนาทักษะ EF หรือการบริหารจัดการตนเอง เริ่มตั้งแต่บวบปีแรก และเติบโตอย่างก้าวกระโดด ในช่วง 3-6 ปีแรกของชีวิต ก่อนจะสมบูรณ์เมื่อ อายุ 20-25 ปี การส่งเสริม EF ในช่วงปฐมวัย จึงสำคัญอย่างยิ่ง โดยการเล่นเป็นหัวใจของการเรียนรู้และพัฒนาสมองเด็ก งานวิจัยของ Adele Diamond (2013) ชี้ให้เห็นว่า EF มีผลต่อความสำเร็จทั้งด้านการเรียน การทำงาน และการใช้ชีวิต หากพัฒนาไม่ดีผลกระทบจะเห็นชัดขึ้นเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ ทั้งด้านสุขภาพ เช่น โรคอ้วน เบาหวาน ความดันสูง โรคซึมเศร้า และโรคสมาธิสั้น ด้านการเรียน เสี่ยงล้มเหลวทางการศึกษา ทำงานไม่มีประสิทธิภาพ รวมถึงด้านการใช้ชีวิตและสังคม เสี่ยงประสบปัญหาชีวิต คู่ หุ่นยนต์พลันเล่น หรือเกี่ยข้องอาชญากรรม

การศึกษาระยะยาวพบว่า เด็กที่ควบคุมตนเองได้ดี จะประสบความสำเร็จในระบบการศึกษา มีสุขภาพดี ฐานะดี และมีความสุขในชีวิตสูงกว่าในอนาคต ดังนั้นการส่งเสริมพัฒนา EF ตั้งแต่ปฐมวัยคือ พื้นฐานสำคัญ ในการสร้างพลเมืองคุณภาพของประเทศ

3 การส่งเสริมทักษะสมองเด็ก ผ่านการเล่นบูรณาการประสาทสัมผัส

การส่งเสริมทักษะสมองเด็กผ่านการเล่นบูรณาการประสาทสัมผัส ควรเริ่มจากการจัดสภาพแวดล้อม และเตรียมวัสดุอุปกรณ์ที่เหมาะสมกับเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กได้เลือก ตัดสินใจ และตั้งเป้าหมายในการทำกิจกรรมด้วยตนเอง รวมถึงกระตุ้นให้เด็กริเริ่มทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง เช่น การจัดตารางเวลา การใช้ปฏิทินเตือนความจำ และการสอนเป็นขั้นตอนอย่างชัดเจน พร้อมเปิดโอกาสให้เด็กลงมือปฏิบัติจริง โดยผู้ใหญ่ควรเฝ้าติดตามอยู่ห่าง ๆ คอยให้ความช่วยเหลือเมื่อต้องการ และให้คำชมเชยเมื่อเด็กสามารถทำได้สำเร็จ

สำหรับเด็กวัย 3-6 ปี เป็นช่วงที่การกำกับตัวเองกำลังพัฒนา ควรลดการช่วยเหลือ และเปิดโอกาสให้เด็กคิด ตัดสินใจและลงมือทำ ตัวอย่างกิจกรรม เช่น การเล่าเรื่อง เล่นบทบาทสมมติ เล่นดนตรี ต่อจิกซอว์ หรือทำอาหารง่าย ๆ โดยให้ผู้ใหญ่จัดสิ่งแวดล้อมและอุปกรณ์ที่พร้อม

เด็กวัย 6-9 ปี เริ่มปฏิบัติตามกฎกติกา มีความสนใจต่อเนื่องและควบคุมอารมณ์ได้ ตัวอย่างกิจกรรม เช่น แก้อัฒนตรี โยคะ เทควันโด การเคลื่อนไหวตามเพลง ต่อจิกซอว์ที่ซับซ้อน เล่นเกมจับคู่ การจัดหมวดหมู่ การเล่าเรื่องราวต่าง ๆ และพาไปพบเจอสิ่งใหม่หรือกิจกรรมที่ท้าทาย เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทักษะสมองอย่างต่อเนื่อง



ตัวอย่างกิจกรรมส่งเสริมทักษะสมองและการเรียนรู้คิด

1. กิจกรรมเสริมทักษะความจำในการทำงาน (Working memory)

- เล่นเกมทายคำ สะกดคำ การต่อจิกซอว์
- ฟังนิทาน การทดลองทางวิทยาศาสตร์ การวิเคราะห์เหตุการณ์ต่อเนื่อง ที่จะเกิดขึ้นอย่างเป็นเหตุผลตามเงื่อนไข
- อ่านบทความสิ่งที่ได้เรียนรู้อย่างเข้าใจและจำได้
- สรุปใจความสำคัญจากสิ่งที่ได้อ่าน ฟัง หรือจากประสบการณ์

2. กิจกรรมเสริมทักษะการจัดการเวลา (Time management)

- จัดทำเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ (การเรียนรู้และกิจวัตรประจำวัน)
- วางแผนการทำงานบ้าน หรืองานที่ได้รับมอบหมาย ในเวลาที่ตนเองกำหนดไม่ผิดวันประกันพุง

3. กิจกรรมเสริมทักษะการวางแผนและการจัดการ (Planning & Organization)

- ส่งเสริมให้เด็กทำกิจกรรมกลุ่ม โดยเปิดโอกาสให้เด็กคิดหัวข้อกิจกรรม พูดคุย แลกเปลี่ยน เพื่อร่วมกันวางแผน และดำเนินกิจกรรมให้แล้วเสร็จตามเป้าหมายที่วางไว้
- ส่งเสริมให้เด็กวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูล ที่มีอยู่อย่างเป็นระบบ ซึ่งจะทำให้เด็กทำสิ่งที่ซับซ้อนได้ตามลำดับขั้นตอน
- อ่านแล้วเขียน หรือเล่าเรื่องจับประเด็นสำคัญ

4. กิจกรรมเสริมทักษะยืดหยุ่นความคิด (Cognitive flexibility)

- ให้เด็กปรับเปลี่ยนวิธีการ หรือกิจกรรมตามอุปกรณ์ที่มี เช่น หากไม่มีกรรไกรให้ใช้มือฉีกกระดาษแทน เพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย
- ให้เด็กรู้จักอารมณ์ตนเองในขณะเครียด และพยายามผ่อนคลายโดยการทำกิจกรรมในสิ่งที่ตนเองชอบ
- เปิดรับความคิดของเด็ก ให้อิสระในการเลือก และลงมือทำกิจกรรม ส่งเสริมให้เด็กกล้าคิด กล้าแสดงความเห็น เรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัส การสังเกต การจำแนกเปรียบเทียบ เปิดโอกาสให้เด็กตั้งคำถาม สืบค้นข้อเท็จจริง อภิปราย และสรุปผลด้วยตนเอง

5. กิจกรรมเสริมทักษะการติดตามประเมินผลตนเอง (Self-monitoring)

- เปิดโอกาสให้เด็กได้ตรวจสอบข้อผิดพลาด แยกแยะ และประเมินผลลัพธ์จากผลงานของตนเอง สนับสนุนให้เด็กเรียนรู้และแก้ปัญหาเอง โดยผู้ใหญ่ติดตามจากระยะห่าง และให้ความช่วยเหลือเมื่อจำเป็น

6. กิจกรรมเสริมทักษะการยับยั้งตนเอง (Inhibitory control)

- ฝึกการทำงานเป็นทีม การรอคอย การควบคุมอารมณ์ มีสมาธิ และทำกิจกรรมตามเวลาที่กำหนด ส่งเสริมการยืดหยุ่นความคิด การรู้แพ้ชนะ และผ่อนคลายความเครียด พร้อมกระตุ้นการเรียนรู้สนุกสนาน

Promotion of Child Development through Sensory Integration Play

4 การส่งเสริมพัฒนาการเด็กรอบด้าน ผ่านการเล่นบูรณาการประสาทสัมผัส

บูรณาการประสาทสัมผัส คือ กระบวนการที่สมองรวบรวมและประมวลผลข้อมูลจากประสาทสัมผัสต่าง ๆ ได้แก่ การมองเห็น ได้ยิน ดมกลิ่น รับรส สัมผัส การทรงตัวและการเคลื่อนไหว และการรับรู้เย็นและข้อต่อ กระบวนการนี้มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะช่วยให้สมองทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สร้างพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ทำให้เกิดการรับรู้ตนเอง พัฒนาความสามารถทั้งทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ส่งผลให้เราสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม เช่น มีสมาธิในการเขียนและอ่านหนังสือ การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่ว และการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมได้ดี

การเล่นเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้เด็ก ได้รับประสบการณ์ผ่านประสาทสัมผัสอย่างเต็มที่ ตัวอย่างเช่น การเล่นน้ำช่วยให้เด็กได้สัมผัสความเย็นของน้ำ ได้เรียนรู้การตก เทน้ำใส่ภาชนะต่าง ๆ การอาบน้ำให้ตุ๊กตา หรือรดน้ำต้นไม้ ซึ่งนอกจากจะสนุกแล้ว ยังเป็นการระบายอารมณ์ที่ดีอีกด้วย การเล่นทรายเด็ก ๆ จะได้สัมผัสพื้นผิวของทราย ได้ฝึกการใช้กล้ามเนื้อจากการขุด ตัก และก่อทรายเป็นรูปทรงต่าง ๆ ดังนั้น โรงเรียนจึงควรจัดให้มีบ่อทรายไว้ นอกห้องเรียน เพื่อให้เด็ก ๆ มีอิสระในการเล่นอย่างเต็มที่ พร้อมอุปกรณ์ที่หลากหลาย และอยู่ในบริเวณที่อากาศถ่ายเทได้สะดวก การเล่นเหล่านี้จะช่วยส่งเสริมการบูรณาการประสาทสัมผัสของเด็กได้อย่างดีเยี่ยม

"บูรณาการประสาทสัมผัส คือ กระบวนการ
ที่สมองรวบรวมและประมวลผลข้อมูล
จากประสาทสัมผัสต่าง ๆ ช่วยให้สมองทำงาน
ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สร้างพื้นฐาน
ที่จำเป็นสำหรับการทำกิจกรรมต่าง ๆ
ในชีวิตประจำวัน ซึ่งการเล่น
ถือเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยเสริมสร้าง
กระบวนการบูรณาการประสาทสัมผัสของเด็ก
ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น"





"Promotion of Gross Motor Development through SI Play"

1. การกระตุ้นพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ผ่านกิจกรรมกระตุ้นระบบการเคลื่อนไหว กล้ามเนื้อ เอ็นและข้อต่อ

- กิจกรรมทรงตัว และเคลื่อนไหวบนอุปกรณ์ เช่น เดินบนกระดานทรงตัว เดินบนแผ่นไม้โยกเยก นั่งม้าโยก ม้าหมุน นั่งชิงช้า นั่งบนห่วงยาง นั่งโยกบนลูกบอล นอนคว่ำบนบอลโยกตัวไปในทิศทางต่าง ๆ
- กิจกรรมกระโดดและกลิ้งตัว เช่น กระโดดเตี๋ยสปริง หรือกระโดดจากเตี๋ยสปริงลงบนที่นอน กระโดดไปข้างหน้า แยกขา กางหุบ กลิ้งตัวในอุโมงค์ กลิ้งตัวบนที่นอน
- กิจกรรมสำหรับเด็กเล็ก เช่น จับนั่งบนตักโยกไปมา ขี่หลังผู้ใหญ่
- กิจกรรมเดิน วิ่ง คลาน เช่น เดินวนรอบเป็นวงกลม (เดินรอบฮูลาฮูปหรือรอบเก้าอี้) คลานบนพรม คลานลอดห่วงยาง
- กิจกรรมออกแรงด้วยมือและแขน เช่น เอาขาพาดบนเก้าอี้ หรือเดินมือในท่าไถนา ดันมือหรือผลักของที่มีน้ำหนักมาก
- กิจกรรมปีนป่ายและการเล่นที่ต้องใช้แรงกล้ามเนื้อ เช่น ปีนป่าย ปีนเชือก โหนบาร์ กระโดดเชือก
- กิจกรรมโยนและรับ เช่น โยนรับลูกบอลที่มีน้ำหนักหรือถุงถั่ว
- กิจกรรมขนย้ายหรือยกของ (เช่น ขนของ แบกของ) หิ้วหรือสะพายของที่มีน้ำหนัก
- กิจกรรมใช้อุปกรณ์เสริมเพิ่มน้ำหนัก เช่น ใส่ถุงน้ำหนัก
- กิจกรรมผสมผสาน เป็นกิจกรรมที่รวมการเคลื่อนไหว เช่น คลาน กระโดด ปีนข้าม ในกิจกรรมเดียวกัน เพื่อฝึกการประสานงานของกล้ามเนื้อหลายๆ ส่วน

"Promotion of Fine Motor Development through SI Play"



2. การกระตุ้นพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อเล็ก ผ่านกิจกรรมกระตุ้นระบบการสัมผัส ก้ามเนื้อ เอ็นและข้อต่อ

- กิจกรรมเล่นกับวัสดุและพื้นผิวต่าง ๆ เช่น เล่นทราย ช้อนของไว้ในทราย เล่นน้ำ เล่นแป้งโดว์ แป้งเปียก หรือใช้น้ำระบายสีน้ำ ดึงตัวคลำหาของในกระบะถั่วหรือทราย
- กิจกรรมปะติดเศษวัสดุต่าง ๆ (เช่น สำลี ก้อนหิน ทราย มักกะโรนี เมล็ดถั่ว) วาดรูปบนกระดาษทราย
- กิจกรรมเกี่ยวกับการสัมผัสและการทรงตัว (เช่น เดินบนสนามหญ้าหรือพื้นผิวที่แตกต่างกัน ทั้งหยาบ ละเอียด แห้ง หรือเปียก) กลิ้งในอ่างบอล ม้วนตัวในพรม
- กิจกรรมสัมผัสลึก (deep pressure) เช่น ใช้หมอนหรือลูกบอลกดนวดตัว ม้วนตัวในผ้าห่ม
- กิจกรรมหาของ/สำรวจด้วยมือ เช่น คลำหาของในถุง



"Promotion of Emotional-Social Development through SI Play"

3. การกระตุ้นพัฒนาการด้านอารมณ์ - สังคมผ่านกิจกรรมกระตุ้นระบบการมองเห็น การรับสัมผัส กล้ามเนื้อ เอ็นและข้อต่อ

- กิจกรรมที่เกี่ยวกับสีและการจำแนกสิ่งของ เช่น ใช้บองเล่เล่นที่มีหลากสีเส้น (เช่น ลูกบอลหลายสีในอ่างบอล โยนบอลใส่ตะกร้า หรือ กลิ้งบอลใส่ตะกร้าที่วางอยู่)
- กิจกรรมฝึกการเคลื่อนไหวและการทรงตัว เช่น เดินบนเส้นเชือก
- กิจกรรมฝึกสายตาและการสังเกต เช่น ปิดไฟแล้วใช้ไฟฉายส่องไปยังรูปภาพหรือสิ่งของภายในบ้าน
- กิจกรรมฝึกทักษะการจับคู่และแยกแยะ เช่น จับคู่ภาพเหมือนกัน หรือจับคู่ภาพกับสิ่งของจริง เกมหาของที่มีความแตกต่างกัน (เอาของเล่นหลายแบบมาวางปนกัน แล้วให้เด็กรู้จักแยกและจัดหมวดหมู่)
- กิจกรรมเกมทายและจำแนกสิ่งของ เช่น เกมซ่อนหา (ซ่อนของ หรือ แสดงให้เห็นของบางส่วนแล้วให้ทายว่าเป็นอะไร)
- กิจกรรมการเลียนแบบ เช่น เกมเลียนแบบทำทาง โดยให้เด็กทำตามทำทางตามผู้ปกครอง หรือดูผ่านกระจกเพื่อเลียนแบบ



"Promotion of Language Development through SI Play"

4. การกระตุ้นพัฒนาการด้านภาษาผ่านกิจกรรมกระตุ้นระบบ การได้ยิน การสัมผัส ก้ามเนื้อ เอ็นและข้อต่อ และกระตุ้นกล้ามเนื้อปาก

- กิจกรรมฝึกการฟังและแยกเสียง เช่น
 - เคาะจังหวะโดยใช้กลอง กระดิ่ง ระนาด หรือเครื่องดนตรีอื่น ๆ
 - ฝึกฟังเพลงที่มีจังหวะเร็ว ช้า เสียงดัง เสียงเบา
 - แยกเสียงที่ได้ยินและฝึกมองหาที่มาของเสียง
 - ฟังเสียงเพลงประกอบท่าเต้น หรือเล่นเกมเก้าอี้ดนตรี
 - ใส่วัสดุลงในกล่องแล้วปิดฝา ให้เด็กเขย่าเพื่อแยกความแตกต่างของเสียง
 - เลียนแบบเสียงสัตว์ และแยกเสียงสัตว์ที่แตกต่างกัน
 - รู้จักและแยกเสียงต่าง ๆ รอบตัว เช่น เสียงรถ เสียงน้ำไหล เสียงมอเตอร์ไซด์
- กิจกรรมฝึกการใช้กล้ามเนื้อปาก ลิ้น และการเป่า/ดูด เช่น
 - ฝึกดูดอาหารที่มีความหนืดต่างกัน (เยลลี่ น้ำ นม)
 - ปรับขนาดของหลอดดูดเพื่อฝึกแรงดูด
 - เกมใช้หลอดดูดกระดาษแล้วนำไปวางที่อื่น
 - ฝึกเป่า เช่น เป่ากระดาษให้ปลิว เป่าหนังยาง เป่าลูกโป่ง เป่านกหวีด เป่าฟองสบู่ เป่าเทียน
- กิจกรรมฝึกความแข็งแรงและควบคุมกล้ามเนื้อปากและลิ้น เช่น
 - ฝึกแลบลิ้น เลียอมยิ้ม เลียริมฝีปาก เลียโอศกริม
 - ฝึกเม้มปาก เป่าปาก ออกเสียงต่าง ๆ เช่น "หมี", "ปะ"
 - ฝึกม้วนลิ้น แลบลิ้นเข้าออก กระดกลิ้น
 - ฝึกกัดโดยใช้ขนมชิ้นเล็ก ๆ เช่น กัดเยลลี่ทีละนิด กัดขนมกรอบ

บทที่ 3

สนามเด็กเล่น OKMD ตามหลักการพัฒนาสมอง (OKMD Playground)

OKMD Playground คือ พื้นที่สำหรับการเล่น ที่ออกแบบให้มี
เครื่องเล่นและบรรยากาศที่ส่งเสริมการเล่น ภายใต้สภาพแวดล้อม
ที่ปลอดภัย และเหมาะสมกับเด็กปฐมวัย เด็ก ๆ จะได้สนุกสนาน
และกระตุ้นพัฒนาการทางสมอง ตลอดจนทักษะสำคัญต่าง ๆ
ผ่านการเล่นในพื้นที่แห่งนี้

การเล่น ถือเป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาเด็กให้เหมาะสมกับวัย
โดยเฉพาะในช่วงปฐมวัยซึ่งเป็นช่วงเวลาทองในการสร้างสมดุล
แห่งพัฒนาการด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นพัฒนาการร่างกาย
ประสาทสัมผัส ภาษา การคิดวิเคราะห์ การเข้าสังคม และ
การประเมินตัดสินใจ ทักษะเหล่านี้ต้องได้รับการพัฒนาไป
พร้อมกันอย่างสอดคล้อง เพื่อให้เด็กเติบโตอย่างสมดุลตามวัย







แนวคิด OKMD Playground

สนามเด็กเล่น OKMD ตามหลักการพัฒนามอง หรือ OKMD Playground มีหัวใจสำคัญอยู่ที่แนวคิด Brain-based Learning (BBL) หรือ การเรียนรู้โดยใช้สมองเป็นฐาน หลักการนี้คือ การนำความเข้าใจเรื่องโครงสร้างและการทำงานของสมอง มาเป็นแนวทางในการออกแบบกระบวนการเรียนรู้ผ่านการเล่น โดยกิจกรรมการเล่นต่าง ๆ จะถูกออกแบบมาเพื่อส่งเสริมกระบวนการคิด เช่น การจำ การวิเคราะห์ การคำนวณ การคาดการณ์ และการตัดสินใจ ซึ่งจะไปกระตุ้นการทำงานของสมองโดยตรง BBL จึงมุ่งเน้นการจัดการเรียนรู้หรือการเล่นให้สอดคล้องกับพัฒนาการทางสมองของเด็กในแต่ละช่วงวัย

แนวคิด BBL นี้มีรากฐานมาจากองค์ความรู้สองสาขาหลัก ประกอบด้วย (1) ประสาทวิทยาศาสตร์ (neuroscience) เป็นศาสตร์ที่อธิบายการทำงานของสมอง ความคิด และจิตใจ โดยเฉพาะส่วนที่เชื่อมโยงกับทักษะการเรียนรู้ เช่น ความสามารถในการเรียนรู้ ความจำ ความเข้าใจ และความชำนาญ (2) ทฤษฎีการเรียนรู้ (learning theories) ซึ่งอธิบายว่ามนุษย์เรียนรู้ได้อย่างไร และกระบวนการเรียนรู้เกิดขึ้นและมีพัฒนาการไปในรูปแบบใด

จะเห็นได้ว่า การออกแบบ OKMD Playground ให้มีความสำคัญกับกระบวนการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมการเล่นเป็นหลัก ซึ่งสอดคล้องกับนิยามและบทบาทของการเล่นที่ได้รับการยอมรับในทางวิชาการ โดยการเล่นนั้นไม่เพียงแต่เป็นกิจกรรมที่สร้างความเพลิดเพลินหรือผ่อนคลาย แต่ยังเป็นหนึ่งในกลไกสำคัญที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสมองของเด็กอย่างสมดุล ดังนั้น เพื่อให้เห็นภาพชัดเจนมากยิ่งขึ้น จึงควรทำความเข้าใจถึงนิยามของ "การเล่น" ที่ถือเป็นหัวใจของการสร้างพัฒนาการในเด็กอย่างแท้จริง

นินยามการเล่น

การเล่นนับเป็นกิจกรรมสำคัญยิ่งสำหรับเด็ก ที่ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการผ่านกระบวนการที่เต็มไปด้วยความสนุกและอิสระทางความคิด ซึ่งนินยามการเล่นสามารถสรุปได้ดังนี้

- เล่นแล้วเกิดการเสริมสร้างพลังงานให้กับร่างกาย ด้วยการออกแรง การสร้างกล้ามเนื้อ
- เล่นแล้วไม่เบื่อ แต่กลับกระตุ้นให้เด็กอยากเล่น อยากเคลื่อนไหว ด้วยการออกแบบเครื่องเล่นที่ทำท่าย สวยงาม เป็นมิตร
- เล่นแล้วไม่กดดัน จากอารมณ์หมั่นแค้นสู่ความร่าเริงผ่อนคลาย
- เล่นแล้วเรียนรู้ สู่การเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ด้วยการรู้จักความรับผิดชอบ บทบาทหน้าที่ เช่น การอดทน รอคอย เสียสละ แบ่งปัน ขอบโกย ให้อภัย
- เล่นแล้วไม่เครียด ทำให้เด็กรู้สึกอิสระ กล้าควบคุมตนเอง และยอมรับการถูกกระตุ้นจากบางอย่างที่เคยกดทับห้ามเอาไว้ เช่น จากพ่อแม่ โรงเรียน สภาพแวดล้อม
- เล่นแล้วสมองผ่อนคลาย มีการจัดระบบความคิด เสริมพัฒนาการ ความจำ ความยืดหยุ่น การประเมินสถานการณ์ เล่นเพื่อยืนยันสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้แล้วและเพิ่มเติมสิ่งที่ยังไม่รู้ สิ่งที่ยังสงสัย และเรียนรู้สภาพแวดล้อมใหม่
- เล่นเพื่อสร้างภาวะพร้อมตื่นตัวอยู่เสมอ เพื่อลดความเบื่อ ความสงสัย ความไม่แน่นอน
- เล่นเพื่อประกอบสร้างความเป็นจริง เพื่อหลุดพ้นจากสถานการณ์อื่นที่เป็นตัวแทรกแซงและปลดความยับยั้งชั่งใจอื่น ๆ ออกไป

ปีเตอร์ เกรย์ (Gray, 2009) ผู้เขียนหนังสือ Free to Learn ให้ข้อสังเกตว่าการเล่นไม่สามารถให้นินยามที่ชัดเจนเพียงหนึ่งเดียวได้ ทว่าอาจแบ่งลักษณะสำคัญของการเล่นไว้ 5 ประการ ได้แก่

- การเล่น คือ กิจกรรมที่ผู้เล่นเลือกเองและกำกับตนเอง
- การเล่น คือ การขับเคลื่อนโดยสัญชาตญาณ ซึ่งวิธีการสำคัญกว่าปลายทาง
- การเล่น คือ สิ่งที่ถูกกำกับโดยจิตใจ แต่กฎเกณฑ์ได้หายไปโดยมีความสร้างสรรค์เข้ามาแทนที่
- การเล่น คือ จินตนาการ
- การเล่น คือ ภาวะร่างกายตื่นตัว กระตือรือร้น และปราศจากความเครียดทางจิตใจ

เครื่องเล่นและบองเล่นกับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก

ก่อนที่เราจะเลือกบองเล่นหรือเครื่องเล่นให้กับเด็ก การพิจารณาช่วงอายุและพัฒนาการของเด็กแต่ละวัยเป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากความสามารถ ความสนใจ และลักษณะการเรียนรู้จะแตกต่างกันออกไป การเลือกเครื่องเล่นและบองเล่นที่เหมาะสมกับวัย ไม่เพียงช่วยส่งเสริมพัฒนาการให้สมวัยเท่านั้น แต่ยังสนับสนุนให้เด็กได้เรียนรู้และเติบโตอย่างมีความสุข

อายุ	ลักษณะโดยทั่วไป	เครื่องเล่น/บองเล่น ที่เหมาะสม
2 ปี	เริ่มใช้ภาษาอย่างมีประสิทธิภาพ พัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ แต่ยังมีข้อจำกัดในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก มีพละกำลัง ความสนใจ และกระตือรือร้น และแสดงให้เห็นว่าสามารถที่จะควบคุมตนเองได้	เครื่องเล่นที่ส่งเสริมกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น เครื่องแกว่ง เครื่องปีนป่ายกลางแจ้ง เครื่องขีโยก เครื่องเล่นดึง-ผลัก และเครื่องเล่นที่เหมาะสมกับการพัฒนาทักษะประสาทสัมผัส เช่น ดินเหนียว ระบายสีด้วยมือ เล่นน้ำ ตัวต่อ หนังสือ ตุ๊กตา และตุ๊กตาสัตว์
3 ปี	เริ่มพัฒนาจินตนาการชวนฝัน (fantasy) เริ่มมีความกลัวในสิ่งที่ไม่จริง (กลัวผี กลัวสิ่งประหลาด) เริ่มสนใจในสิ่งที่พ่อแม่ทำ ดื้อหัวรั้น และไม่เชื่อฟัง แต่มีความสามารถในการปรับตัวเข้าหาเด็กในวัยเดียวกันได้	เครื่องเล่นที่เหมาะสมกับจินตนาการ เช่น เสื้อผ้าเก่า ตุ๊กตาจำลองขนาดเล็ก บอร์ดเกมง่าย ๆ แปรงระบายสี ตัวต่อง่าย ๆ ปากกาสี สีเทียน ที่สามารถสร้างประสบการณ์หยาบจับ สัมผัส ถือ
4 ปี	รู้จักระวังตัวเอง มีความมั่นใจ แต่ยังคงต้องการการยืนยัน การอนุญาตจากผู้ปกครอง ชอบโชว์ ทำตัวตลกทะเล้น เริ่มเสียง เริ่มรู้จักการวางแผนมากขึ้น สามารถเย็บปักถักร้อย ตัดกระดาษ เล่นเข็ม และเล่นตัวต่อที่มีขนาดเล็กได้	เครื่องเล่นที่เป็นเครื่องขี เช่น จักรยาน อุปกรณ์วาดเขียนระบายสี ตัวต่อไม้ เครื่องเล่นตัดกระดาษ เข็มเย็บผ้า กรรไกรเด็ก หนังสือที่ขยายประสบการณ์มากกว่าโลกความเป็นจริง
5 ปี	เริ่มต้นที่จะเล่นเชิงสัญลักษณ์ ความคิดคงที่ เริ่มรู้จักการคาดเดาทำนายบางสิ่งบางอย่างได้ ฟังพาได้ ลดตัวตนศูนย์กลางลง เป็นมิตร มีความรู้สึกยินดีแบ่งปัน และให้ความร่วมมือกับผู้อื่น เข้าใจภาวะความเป็นจริงมากขึ้น เรียนรู้ที่จะฝึกหัดและมีความรับผิดชอบ	เริ่มงานศิลปะตัดแปะได้ เล่นเกมการดได้ เล่นเกมบนโต๊ะได้ เช่น บิงโก หรือบอร์ดเกมที่มีกฎเกณฑ์ไม่ซับซ้อน และเริ่มที่จะเล่นละครเป็น

สนามเด็กเล่นเป็นพื้นที่สำคัญที่มีเครื่องเล่นหลากหลายประเภท แต่ละชนิดมีคุณสมบัติเฉพาะที่ช่วยพัฒนาทักษะต่าง ๆ ของเด็ก ได้แก่

- เครื่องโหน เช่น เชือก บันไดลิง บาร์จับ และห่วงจับ ช่วยพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขน และการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา
- เครื่องปีน/ไต่ เช่น เชือก บันไดไม้ และต้นไม้เตี้ย ที่ส่งเสริมความแข็งแรงของร่างกายโดยรวม และความสามารถในการแก้ปัญหา
- เครื่องแกว่ง เช่น ม้าหมุนและล้อหมุน ที่ช่วยพัฒนาการทรงตัว และระบบประสาทส่วนกลาง
- เครื่องรูด เช่น เส้า บันไดลิง ที่เด็กต้องใช้มือกำเส้าและเท้าไขว้ เพื่อฝึกการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อ และการควบคุมร่างกาย

เครื่องเล่นเหล่านี้ไม่เพียงแต่พัฒนาทักษะทางกายภาพเท่านั้น แต่ยังเป็นเครื่องมือสำคัญในการส่งเสริมพัฒนาการผ่านการใช้เครื่องเล่นต่าง ๆ เด็กจะได้แสดงออกถึงความกล้าหาญและความเชื่อมั่นในจิตใจ ขณะเดียวกันก็สร้างความรู้จักตนเองและเข้าใจขีดความสามารถของตัวเอง

นักจิตวิทยาและนักพัฒนาการเด็กส่วนใหญ่มีความเห็นตรงกันว่า การเล่นที่ส่งเสริมทักษะด้านสติปัญญามากที่สุด คือการเล่นผ่านเครื่องเล่นและของเล่นต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเล่นของเล่นตั้งแต่วัยเด็กปฐมวัย ก่อนเข้าโรงเรียน จะยิ่งช่วยส่งเสริมสติปัญญาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากสติปัญญาของเด็กจะสามารถพัฒนาได้ดีที่สุดในช่วงเวลาที่เด็กเล่น นอกจากการพัฒนาทางสติปัญญาแล้ว การเล่นกลางแจ้งในสนามเด็กเล่นยังช่วยกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกันให้เสริมสร้างสุขภาพ และความต้านทานต่อโรคได้อีกด้วย

การเล่นในสนามเด็กเล่น ส่งผลให้เด็กได้รับการพัฒนาในหลายมิติ เช่น การพัฒนาความมั่นคงในจิตใจ การกล้าคิด กล้าทำ และกล้าตัดสินใจ การใช้สมองคิดวิเคราะห์และประมวลผล อันนำไปสู่การประเมินทักษะความสามารถ และการทำท่ายตนเอง สร้างความรู้สึกกล้าเสี่ยงกล้าลอง ความกล้าหาญ และคุณสมบัติของผู้ผู้นำ ในขณะเดียวกัน การเล่นยังช่วยพัฒนากล้ามเนื้อ แรงการเจริญเติบโตทางสมอง และเพิ่มการเชื่อมโยงของเซลล์สมอง ส่งผลให้เด็กมีความฉลาด สร้างสรรค์ มีอารมณ์ที่ดี เป็นเด็กดี สดพฤติกรรมชน และไม่มีภาวะฉุนเฉียวทางอารมณ์

ความปลอดภัยในการใช้สนามเด็กเล่น

การเล่นอย่างปลอดภัย คือ การเล่นที่ไม่ก่อให้เกิดการบาดเจ็บทั้งทางร่างกาย สมอง และจิตใจ โดยพิจารณาความปลอดภัย 3 ด้านสำคัญ ได้แก่

1. ความปลอดภัยของสนามเด็กเล่น

- สนามเด็กเล่นควรมีสภาพพื้นที่ที่เหมาะสม เช่น สนามทราย ดิน หรือ หญ้า ไม่มีกรวด ก้อนหิน ตะปู เศษกระเบื้อง แก้ว หรือโลหะแหลมคม
- ประตูทางเข้า-ออก และรั้วกันควรแข็งแรง ไม่เอนเอียง หรือหลุด ออกจากราวจนเสี่ยงต่อการล้ม
- มีแสงสว่างเพียงพอ ทั้งจากธรรมชาติหรือไฟฟ้า รอบบริเวณควรมีต้นไม้ ให้ร่มเงา และไม่มีจุดอับสายตา ทำให้ผู้ใหญ่สามารถมองเห็นและดูแล เด็กได้ทั่วถึง
- ควรจัดวางเครื่องเล่นให้อยู่ห่างจากถนน ทางเดิน หรืออาคารที่มีการจราจรคับคั่ง สนามเด็กเล่นควรอยู่ในจุดที่เสี่ยงไม่ไปรบกวน ห้องสมุดหรือห้องพยาบาล และไม่อยู่ใกล้โรงส้วม อาคารเก็บอุปกรณ์ หรือห้องน้ำ
- ต้นไม้ที่ปลูกเพื่อให้ร่มเงา ต้องแข็งแรง ไม่เสี่ยงต่อการโค่นล้ม และ ควรหมั่นตรวจสอบสภาพต้นไม้ รอบสนามเด็กเล่นอยู่เสมอ

2. ความปลอดภัยของเครื่องเล่น

- เครื่องเล่นต้องมีสภาพดี แข็งแรง พร้อมใช้งาน ไม่มีรอยฉีกขาด หัก ผุ กร่อน หรือชำรุด และไม่มีส่วนแหลมคมหรือมุมแหลมที่เป็นอันตราย
- การติดตั้งเครื่องเล่นควรเป็นไปตามมาตรฐาน เช่น มีระดับความสูง เหมาะสม มีการรองพื้นด้วยทรายหรือวัสดุที่ช่วยลดแรงกระแทกเมื่อ ตกลงพื้น
- เสา กระดาน พื้น นอต และสกรู ต้องมั่นคง ไม่เอนเอียง หลวม หรือ เสื่อมสภาพจนเสี่ยงอุบัติเหตุ ไม่ควรมีตะปูหรือเกลียวโผล่

3. ความปลอดภัยของผู้เล่น

- เด็กควรมีทักษะและความรู้ในการเล่น ใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธี และปฏิบัติตามกฎกติกา รวมถึงคำแนะนำจากครูหรือผู้ปกครอง
- ครูหรือผู้ปกครอง ควรดูแลและสังเกตการณ์อย่างใกล้ชิด พร้อมกำหนด ข้อตกลงกับเด็กว่า จะไม่ทำให้ตนเองหรือผู้อื่นบาดเจ็บระหว่างเล่น

6 Things Caregivers Should Do

1 สิ่งที่ผู้ดูแลการเล่นควรทำ

ผู้ดูแลการเล่น หมายถึง พ่อแม่ ครู ครูพี่เลี้ยง พี่เลี้ยง ปู่ย่าตายาย ญาติ ผู้ปกครอง หรือเจ้าหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายให้ดูแลเด็กขณะเล่น

▶ กำหนดจำนวนเด็กให้เหมาะสม

- ก่อนเริ่มเล่น ควรจำกัดจำนวนเด็กในแต่ละกลุ่มให้อยู่ที่ 10-20 คน ต่อกลุ่ม เพื่อให้สามารถดูแลได้ทั่วถึง (ไม่ควรเกิน 30 คน)
- ฝ้าดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ภายในระยะ 5-10 เมตร หรือใช้เสียงเพื่อบอก ให้เด็กๆ รู้ว่ามีผู้ดูแลอยู่ใกล้ๆ

▶ สื่อสารกับเด็กอย่างสม่ำเสมอ

- คอยส่งเสียงบอกให้เด็ก ๆ รับรู้เป็นระยะ ๆ ว่าคุณอยู่ตรงไหน เพื่อให้เด็กอุ่นใจและรับรู้ถึงการดูแล
- สร้างความมั่นใจและระงับพฤติกรรมเสี่ยง เมื่อเห็นว่าเด็กลังเล ควรให้กำลังใจและกระตุ้นความมั่นใจ
- หากเห็นเด็กเล่นในลักษณะที่เสี่ยงต่ออันตราย ควรริบห้ามปรามทันที

▶ แนะนำการเล่นอย่างถูกต้อง

- ให้คำแนะนำเบื้องต้นสำหรับการเล่นเครื่องเล่น โดยไม่จำเป็นต้องอธิบายทุกขั้นตอน
- ปลอ่ยให้เด็กได้สังเกตและเรียนรู้จากการดูเพื่อน ๆ เล่นก่อน แล้วจึงลงมือเล่นเอง

▶ เปิดโอกาสให้เด็กเล่นอิสระ

- ไม่เข้าไปขัดจังหวะ หากเด็กกำลังเล่นคนเดียวอย่างเพลิดเพลิน ให้สังเกตการณ์จากระยะห่าง
- หากเด็กเล่นด้วยความตั้งใจหรือสนุกสนาน เช่น อัดเพลง ร้องเพลง หรือเต้น ให้ปลอ่ยให้เล่นอย่างอิสระ แต่คอยเฝ้ามองอยู่เสมอ

▶ เข้าช่วยเหลือเด็กทันที

ควรเข้าไปช่วยเหลือเด็กโดยทันทีในกรณีต่อไปนี้

- เด็กเรียกหรือขอความช่วยเหลือเองหรือเห็นชัดเจนว่า เด็กกำลังจะได้รับอันตรายในเวลาอันใกล้
- เด็กล้มหรือหล่นจากเครื่องเล่น ให้สังเกตว่าเด็กลุกขึ้นเองได้หรือไม่ ถ้าเด็กสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ให้เขาได้ลองทำก่อน แต่ถ้าไม่ไหว ให้ผู้ใหญ่รีบเข้าไปช่วย
- เด็กทะเลาะวิวาท ผลักกัน หรือแย่งของเล่นกันในกลุ่ม
- เกิดอุบัติเหตุระหว่างเล่น เช่น เครื่องเล่นหล่น ล้ม พัง หรือแตกหัก รวมถึงกรณีเด็กกำลังจะเข้าไปในบริเวณที่อันตราย
- พบสัตว์มีพิษในบริเวณสนามเด็กเล่น เช่น งู แมงป่อง แมงมุม หรือแมลงมีพิษอื่น ๆ

▶ เผื่อระวังและใส่ใจพิเศษ

ควรเผื่อระวังเด็กเป็นพิเศษ ในกรณีต่อไปนี้

- เด็กเล่นลำพัง ไม่เข้าสังคมหรือไม่เล่นกับเพื่อนเลย
- เด็กเล่นอย่างรุนแรง ก้าวร้าวกับคนอื่น
- เด็กไม่เคารพกติกาการเล่น เช่น การแข่งคิว
- เด็กเล่นเครื่องเล่นไม่เหมาะสมหรือผิดวิธี
- เด็กเล่นอยู่โดยไม่มีผู้ดูแลใกล้ชิด
- เด็กเล่นในช่วงเวลาที่ไม่ปลอดภัย เช่น พลบค่ำหรือเช้ามืด
- เด็กที่มีความต้องการพิเศษ เช่น ออทิสติก ดาวน์ซินโดรม หรือทุพพลภาพ



2 คำแนะนำในการเล่นกับเด็กเล็ก 0-3 ปี

เด็กในวัยนี้ต้องการการดูแลอย่างใกล้ชิดจากผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นการเล่นในบ้าน สนามเด็กเล่น หรือกิจกรรมอื่น ๆ เพราะผู้ใหญ่มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมพัฒนาการ ดูแลความปลอดภัย และสร้างประสบการณ์การเล่นที่สนุก เหมาะสม กับวัย เด็กเล็กควรได้รับการสนับสนุนให้ลองเล่นกิจกรรมหลากหลาย ภายใต้ การสังเกตและการดูแลของผู้ใหญ่ เพื่อกระตุ้นศักยภาพในด้านต่าง ๆ

▶ สังเกตและเข้าใจอาการ/พฤติกรรมของเด็ก

- ดึงดูดความสนใจและสนับสนุนให้เด็กแสดงศักยภาพระหว่างเล่น
- สังเกตปฏิกิริยาตอบสนองต่าง ๆ ของเด็ก เพื่อปรับการเล่นให้เหมาะสม
- รู้ว่าช่วงเวลาไหนที่เด็กต้องการคำแนะนำ หรือความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่
- เลียนแบบพฤติกรรมของเด็ก แล้วต่อยอดการเล่นให้สนุกยิ่งขึ้น

▶ สร้างบรรยากาศการเล่นที่ดี

- ผู้ใหญ่ควรแสดงความกระตือรือร้นในการเล่นกับเด็ก
- หัวเราะ ยิ้ม และสบตาเด็กบ่อย ๆ ในขณะที่เล่น
- ใช้คำพูดและท่าทางประกอบเพื่อบอกแนวทางหรือกระตุ้นการเล่น
- แสดงออกทางสีหน้าและร่างกายเพื่อสนับสนุนเด็ก

▶ กระตุ้นให้เล่นอย่างเหมาะสม

- อย่าทำให้เด็กรู้สึกตื่นเต้นหรือเบื่อเกินไป
- ให้ลองเล่นหรือเปลี่ยนกิจกรรมใหม่ เมื่อเด็กเริ่มเบื่อของเก่า
- กระตุ้นให้เด็กขยับร่างกายและลองทำสิ่งใหม่
- หากเด็กตื่นกลัว ให้ปลอดภัยด้วยการโอบกอด ลดเสียงและจังหวะการเล่นให้ช้าลงหรือเบาลง

▶ ส่งเสริมทักษะภาษาและสังคมผ่านการเล่น

- เล่นเกมหยอกล้อ เช่น จ๊ะเอ๋ ซ่อนแอบ หรือสลับบทบาทกับเด็ก เพื่อกระตุ้นให้เด็กได้ใช้ภาษาและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

Guidelines for Playing with
Young Children
(Aged 0-3)



ฐานการเรียนรู้ใน OKMD Playground

1. ฐานบ้านต้นไม้

ฐานบ้านต้นไม้ ถูกออกแบบให้เชื่อมต่อกันด้วยสะพานไม้ที่มีความยากง่ายต่างกัน เริ่มจากสะพานไม้ตรงที่ช่วยฝึกการทรงตัว และค่อย ๆ เพิ่มความท้าทายขึ้น เช่น บ้านปีนป่าย บ้านลอดอุโมงค์ บ้านห้อยโหน ช่วยพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหว เสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย ช่วยเสริมสร้างสมาธิ ฝึกความอดทน ความพยายาม ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เรียนรู้การควบคุมตนเอง เกิดความภาคภูมิใจ และค้นพบศักยภาพของตนเอง

ข้อควรระวัง

- การพลัดตก/หล่นจากเครื่องเล่น
- การเอาหัว เท้า มือ ลอดหรือค้ำในช่องว่าง ช่องเงื่อนไข
- แผ่นไม้แตกร้าว ตะปูแหลม หรืออุปกรณ์ไม่สมบูรณ์
- การเล่นที่รุนแรงหรือรีบเร่ง เช่น วิ่ง ดัน ดึง ผลัก โหน กระโดดจากที่สูง
- การเล่นผาดโผน เช่น ปีนเชือก ปีนขอบ โหนแกว่งแบบอันตราย

2. ฐานลานเล่นดินทราย

ฐานลานเล่นดินทราย เป็นพื้นที่เล่นอิสระที่ออกแบบให้เด็กสามารถสัมผัสและเรียนรู้จากธรรมชาติได้อย่างปลอดภัย ทรายที่ใช้เป็นทรายเนื้อละเอียด ไม่มีความคม หนาไม่น้อยกว่า 30 เซนติเมตร เพื่อให้เด็ก ขุด ตัก และเล่นได้เต็มที่ ช่วยกระตุ้นพัฒนาการด้านประสาทสัมผัส การหยิบจับ นอกจากนี้ การปั้นทรายยังช่วยให้กล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ทำให้เด็กสามารถใช้มือและนิ้วได้อย่างคล่องแคล่วแม่นยำ ส่งเสริมจินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์

ข้อควรระวัง:

- ทรายเข้าตา/ปากจากการเตะ โปรย หรือโยนทราย
- สัตว์มีพิษหรือแมลงในทราย ควรหมั่นทำความสะอาด
- กรวด หินคม หรือเศษวัสดุมีคม เศษไม้ในสนาม ควรตรวจสอบ
- การเล่นที่รีบร้อน เช่น วิ่ง ดัน ดึง ผลัก หรือป็นกระโดดจากที่สูง
- การเล่นรุนแรง หรือแกล้งกัน เช่น จุด ดึง ผลักล้ม แย่งของเล่น

3. ฐานลานนิทาน

ฐานลานนิทาน เป็นพื้นที่สำหรับการเล่านิทาน การร้องเพลง และการเล่นเกมสร้างสรรค์ ซึ่งช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านเรื่องราวและกิจกรรมที่สนุกสนาน โดยสามารถออกแบบเป็นลานโล่ง หรืออัฒจันทร์ขนาดเล็กที่อาจมีหรือไม่มีหลังคา เพื่อรองรับการทำกิจกรรม ที่จะช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษาอย่างเป็นธรรมชาติ ส่งเสริมให้เด็กกล้าแสดงออก และพัฒนาทักษะด้านการสื่อสาร กระตุ้นจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ ผ่านการฟังและมีส่วนร่วมในเรื่องราวต่าง ๆ ทำให้เด็กสามารถพัฒนาทักษะทางสังคม ควบคู่ไปกับการเรียนรู้ได้อย่างสมดุล

ข้อควรระวัง

- ควรหลีกเลี่ยงแดดแรง อากาศร้อน หรือฝุ่น
- ตรวจสอบพื้นสนามก่อนทำกิจกรรม อาจมีแมลงกัดต่อย
- ระวังหินคม เศษไม้แหลมในสนาม
- เด็กอาจขาดสมาธิ ควรวางแผนกิจกรรมและทำทางนั่งให้เหมาะสม
- การเล่นรุนแรง หรือแย่งของเล่น เช่น ลูก ดึง ผลัก แกล้งกัน

4. สนามเล่นน้ำ

สนามเล่นน้ำ เป็นพื้นที่ที่ออกแบบเพื่อให้เด็กได้สัมผัสและเรียนรู้ผ่านการเล่นน้ำ อย่างปลอดภัย โดยมีลักษณะเป็นสระน้ำขนาดเล็ก มีความลึก 50-60 เซนติเมตร เหมาะสำหรับการเดินย่ำน้ำ และกิจกรรมที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหว ช่วยให้เด็กได้พัฒนาทักษะการควบคุมร่างกาย และสร้างความผ่อนคลาย จากการสัมผัสน้ำ การเล่นน้ำช่วยให้เด็กคุ้นเคยกับน้ำมากขึ้น ลดความกลัว และเพิ่มความมั่นใจ เป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับเรียนรู้ทักษะการว่ายน้ำ ในอนาคต นอกจากนี้ ยังช่วยกระตุ้นการทำงานของประสาทสัมผัส ส่งเสริมการพัฒนาสมองให้พร้อมสำหรับการเรียนรู้

ข้อควรระวัง

- เด็ก 0-2 ปี ต้องมีผู้ปกครองดูแลใกล้ชิดติดตัว
- ระวังเด็กเอานิ้วแหย่รูระบายน้ำ
- ขอบสระหรือบริเวณพื้นอาจลื่น เด็กอาจล้ม/ตกขอบ
- เด็กเล็กไม่ควรเล่นหน้าจมน้ำ หรือนอนหงายในสระ

5. สนามกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้แบบ Active Learning

สนามกิจกรรมนี้ เปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าในการเรียนรู้ผ่าน กิจกรรมต่าง ๆ เช่น การปลูกผักสวนครัว การสำรวจธรรมชาติ เด็กได้สัมผัส และเข้าใจสิ่งแวดล้อมผ่านประสบการณ์ตรง ส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ ที่เชื่อมโยงไปสู่ทักษะด้านคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ โดยเด็กจะได้ฝึก การสังเกต ทดลอง และเรียนรู้ผ่านการลงมือทำ นอกจากนี้ กิจกรรมที่จัดขึ้น ช่วยฝึกความอดทน การรอคอย การทำงานร่วมกัน ปลูกฝังความรับผิดชอบ และจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อม ผ่านการดูแลพืชผักหรือสิ่งมีชีวิต ในธรรมชาติ ช่วยให้เด็กเกิดความภาคภูมิใจในผลงานของตนเอง ส่งเสริม การเรียนรู้ที่มีความหมายและยั่งยืน

ข้อควรระวัง

- ขณะวิ่งเล่นหลายคน อาจเกิดอุบัติเหตุชนล้ม หรือบาดเจ็บได้ ควรดูแลใกล้ชิด



OKMD Playground

ส่งเสริมพัฒนาการสมอง เด็กวัย 6-9 ปี

แม้ว่าสนามเด็กเล่นส่วนใหญ่มักออกแบบมาเพื่อเด็กเล็กวัย 2-5 ปี แต่เด็กโตอายุ 6-9 ปี ก็ยังสามารถใช้งานได้เช่นกัน อย่างไรก็ตาม เด็กในวัยนี้มีความต้องการและความสนใจที่เปลี่ยนไป โดยมักให้ความสำคัญกับการเล่นร่วมกับเพื่อน มากกว่าการเล่นคนเดียว การมีปฏิสัมพันธ์ การทำกิจกรรมเป็นกลุ่ม และความสนุกจากการร่วมมือกันจึงมีบทบาทมากขึ้น เครื่องเล่นบางประเภท เช่น บ้านต้นไม้ หรือบ่อทราย อาจไม่ดึงดูดใจเด็กวัยนี้เท่าที่ควร เพราะพวกเขาต้องการกิจกรรมที่ใช้พลังงานมากขึ้น เช่น เกมกีฬา การวิ่งเล่น หรือกิจกรรมกลางแจ้งอื่น ๆ ที่ท้าทายร่างกาย และกระตุ้นให้เคลื่อนไหวอย่างอิสระ

ดังนั้นครู ผู้ดูแล หรือผู้ปกครอง ควรสนับสนุนให้มีการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การแข่งขันกีฬา เต้นรำ กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้เด็กได้แสดงออกอย่างเต็มที่ และเหมาะสมกับวัย การใช้สนามเด็กเล่นของเด็กในวัย 6-9 ปี อาจมีข้อคำนึงถึงลักษณะพัฒนาการที่สำคัญและสอดคล้องตามช่วงวัย ดังนี้

เด็กวัย 6 ปี

1. **พัฒนาการด้านร่างกาย:** เด็กวัย 6 ปี อยู่ในช่วงที่ร่างกายเจริญเติบโตอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะความสูง เด็กในวัยนี้เริ่มสนใจการเล่นกีฬาและกิจกรรมที่ใช้ร่างกายมากขึ้น อย่างไรก็ตาม เด็กบางคนอาจรู้สึกไม่มั่นใจเนื่องจากเท้าที่ใหญ่ขึ้น ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อการเล่น เดิน หรือวิ่งในช่วงแรก การเล่นอย่างอิสระและการมีกิจกรรมทางกาย จะช่วยให้พวกเขาได้ฝึกการทรงตัว และพัฒนาความมั่นใจในการเคลื่อนไหวมากยิ่งขึ้น ช่วงวัยนี้เด็กจะเล่นกับเพื่อนที่โรงเรียนมากขึ้น และมองหาความสบายกายและใจจากพ่อแม่เมื่ออยู่บ้าน เด็กเริ่มแสดงออกถึงทักษะด้านกีฬาอย่างเด่นชัด และเข้าสู่การพัฒนา "Locomotor Skills" หรือทักษะการเคลื่อนไหวที่ซับซ้อนยิ่งขึ้น เช่น การประสานงานระหว่างแขนและขา ครูและผู้ดูแลจึงควรส่งเสริมกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาและท้าทายทักษะการเคลื่อนไหวเหล่านี้
2. **พัฒนาการด้านอารมณ์:** เด็กวัย 6 ปี เริ่มเข้าใจและรับรู้ความรู้สึกของตนเองมากขึ้น สามารถควบคุมอารมณ์และกำกับตนเองได้ดีขึ้น รู้สึกภูมิใจเมื่อตนเองได้แสดงความสามารถพิเศษ กีฬาหรือเกมที่ใช้ลูกบอล เช่น แฮนด์บอล วอลเลย์บอล หรือฟุตบอล จะช่วยให้เด็กได้ฝึกทักษะการประสานตากับมือและเท้า รวมถึงเป็นช่วงที่เด็กเริ่มสนใจกติกาและข้อตกลงต่าง ๆ และสามารถปรับตัวให้เข้ากับกฎระเบียบเล็ก ๆ น้อย ๆ ได้ด้วยตนเอง
3. **พัฒนาการด้านสังคม:** เด็กวัย 6 ปี จะเริ่มเรียนรู้การจัดลำดับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลรอบตัว ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ เพื่อน ครู ญาติ หรือบุคคลใกล้ชิด การเล่นร่วมกับกลุ่มหรือกิจกรรมที่เน้นทีมเวิร์กมีความสำคัญมากในวัยนี้ เพราะช่วยเสริมสร้างทักษะทางสังคม เด็กจะเริ่มอยากได้รับการยอมรับและคำชื่นชมจากเพื่อนในวัยเดียวกัน และค่อย ๆ เริ่มแสดงความเป็นอิสระ ห่างออกจากครอบครัวทีละน้อย

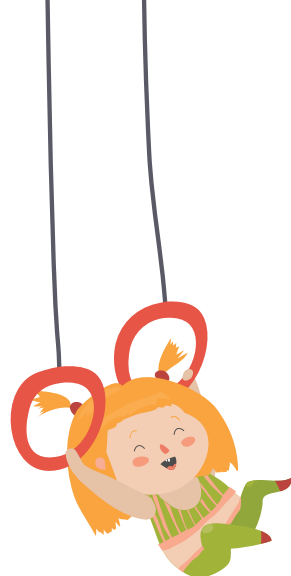
กิจกรรมที่พ่อแม่และครูควรส่งเสริมให้เด็กวัย 6 ปี เล่น คือกิจกรรมที่ใช้เท้า เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อและการทรงตัว เช่น การเดินขาเดียวหรือยืนขาเดียว (กระต่ายขาเดียว) การวิ่งโดยกระโดดบาลอยสองขาพร้อมกัน การกระโดดขึ้น-ลง (สควอตจัมป์) กระโดดขาเดียว กระโดดเขย่งสองขา การเขย่งขาเดียวจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุด การเดินไกลด้านข้าง การกระโจนไปข้างหน้าและถอยหลังด้วยขาเดียว และการกระโดดข้ามสิ่งกีดขวางโดยสลับเท้า กิจกรรมเหล่านี้ช่วยให้เด็กแข็งแรง คล่องตัว และสนุกกับการเคลื่อนไหว

เด็กวัย 7 ปี

เด็กวัย 7 ปี เปี่ยมไปด้วยความอยากรู้อยากเห็น ช่างสงสัย และกระตือรือร้นที่จะตั้งคำถามกับทุกสิ่งรอบตัว พวกเขามีความสนใจในโลกกว้าง ตื่นเต้นกับสิ่งใหม่ ๆ เสมือนเป็นนักวิทยาศาสตร์ นักวิเคราะห์ และนักผจญภัยตัวน้อยในคนเดียวกัน เริ่มที่จะเรียนรู้การรับมือกับสถานการณ์ที่ไม่คาดฝันหรือการเปลี่ยนแปลงกะทันหันได้ดีขึ้น อย่างไรก็ตาม ในบางครั้งก็อาจเผชิญกับความรู้สึกไม่มั่นคง หรือสูญเสียความมั่นใจโดยเฉพาะเมื่อรู้สึกพ่ายแพ้

- 1. พัฒนาการด้านร่างกาย:** เด็กวัยนี้มักจะสามารถขี่จักรยานสองล้อได้อย่างคล่องแคล่ว แสดงความสามารถบนเวที เช่น เต้นรำ ระบาย ทุ่มตุ้มบอลเลตต์ หรือยิมนาสติก รวมถึงช่วยทำงานบ้านง่าย ๆ เช่น การจัดเตียงหรือถูบ้านได้
- 2. พัฒนาการด้านอารมณ์:** พวกเขาเรียนรู้ที่จะปรับและจัดการอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น สามารถแสดงออกทางอารมณ์อย่างมีเหตุผลมากขึ้น รู้จักควบคุมอารมณ์ในที่สาธารณะ สามารถปลอบโยนตนเองให้สงบลง หรือใช้วิธีผ่อนคลายง่าย ๆ เช่น การหายใจเข้าออกลึก ๆ เมื่อเผชิญความเครียด
- 3. พัฒนาการด้านสังคม:** เด็กวัย 7 ปี ยังคงสนุกกับการเล่นกับเพื่อน แต่ก็เริ่มชื่นชอบการอ่านหนังสือ และต้องการเวลาส่วนตัวในการเล่นคนเดียวบ้าง พวกเขาคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมของโรงเรียนมากขึ้น กล้าแสดงออกและภูมิใจในการแบ่งปันความรู้ หรือความสามารถพิเศษหน้าชั้นเรียน นอกจากนี้ยังเริ่มสร้างมิตรภาพกับผู้ใหญ่ เช่น ญาติผู้ใหญ่หรือผู้ปกครองของเพื่อน และมีความสามารถในการเอาใจเขามาใส่ใจเราหรือเข้าใจมุมมองของผู้อื่นได้ดีขึ้น

กิจกรรมที่พ่อแม่และครูควรส่งเสริมให้เล่น สำหรับเด็กวัย 7 ปี เช่น กิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง การเล่นละคร เกม ปริศนา คำทาย ปัญหาเชาว์ ไขคำอ่านนิทาน หนังสือเรื่องยาวแล้วนำมาสรุปเรื่องย่อ เล่าให้เพื่อนฟัง (ทายชื่อตัวละคร เล่าเหตุการณ์สำคัญ) และการเล่นแบบอิสระ



เด็กวัย 8 ปี

เด็กวัย 8 ปี ก้าวเข้าสู่ช่วงวัยแห่งการเป็นนักคิด นักค้นคว้าด้วยตัวเอง พวกเขามีความกระตือรือร้นในการตั้งคำถาม และเสาะหาข้อมูลเพื่อไขข้อสงสัยด้วยตนเอง ขณะเดียวกันก็เริ่มสร้างความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นยิ่งขึ้นกับเพื่อนสนิท พัฒนาการด้านร่างกายและกล้ามเนื้อโดดเด่น ทำให้สามารถควบคุมร่างกายตนเองได้ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

1. **พัฒนาการด้านร่างกาย:** ร่างกายเติบโตแข็งแรงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด มีการควบคุมกล้ามเนื้อที่ดีเยี่ยม ทำให้ทักษะทางกีฬาต่าง ๆ มีความแม่นยำและคล่องแคล่วมากขึ้น พวกเขาสามารถเล่นกีฬาเป็นทีมหรือทำกิจกรรมกลุ่ม เช่น การเต้นเป็นกลุ่มอย่างสนุกสนาน และเริ่มมีความสามารถในการควบคุมเครื่องดนตรี หรืออุปกรณ์กีฬาได้ดีขึ้น จึงเป็นช่วงเวลาสำคัญ ที่เด็กอาจเริ่มค้นพบความชอบด้านกีฬา อย่างไรก็ตาม การส่งเสริมให้มีกิจกรรมทางกายอย่างสม่ำเสมอเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อพัฒนาการที่สมบูรณ์
2. **พัฒนาการด้านอารมณ์:** เด็กในวัยนี้เริ่มต้องการความเป็นส่วนตัวมากขึ้น อาจแสดงความต้องการใกล้ชิดทางร่างกายกับพ่อแม่ เช่น การกอดหรือสัมผัส เฉพาะในยามที่ต้องการปลอบโยนหรือบรรเทาความเครียด โดยปกติแล้ว จะเริ่มแสดงความเป็นอิสระ และถอยห่างจากพ่อแม่บ้าง พวกเขาสามารถรับมือกับความเครียด ความกังวล และความผิดหวังได้อย่างสมดุลมากขึ้น และเริ่มใส่ใจเรื่องความสะอาด และสุขอนามัยของตนเองและคนรอบข้างมากขึ้น
3. **พัฒนาการด้านสังคม:** โรงเรียนกลายเป็นพื้นที่สำคัญสำหรับเด็กวัยนี้ พวกเขามีความสุขกับการไปโรงเรียน และมีกลุ่มเพื่อนสนิทที่เหนียวแน่นมากขึ้น ชอบพูดคุยกะแลกเปลี่ยนกับเพื่อน เริ่มแสดงความคิดเห็นและให้เกียรติเพื่อน มีความเข้าใจในเรื่องถูกผิดและศีลธรรมมากขึ้น สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา แสดงออกถึงความมีน้ำใจและความปรารถนาดีที่จะช่วยเหลือผู้อื่น นอกจากนี้ ยังเริ่มมีความสามารถในการถกเถียงเรื่องกฎกติกาต่าง ๆ และเข้าใจแนวคิดเรื่องความยุติธรรมและน้ำใจนักกีฬาได้ดีขึ้น

เด็กในวัย 8 ปี มักแสดงความสนใจในโลกของผู้ใหญ่และอาชีพต่าง ๆ ผ่านการเล่นบทบาทสมมติ พวกเขาอาจแสดงออกผ่านภาพจำลองอาชีพที่คุ้นเคย เช่น หมอ พยาบาล ครู นักสำรวจ ซึ่งเป็นโอกาสที่ดีให้ผู้ใหญ่ชวนคิดต่อยอดถึงอาชีพที่หลากหลาย ดังนั้น กิจกรรมที่พ่อแม่และครูควรส่งเสริมจึงควรมุ่งเน้นการสร้าง ความเข้าใจในบทบาทหน้าที่ต่าง ๆ ในสังคม และพัฒนาทักษะที่จำเป็น อาทิ การเล่นเกมบทบาทสมมติ การเรียนรู้เรื่องการจัดการเงินเบื้องต้น กิจกรรมสร้างสรรค์ การแสดงออก และการฝึกฝนทักษะการคิด

เด็กวัย 9 ปี

เด็กวัย 9 ปี เป็นช่วงท้ายก่อนก้าวเข้าสู่วัยรุ่นเต็มตัว พวกเขาเริ่มเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเองชัดเจนขึ้น มีความเป็นตัวของตัวเองและต้องการอิสระมากขึ้น พร้อมกับการเปลี่ยนแปลงทางฮอร์โมนที่ส่งผลต่อร่างกายและอารมณ์ ในเด็กหญิงอาจเริ่มช่วงวัย 8-12 ปี และเด็กชาย 9-14 ปี เด็กวัยนี้จึงอาจเริ่มมีความกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา อวัยวะเพศ รวมถึงความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ

1. **พัฒนาการด้านร่างกาย:** เด็กวัยนี้ควบคุมกล้ามเนื้อและร่างกายได้แม่นยำขึ้น อย่างเห็นได้ชัด ร่างกายเติบโตอย่างรวดเร็ว ทั้งน้ำหนักและส่วนสูงที่เพิ่มขึ้น ทำให้พวกเขามองเห็นภาพตัวเองใกล้เคียงกับวัยรุ่นมากขึ้น พวกเขาสนุกสนานกับการทดสอบความแข็งแรง และท้าทายขีดจำกัดทางร่างกายของตนเอง ผ่านกีฬาหรือกรีฑา เช่น การวิ่งระยะไกล กระโดดสูง โหนบาร์ ดึงข้อ
2. **พัฒนาการด้านอารมณ์:** เด็กเริ่มรับมือกับความขัดแย้งทางอารมณ์ได้ดีขึ้น พึ่งพาตนเองมากขึ้น และลดการพึ่งพาพ่อแม่ พวกเขาสร้างบทบาทในกลุ่มเพื่อนชัดเจน ซึ่งอาจนำมาซึ่งความเครียดจากความต้องการการยอมรับ เด็กแสดงความเป็นตัวของตัวเอง กล้ายืนหยัดในสิ่งที่เลือก แต่ก็พร้อมรับฟังเหตุผล แม้อาจหงุดหงิดหรือก้าวร้าวเมื่อไม่ได้ตั้งใจ แต่ลึก ๆ ยังอยากเป็นเด็กดีและรู้สึกผิดเมื่อทำผิด พวกเขาต้องการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเอง และสามารถรับผิดชอบงานบ้านได้หลากหลาย การเล่นอย่างอิสระช่วยลดความกังวล แม้จะแสดงอาการอายหรืออวยห่างเมื่อรู้สึกไม่มั่นคง แต่พ่อแม่ยังคงมีอิทธิพลและเป็นแหล่งความรักความเข้าใจที่สำคัญ
3. **พัฒนาการด้านสังคม:** เด็กวัย 9 ปี สามารถสื่อสารบอกความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็นทีมเพื่อบรรลุเป้าหมายของกลุ่มได้ดีขึ้น ทั้งยังจดจำและเข้าใจความคิดเห็นและความรู้สึกของเพื่อนที่มีต่อตนเองได้

กิจกรรมสำหรับเด็กวัย 9 ปี ควรส่งเสริมพัฒนาการรอบด้านและช่วยปรับสมดุลฮอร์โมนที่เริ่มเปลี่ยนแปลง ได้แก่ (1) กีฬาและกิจกรรมกลางแจ้ง เช่น กรีฑา หรือการเล่นกลางแจ้งที่ใช้พลังงาน ช่วยสร้างสมดุลทางร่างกายและอารมณ์ (2) กิจกรรมตามความสนใจ เช่น การอ่าน ฟังกีฬา หรือทักษะเฉพาะทาง ช่วยให้เด็กจดจ่อได้นานขึ้น แม้ความสนใจอาจเปลี่ยนเร็ว (3) เกมและงานอดิเรกกับเพื่อน โดยเฉพาะเพื่อนเพศเดียวกัน เช่น กีฬา บอร์ดเกม หรืองานฝีมือ ช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ทางสังคม (4) กิจกรรมกลุ่มและโครงการ เช่น ละครสัน ทำบอร์ดความรู้ หรือโครงการวิทยาศาสตร์ เพื่อฝึกการทำงานเป็นทีมและการสื่อสารอย่างสร้างสรรค์

Play Worker: ผู้อำนวยการเล่น

ในการเล่นเด็กคือศูนย์กลาง ผู้เล่นหลักที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความสนุกสนาน ความคิดสร้างสรรค์ และความสุขใจ บทบาทของผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ ครู พี่เลี้ยง หรือผู้ดูแลเด็ก คือการเป็นผู้สนับสนุนและผู้อำนวยการความสะดวก (facilitator) ที่คอยส่งเสริม สร้างสรรค์สภาพแวดล้อมการเล่นให้ปลอดภัย และกระตุ้นพัฒนาการตามวัยอย่างเหมาะสม ประกอบด้วย 2 บทบาทหลัก คือ (1) ผู้กำกับหรือผู้นำกิจกรรม (activity leader) สำหรับกิจกรรมที่มีโครงสร้างชัดเจน เช่น การเล่านิทาน การร้องเพลงเต้นรำ หรือการแสดงหุ่นมือ ผู้ใหญ่อาจมีบทบาทชี้นำเพื่อให้กิจกรรมดำเนินไปอย่างมีเป้าหมายและสนุกสนาน และ (2) ผู้ดูแลความปลอดภัย (safety monitor) บทบาทสำคัญคือการเฝ้าระวัง สอดส่องดูแล ชี้นำการเล่นที่ปลอดภัย และพร้อมเข้าไประงับเหตุการณ์ บรรเทา ปกป้อง หรือช่วยเหลือทันทีเมื่อเห็นอันตรายหรือเกิดอุบัติเหตุ

บทบาทของผู้ใหญ่เหล่านี้สามารถพัฒนาไปสู่การเป็น "ผู้อำนวยการเล่น (play worker)" ซึ่งหมายถึงบุคคลหลากหลายกลุ่ม เช่น พ่อแม่ ครู ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ศูนย์เด็ก บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข นักกิจกรรมบำบัด นักวิชาการ หรือนักพัฒนาการเด็ก ผู้ซึ่งมีความรู้ ประสบการณ์ ความเข้าใจ ทักษะ และศักยภาพ ในการส่งเสริมและกระตุ้นการเล่นอย่างมีประสิทธิภาพ ร่วมกิจกรรมการเล่นกับเด็กอย่างเข้าใจ และศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเล่น เพื่อพัฒนาองค์ความรู้และการปฏิบัติ โดยมีบทบาท 3 ด้าน ดังนี้



1. นักออกแบบและสร้างสรรค์ (Designer and Innovator)

- ออกแบบกิจกรรมและสื่อการเล่น โดยสร้างสรรค์กิจกรรม เครื่องเล่น และของเล่นที่กระตุ้นการเรียนรู้และพัฒนาการรอบด้าน
- พัฒนาเครื่องมือ แนวทางการเล่น เครื่องเล่น ของเล่น และกิจกรรมที่ใช้การเล่นเป็นฐาน เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง
- ประยุกต์ใช้การเล่นเพื่อการบำบัด เช่น การออกแบบการเล่นเพื่อเยียวยาและบำบัดเด็กที่มีปัญหาพัฒนาการล่าช้า บกพร่อง หรือ ถดถอย และใช้การเล่นเพื่อบำบัดภาวะความเจ็บปวดทางจิตใจ ปัญหาซึมเศร้าในเด็กที่ได้รับผลกระทบจากความรุนแรง

2. นักกระบวนการ (Process facilitator)

- ผู้นำและอำนวยความสะดวก เป็นวิทยากรกระบวนการที่สามารถนำประคับประคอง และสร้างบรรยากาศการเล่นที่สนุกสนาน ปลอดภัย และเอื้อต่อการเรียนรู้ พร้อมทั้งกำกับดูแลให้การเล่นเป็นไปอย่างเหมาะสม ภายใต้สภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย
- ผู้ให้ความรู้และฝึกอบรม พ่อแม่ ครู และผู้ดูแลเด็ก เกี่ยวกับความสำคัญของการเล่น วิธีการส่งเสริมพัฒนาการ และการใช้การเล่นเพื่อกระตุ้นหรือแก้ไขปัญหบางประการในเด็ก
- ผู้สร้างเสริมสัมพันธภาพ โดยใช้การเล่นเป็นเครื่องมือในการจัดกิจกรรมที่ช่วยสร้างสัมพันธภาพอันดีในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
- ผู้ดูแลความปลอดภัยและปฐมพยาบาล คอยให้ความช่วยเหลือและปฐมพยาบาลเบื้องต้นเมื่อเกิดอุบัติเหตุจากการเล่น มีทักษะในการประเมินความปลอดภัยของเครื่องเล่น และสภาพแวดล้อมสามารถชี้แนะและกำจัดความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นได้

3. นักวิจัยและนักวิชาการ (Researcher and Scholar)

- ประเมินและวัดผล โดยประยุกต์ใช้การเล่นและกิจกรรมการเล่นเป็นเครื่องมือในการวัดและประเมินพัฒนาการเด็กอย่างมีประสิทธิภาพ
- ริเริ่มการค้นคว้า เป็นนักวิจัยหรือมีส่วนร่วมในโครงการวิจัย โดยใช้การเล่น กิจกรรมการเล่น และเครื่องเล่นในการออกแบบงานวิจัยเพื่อศึกษาค้นคว้าประเด็นใหม่ ๆ
- ให้ความร่วมมือเชิงวิชาการ ร่วมมือกับนักออกแบบในการพัฒนาและออกแบบการเล่น เครื่องเล่น และกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการของเด็กทุกกลุ่ม อย่างเท่าเทียม
- ให้คำปรึกษาและถ่ายทอดความรู้แก่พ่อแม่ ครู และผู้ปกครองที่สนใจเรียนรู้เรื่องการเล่นที่นำไปสู่การเรียนรู้และพัฒนาการ
- เรียนรู้และประยุกต์องค์ความรู้ใหม่ ๆ รวมไปถึงสนใจศึกษาแนวคิดด้านการพัฒนาเด็กอื่น ๆ เช่น จิตปัญญาศึกษา การเรียนรู้คู่ขนาน การเล่นในธรรมชาติ การเล่นเชิงสมมติ เพื่อนำมาปรับประยุกต์ใช้ในการพัฒนาหรือออกแบบการเล่นได้อย่างเหมาะสมและสร้างสรรค์

การเล่นเป็นเครื่องมือสำคัญที่เด็กใช้ในการสำรวจโลก ตนเอง และเรียนรู้เกี่ยวกับธรรมชาติ การเล่นเป็นกระบวนการที่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง ไม่มีที่สิ้นสุด ทุกกิจกรรมในชีวิตประจำวันของเด็ก สามารถเปลี่ยนเป็นการเล่นได้ทั้งสิ้น อาจกล่าวได้ว่า การเล่นเป็นภาษาสากลของเด็ก เพราะเป็นวิธีสื่อสารและเข้าใจสิ่งต่าง ๆ รอบตัว โดยเฉพาะในช่วงที่พัฒนาการทางภาษายังไม่สมบูรณ์ การให้เด็กได้เล่นอย่างอิสระจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง ไม่เพียงแต่ช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ แต่การเล่นยังเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้า (EF) ที่เกี่ยวข้องกับการคิด อารมณ์ การกระทำ และการจัดการชีวิต ช่วยให้เด็กสามารถตั้งเป้าหมาย วางแผน มีสมาธิ และนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การเล่นเพื่อพัฒนาสมองนี้ จะนำไปสู่การเสริมสร้างความฉลาดจากการเล่น (Play Quotient: PQ) ซึ่งเป็นทักษะพื้นฐานที่ช่วยให้เด็กพัฒนาตนเอง ทั้งในระบบการศึกษาและในการใช้ชีวิตจริงได้อย่างดีเยี่ยมเมื่อเติบโตขึ้น สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ ทักษะคิดของผู้ใหญ่ต่อการเล่น พ่อแม่ควรมองว่า การเล่นไม่ใช่เรื่องไร้สาระแต่เป็นกิจกรรมที่เปี่ยมด้วยสาระและความหมายอย่างยิ่ง แม้แต่กิจวัตรประจำวันของเด็กเล็ก ก็เป็นการเล่นในมุมมองของพวกเขาก็ได้ เมื่อเข้าสู่โรงเรียน การเข้าแถว การทำกิจกรรมศิลปะ หรือการวิ่งเล่นในสนาม ก็ล้วนเป็นการเล่นในรูปแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเล่นแบบมีโครงสร้างหรือไม่มีโครงสร้าง มีกฎเกณฑ์หรืออิสระ ทั้งหมดนี้คือส่วนหนึ่งของประสบการณ์การเรียนรู้ของเด็ก

OKMD Playground ได้รับการออกแบบมาเพื่อเป็นเครื่องมือและสื่อกลางในการสร้างโลกแห่งการเล่นที่ส่งเสริมพัฒนาการสมองอย่างสมดุล ผ่านเครื่องเล่น บรรยากาศ และสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวย อย่างไรก็ตาม **ความสมบูรณ์ของประสบการณ์การเล่น จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อ มีผู้ร่วมเล่นที่สำคัญอย่างครู พ่อแม่ และผู้ดูแล** เพราะของเล่นที่ดีที่สุดของเด็กก็คือพ่อแม่ การเล่นกับลูกไม่เพียงแต่สร้างความสุข แต่ยังช่วยสร้างเด็กให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ ดังนั้น เราทุกคนจึงควรช่วยกันส่งเสริมให้เด็กได้เล่นอย่างพอเพียง ปลอดภัย และเต็มไปด้วยความคิดสร้างสรรค์

**"การเล่นเป็นเครื่องมือสำคัญที่เด็ก
ใช้ในการสำรวจโลก ตนเอง และเรียนรู้ธรรมชาติ
การเล่นเป็นกระบวนการที่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง
ไม่มีที่สิ้นสุด ทุกกิจกรรมในชีวิตประจำวันของเด็ก
สามารถเปลี่ยนเป็นการเล่นได้ทั้งสิ้น"**

บทที่ 4

การบูรณาการความรู้สมอง กับการเล่น

สนามเด็กเล่นถูกออกแบบมาเพื่อให้เด็กได้เล่นอย่างอิสระ เสรี และปลอดภัย อย่างไรก็ตาม ในบริบทของโรงเรียน สนามเด็กเล่นมักถูกแยกออกจากห้องเรียนอย่างชัดเจน ภายใต้แนวคิด "เวลาเรียนก็คือเรียน เวลาเล่นก็คือเล่น" ซึ่งสะท้อนถึงวิธีคิดของระบบการศึกษา ที่กำหนดโครงสร้างรายวิชาเป็นคาบเรียนและคาบพักแบบแยกส่วน มีเพียงบางรายวิชา เช่น พลศึกษา หรือดนตรี ที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวและสนุกสนาน แต่สนามเด็กเล่นก็ยังไม่ได้ถูกเชื่อมโยงกับบทเรียน หรือใช้เป็นเครื่องมือทางการเรียนรู้อย่างแท้จริง

แน่นอนว่า ลักษณะการแยกบทบาทของสนามเด็กเล่นเช่นนี้ มีข้อดีคือช่วยให้เด็กรู้สึกเป็นอิสระจากกฎเกณฑ์ในห้องเรียน ได้ปลดปล่อยความเครียด โดยไม่มีข้อจำกัดจากครู แต่ในขณะเดียวกันก็ถือเป็นข้อเสีย เพราะโรงเรียนยังไม่ได้ใช้พื้นที่เล่นนี้ เป็นเครื่องมือในการจุดประกายความอยากรู้ อยากเรียนรู้ของเด็ก ส่งผลให้การเรียนการสอนในห้องเรียนยังต้องพึ่งพาวิธีการและเทคนิคต่าง ๆ ที่ครูเป็นผู้สร้างขึ้น ขณะที่การเล่นกลายเป็นเพียงการพักผ่อนจากความเครียด



ระบบการศึกษาในลักษณะนี้ฝึกให้เด็กต้องรู้จักเวลา ว่าอะไรควรทำเมื่อไร ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อครูในด้านการจัดตารางสอนอย่างมีประสิทธิภาพ แต่กลับขัดแย้งกับธรรมชาติของสมองเด็ก เพราะในขณะที่ผู้ใหญ่มีการแบ่งหมวดหมู่ความรู้ชัดเจนตามวิชา เด็กกลับเรียนรู้แบบไร้ขอบเขต สมองของพวกเขาไม่ได้แยกว่าตอนไหนคือการเรียน หรือตอนไหนคือการเล่น แต่เชื่อมโยงประสบการณ์ทั้งหมดเป็นโครงข่ายแห่งความรู้ แผนที่ประสาท ความจำ และการดึงข้อมูลมาใช้อย่างเป็นธรรมชาติ

ปัญหาใหญ่ในปัจจุบันคือ เด็กเล่นน้อยลง หรือเล่นไม่เพียงพอ ซึ่งเป็นผลจากการเรียนที่เข้มข้นในโรงเรียน และการใช้เวลาอยู่กับสื่ออิเล็กทรอนิกส์ เช่น โทรศัพท์มือถือหรือเกมคอมพิวเตอร์ จนเกิดคำว่า "บกพร่องทางการเล่น" ขึ้นในทางพัฒนาการ เด็กบางคนขาดโอกาสในการเล่นแบบอิสระที่แท้จริง

แม้จะมีแนวคิดใหม่ ๆ เช่น "การลดเวลาเรียน" เพื่อให้เด็กได้มีกิจกรรมนอกห้องเรียนมากขึ้น แต่ในทางปฏิบัติกลับพบว่า เวลาที่เพิ่มขึ้นนั้นมักยังคงถูกใช้ไปกับกิจกรรมที่มีโครงสร้าง มีเป้าหมาย หรือยังคงแฝงอยู่ในกรอบของการเรียนรู้ เช่น โครงงาน กิจกรรมจิตอาสา หรือเทศกาลของโรงเรียน ซึ่งยังไม่ใช้การเล่นอย่างเสรีที่เด็กต้องการ

แนวคิดใหม่ที่น่าสนใจคือ การทำให้เส้นแบ่งระหว่างการเล่นและการเรียนจางลงหรือแม้กระทั่งหายไป โดยเฉพาะการใช้สนามเด็กเล่นให้มีบทบาทมากขึ้นในกระบวนการเรียนรู้ เช่น การออกแบบกิจกรรมในสนามให้เชื่อมโยงกับเนื้อหาวิชา การบูรณาการการเรียนรู้ผ่านการเล่น หรือเปลี่ยนมุมมองของครูที่มองสนามเด็กเล่นเป็นเพียงที่พักผ่อน ให้กลายเป็นพื้นที่แห่งการเรียนรู้รูปแบบหนึ่ง

สนามเด็กเล่นไม่ควรถูกมองเป็นพื้นที่แยกขาดจากบทเรียน แต่ควรถูกมองว่าเป็น "ห้องเรียนไร้ผนัง" ที่เปิดโอกาสให้เด็กเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ด้วยวิธีที่เป็นธรรมชาติที่สุดของพวกเขา นั่นคือ "การเล่น"

6 แนวทางการบูรณาการการเล่นผ่านสนามเด็กเล่น ไปสู่ 8 กลุ่มสาระวิชา

1 รักษาความอยากเล่น ให้เหมือนความอยากรู้

จุดเริ่มต้นสำคัญของการนำสนามเด็กเล่น มาเชื่อมโยงกับการเรียนรู้ คือ การปรับวิธีคิดใหม่ให้มองว่า การเล่นและการเรียนไม่จำเป็นต้องแยกจากกัน แต่สามารถหลอมรวมเป็นประสบการณ์เดียวกัน ที่ขับเคลื่อนด้วยความสนุก ความสงสัย การเสาะหา และความสุขในการเรียนรู้

- **ส่งเสริมให้เด็ก "คงไว้ซึ่งความอยากเล่นและความอยากรู้"** ทั้งสองสิ่งนี้เป็นแรงผลักดันตามธรรมชาติของเด็ก หากได้รับการดูแลและส่งเสริมอย่างเหมาะสม เด็กจะมีแรงจูงใจภายในที่นำไปสู่การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง แทนที่ครูจะดึงความสนใจด้วยสื่อ หรือเทคนิคการสอนเพียงอย่างเดียว ควรให้ความสำคัญกับการรักษาลังความอยากรู้อยากเห็น ซึ่งเด็กจะรู้สึกเป็นเจ้าของการเรียนรู้เอง โดยไม่รู้สีกว่ากำลังถูกสอน
- **ใช้สนามเด็กเล่นเป็นสื่อการเรียนรู้** เครื่องเล่น เช่น เครื่องปีนป่าย ชิงช้า ลานกิจกรรม ฯลฯ สามารถนำมาประยุกต์เป็นสื่อการเรียนรู้ภายใต้แนวคิดเรียนรู้ผ่านการเล่น (learn through play) ซึ่งช่วยกระตุ้นความสนใจ ความสนุก และสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ตามธรรมชาติของเด็ก
- **ออกแบบการเรียนรู้ให้มีลักษณะเหมือนเกมหรือการเล่น** ในบางคาบเรียน อาจจัดการเรียนการสอนให้มีลักษณะคล้ายกิจกรรมในสนามเด็กเล่น เช่น การตั้งกฎกติกา ความท้าทาย หรือการให้เด็กได้สำรวจและค้นหาคำตอบด้วยตนเอง คล้ายการเล่นเกมหรือฐานกิจกรรม เพื่อเพิ่มการมีส่วนร่วมและแรงจูงใจ
- **เปิดพื้นที่ให้เด็กสะท้อนประสบการณ์การเล่น** ให้เด็กมีโอกาสดูคุยหรืออภิปรายเกี่ยวกับประสบการณ์การเล่น ไม่ว่าจะเป็นที่บ้าน กับพ่อแม่ หรือในสนามเด็กเล่น โดยเชื่อมโยงกับเนื้อหาวิชาต่าง ๆ เช่น ให้เด็กเล่าว่าระหว่างเล่นรู้สึกอย่างไร เกิดอะไรขึ้น มีความสุขหรือไม่ และการเล่นนั้นส่งผลอย่างไรต่อสมาธิหรือความสนใจในห้องเรียน
- **เปิดโอกาสให้เด็กสร้างสรรค์กิจกรรมจากบทเรียน** สนับสนุนให้เด็กออกแบบเกม ปริศนา การแข่งขัน หรือละครสั้น โดยนำเนื้อหาจากบทเรียนมาใช้ แล้วให้สนามเด็กเล่นเป็นพื้นที่จัดกิจกรรมเหล่านั้น วิธีนี้ไม่เพียงกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ แต่ยังทำให้การเรียนรู้มีชีวิตและใกล้ตัวเด็กมากยิ่งขึ้น

2 ใช้สนามเด็กเล่นเพื่อกระตุ้นความสนใจในวิชาเรียน

สนามเด็กเล่นสามารถเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้ หากนำมาใช้เพื่อกระตุ้นความสนใจของนักเรียนในบทเรียนต่าง ๆ อย่างสร้างสรรค์ โดยไม่จำกัดให้เป็นเพียงพื้นที่พักผ่อนหรือออกกำลังกายเท่านั้น

- **เชื่อมโยงเครื่องเล่นกับเนื้อหาวิชา** โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ใช้พื้นที่สนามเด็กเล่นหรือเครื่องเล่นแต่ละฐาน เป็นแรงบันดาลใจในการเรียนรู้ เช่น เครื่องเล่นห้อยโหน ปีนป่าย สามารถเชื่อมโยงกับวิชาวิทยาศาสตร์ เช่น แรง ความสมดุล ส่วนลานเล่นดินทราย และลานกิจกรรม สามารถเชื่อมโยงกับเนื้อหาในวิชาภาษาไทย สังคมศึกษา ประวัติศาสตร์ การเกษตร หรือการงานอาชีพและเทคโนโลยี ผ่านกิจกรรมเลียนแบบ หรือการเล่นสมมติที่สอดคล้องกับบทเรียน
- **ใช้สื่อประกอบการเรียนรู้ร่วมกับสนามเด็กเล่น** ครูสามารถนำสื่อการสอนที่เหมาะสมกับวัยของนักเรียน มาใช้ร่วมกับกิจกรรมในสนามเด็กเล่น เช่น สื่อภาพ วัสดุธรรมชาติ หรืออุปกรณ์ทดลองต่าง ๆ เพื่อกระตุ้นความสนใจ และเสริมพัฒนาการของนักเรียน ควรหลีกเลี่ยงการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์
- **จัดกิจกรรมอ่านนอกห้องเรียน** พื้นที่สนามหญ้าหรือสวนสามารถจัดเป็นกิจกรรมส่งเสริมการอ่าน เช่น การอ่านหนังสือในสวนหรือกิจกรรมลานเล่านิทาน โดยแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มย่อยเพื่ออ่านบทความจากสื่อต่าง ๆ แล้วให้วิเคราะห์หรืออภิปรายประเด็น ที่เชื่อมโยงกับเนื้อหาวิชาภาษาไทย สังคมศึกษา หรือความรู้เท่าทันสื่อ
- **เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมออกแบบกิจกรรม** ในช่วงเปิดภาคเรียน ครูอาจร่วมกับนักเรียนตั้งข้อตกลงเกี่ยวกับ การใช้สนามเด็กเล่นเพื่อทำกิจกรรมการเรียนรู้ โดยให้นักเรียนช่วยกันคิดและออกแบบกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับแต่ละวิชา เช่น การสร้างเกม การจัดฐานการเรียนรู้ หรือการทดลองในหัวข้อที่เรียน เพื่อให้สนามเด็กเล่นกลายเป็นพื้นที่ที่ช่วยกระตุ้นความสนใจในการเรียน และทำให้เด็กอยากมีส่วนร่วมมากยิ่งขึ้น



3 ขวนเด็กพูดคุยและอภิปรายเกี่ยวกับการเล่นที่เชื่อมโยงกับเนื้อหาในชั้นเรียน

การพูดคุยเรื่องการเรียนในชั้นเรียน ไม่เพียงช่วยให้เด็กได้สะท้อนประสบการณ์และอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากการเล่นเท่านั้น แต่ยังเป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยเชื่อมโยงบทเรียนเข้ากับชีวิตจริง และเสริมสร้างการเรียนรู้ผ่านการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน

- **ใช้กิจกรรมการเล่นเป็นโจทย์หรือกรณีศึกษาในชั้นเรียน** ครูสามารถนำสถานการณ์หรือประสบการณ์จากสนามเด็กเล่น เช่น การปีนป่าย การเล่นในลานเล่นดินทราย ลานกิจกรรม หรือลานนันทนาการ มาเป็นตัวอย่างเชื่อมโยงกับบทเรียน พร้อมตั้งคำถามหรือโจทย์ปัญหาให้เด็กได้วิเคราะห์ เช่น เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเกี่ยวข้องกับหลักวิทยาศาสตร์อย่างไร เพื่อกระตุ้นความสนใจ ทำให้เด็กเห็นว่าบทเรียนมีความหมายและสัมพันธ์กับชีวิตจริง
- **เริ่มต้นชั้นเรียนด้วยการพูดคุยเรื่องการเรียน** ในช่วงต้นคาบเรียน ครูอาจใช้เวลาเล็กน้อยพูดคุยหรือทักทายเด็กด้วยคำถาม เช่น "เมื่อวานใครได้เล่นอะไรบ้าง" "เล่นแล้วรู้สึกอย่างไร สนุกไหม" "ชอบเล่นอะไรที่สุด เพราะอะไร" คำถามเหล่านี้จะช่วยเปิดบทสนทนา และสร้างบรรยากาศของห้องเรียนที่เป็นมิตร พร้อมทั้งเป็นช่องทางให้เด็กได้แบ่งปันประสบการณ์กับเพื่อน ๆ
- **เปรียบเทียบการเล่นรูปแบบต่าง ๆ เพื่อฝึกคิดวิเคราะห์** ครูสามารถตั้งคำถามชวนคิด เช่น "การเล่นในสนามเด็กเล่นต่างจากการเล่นมีล้ออย่างไร" "การเล่นแบบไหนทำให้รู้สึกแข็งแรง สดชื่น หรือมีสมาธิในการเรียนมากกว่า" โดยให้นักเรียนอภิปรายเปรียบเทียบในด้านเวลา สุขภาพ ร่างกาย จิตใจ สมาธิ การนอนหลับ หรือพฤติกรรมกรากิน เพื่อให้ตระหนักถึงผลลัพธ์เสียของกิจกรรมที่ตนเองเลือกทำ
- **ให้เด็กทำสมุดบันทึกการเล่น** ส่งเสริมให้นักเรียนบันทึกกิจกรรมที่ตนเองได้เล่นในแต่ละสัปดาห์ ไม่ว่าจะเป็นการเล่นในสนามเด็กเล่น ลานกิจกรรม หรือกิจกรรมนันทนาการอื่น ๆ (ยกเว้นการเล่นโทรศัพท์หรือเกมคอมพิวเตอร์) โดยให้เด็กเขียนว่า ได้ทำกิจกรรมอะไร รู้สึกอย่างไร และมีอะไรเกิดขึ้นบ้าง เพื่อฝึกการสังเกตตนเองและสะท้อนประสบการณ์
- **วิเคราะห์ผลจากการเล่น** ฝึกให้นักเรียนวิเคราะห์ว่า การเล่นนั้นให้ประโยชน์อย่างไร มีความพึงพอใจหรือความสนุกเกิดขึ้นอย่างไร พบเจออันตรายหรือผลกระทบอะไรหรือไม่ และสิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อการเรียนหรือชีวิตประจำวันอย่างไร การสะท้อนเหล่านี้จะช่วยพัฒนาแนวคิดเชิงวิเคราะห์ และเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง

4 ใช้สนามเด็กเล่นเป็นสื่อและแนวทางในการสอน

สนามเด็กเล่นไม่ได้เป็นเพียงพื้นที่สำหรับการพักผ่อน แต่สามารถกลายเป็นสื่อการเรียนรู้และแนวทางการสอนที่มีประสิทธิภาพ ครูสามารถออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ให้เชื่อมโยงกับสนามเด็กเล่นได้หลากหลายรูปแบบ ดังนี้

- **ออกแบบการบ้านที่เชื่อมโยงกับกิจกรรมการเล่น** ครูสามารถสร้างสรรค์การบ้านที่ให้นักเรียนใช้ประสบการณ์จากการเล่น เช่น การมีส่วนร่วม การสังเกต หรือการทำกิจกรรมในสนามเด็กเล่น มาเป็นเนื้อหาในการเขียนรายงานหรือจัดทำสื่อการเรียนรู้ โดยเชื่อมโยงกับสาระการเรียนรู้ อาจเป็นการบูรณาการข้ามวิชาได้ เช่น การเขียนรายงานวิทยาศาสตร์จากการปีนป่าย หรือการบันทึกเรื่องเล่าในวิชาภาษาไทยจากกิจกรรมในลานเล่นดินทราย
- **นำเสนอผลงานการเรียนรู้ในรูปแบบสร้างสรรค์** งานที่มอบหมายอาจให้นักเรียนนำเสนอผ่านหลากหลายรูปแบบ เช่น การพูดหน้าชั้นเรียน โปสเตอร์ เรียงความ นิทาน การ์ตูน หรือแม้แต่การออกแบบกิจกรรมการเล่นเป็นกลุ่ม เช่น เกม การแสดง การเต้น ที่เชื่อมโยงกับเนื้อหาวิชาต่าง ๆ เช่น ภาษาไทย ภาษาอังกฤษ สังคม หรือประวัติศาสตร์ จากนั้นนำกิจกรรมเหล่านั้นไปจัดแสดงหรือเล่นจริงในสนามเด็กเล่น หรือบริเวณลานกิจกรรม โดยให้เพื่อนร่วมชั้นประเมินความสนุก ความคิดสร้างสรรค์ หรือการมีส่วนร่วมในกิจกรรม (โดยมีครูเป็นผู้อำนวยความสะดวกและผู้สนับสนุน)
- **ปลูกฝังค่านิยมและวินัยผ่านการเล่น** ครูสามารถใช้พฤติกรรมในสนามเด็กเล่นเป็นจุดเริ่มต้นในการสอนเรื่องค่านิยมและวินัยที่พึงประสงค์ เช่น การแบ่งปัน การให้อภัย การเคารพผู้อื่น การรอคอยอย่างมีวินัย และการช่วยเหลือกัน ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้สามารถถ่ายทอดเข้าสู่ชั้นเรียนผ่านกิจกรรมกลุ่ม การบ้าน รายงาน การแสดง หรือโครงงานต่าง ๆ เพื่อให้เด็กเรียนรู้ว่า พฤติกรรมที่ดีไม่ได้จำกัดเฉพาะในสนามเด็กเล่น แต่สามารถนำไปใช้ในห้องเรียนและชีวิตประจำวันได้เช่นกัน



5 สร้างความตระหนักถึงความสำคัญของการเล่นให้กับเด็ก ผู้ปกครอง และชุมชน

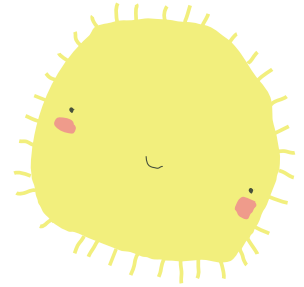
การส่งเสริมให้เกิดความตระหนักถึงความสำคัญของการเล่น ไม่ควรจำกัดอยู่เพียงในวัยเด็กเท่านั้น แต่ควรขยายไปยังผู้ปกครอง ครอบครัว โรงเรียน และชุมชน เพื่อร่วมกันสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ผ่านการเล่นอย่างยั่งยืน

- **สอนให้นักเรียนวิเคราะห์คุณค่าของการเล่น** ครูสามารถสอดแทรกการพูดคุยหรือกิจกรรมกลุ่ม ก่อนหรือหลังการเล่น ให้เด็กได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น วิเคราะห์รูปแบบ ประโยชน์ กติกา หรือผลกระทบจากการเล่น เช่น การแบ่งปัน ความร่วมมือ ความปลอดภัย และอารมณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้เด็กตระหนักว่าการเล่นมีคุณค่ามากกว่าความสนุก
- **สื่อสารกับผู้ปกครองเพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกัน** โรงเรียนควรจัดกิจกรรมสื่อสาร สร้างความเข้าใจ เช่น การอบรมหรือปฐมนิเทศผู้ปกครองในวันเปิดภาคเรียน เพื่ออธิบายบทบาทสำคัญของการเล่นต่อพัฒนาการของเด็ก ส่งเสริมให้ผู้ปกครองเห็นคุณค่าของสนามเด็กเล่น และสามารถสนับสนุนกิจกรรมการเล่นร่วมกับการเรียนรู้ เช่น ผ่านกิจกรรมกีฬา การละเล่น หรือ สันทนาการอื่น ๆ
- **จัดกิจกรรมร่วมกับผู้ปกครองในสนามเด็กเล่น** โรงเรียนสามารถจัดช่วงเวลา กิจกรรมพิเศษ ที่เชิญชวนผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วม พร้อมทั้งจัดตั้งชมรมพ่อแม่ผู้ปกครองส่งเสริมการเล่น เพื่อสร้างเครือข่ายจิตอาสาในการพัฒนา ซ่อมแซม หรือจัดกิจกรรมร่วมกับเด็กในสนามเด็กเล่น
- **ขยายแนวคิดสู่ชุมชนและวัด** โรงเรียนสามารถร่วมมือกับชุมชนหรือวัด ในการจัดกิจกรรม เช่น นิทรรศการเกี่ยวกับการเล่นของเด็ก การแสดงละคร ร้องเพลง เต้นรำ หรือแสดงของเล่นพื้นบ้าน เพื่อให้ผู้นำชุมชนและประชาชนทั่วไป เห็นความสำคัญของการเล่น ส่งเสริมกิจกรรมของเด็กในบริบทท้องถิ่น
- **สนับสนุนการจัดตั้งชมรมการเล่นในโรงเรียน** ครูและผู้บริหารสามารถ ส่งเสริมให้เด็กตั้งกลุ่มหรือชมรมเกี่ยวกับการเล่น โดยมีเด็กโตเป็นผู้นำ กิจกรรมการเล่นให้เด็กเล็ก และเชื่อมโยงเนื้อหาการเรียนเข้ากับกิจกรรมเหล่านี้โดยครูประจำวิชา พร้อมทั้งผลักดันให้ชมรมดังกล่าวมีกิจกรรมที่ต่อเนื่อง เช่น เข้าร่วมในงานประจำปีของโรงเรียน หรือกิจกรรมท้องถิ่น
- **จัดตั้งแหล่งทุนและทรัพยากรเพื่อสนับสนุนการเล่น** โรงเรียนอาจจัด โครงการรับบริจาคของเล่นหรืองบประมาณจากชุมชน เพื่อสร้างห้องสมุดของเล่น ซึ่งเป็นพื้นที่ที่เด็กสามารถหยิบยืมของเล่นไปเล่นได้อย่างเสรี หรือใช้ในการจัดกิจกรรมสันทนาการในสนามเด็กเล่นได้ด้วยตนเอง โดยเน้นการเล่นอย่างสร้างสรรค์และปลอดภัย

6 พัฒนาสมรรถนะครูผู้บทบาทผู้นำการเล่น นักปฏิบัติการเล่น หรือผู้อำนวยการเล่น

- **ส่งเสริมครูให้มีบทบาทเป็นผู้นำการเล่น** ครูควรได้รับการสนับสนุนจากโรงเรียน ผู้บริหาร และนักวิชาการ ให้ผ่านการอบรมหรือพัฒนาศักยภาพด้านการจัดการเรียนรู้ผ่านการเล่น โดยเฉพาะบทบาทในฐานะผู้นำการเล่น/ผู้อำนวยการเล่น/นักปฏิบัติการเล่น ซึ่งประกอบด้วยสมรรถนะสำคัญหลายด้าน ดังนี้
 - นักวางแผนที่ยืดหยุ่น สามารถออกแบบและวางแผนกิจกรรมการเล่นที่เชื่อมโยงกับการเรียนรู้ทั้งในและนอกห้องเรียน ต่อยอดสู่กิจกรรมของโรงเรียนในช่วงเทศกาล หรือโอกาสสำคัญได้อย่างเหมาะสม
 - นักสังเกตการณ์ที่มีทักษะ มีความสามารถในการสังเกตพฤติกรรมของเด็กระหว่างเล่น เพื่อนำข้อมูลไปประเมินพัฒนาการและจำแนกระดับความสามารถของเด็กได้อย่างแม่นยำ สามารถใช้ข้อมูลเหล่านี้วิเคราะห์พัฒนาการรายบุคคลในด้านร่างกาย สมอ อารมณ์ และสังคม แล้วส่งต่อให้ผู้เชี่ยวชาญ เช่น กุมารแพทย์ นักจิตวิทยา หรือนักกิจกรรมบำบัด เพื่อวางแผนส่งเสริมพัฒนาการที่เหมาะสม
 - นักฟังที่เข้าใจเด็ก มีทักษะในการฟังเด็กอย่างแท้จริง เข้าใจว่าขณะเด็กเล่นเขาต้องการอะไร กำลังรู้สึกอย่างไร หรือกำลังเผชิญปัญหาอะไร ทั้งในช่วงก่อน ระหว่าง และหลังการเล่น เพื่อให้การสื่อสารและการดูแลเด็กมีประสิทธิภาพและเกิดความไว้วางใจ
 - นักสื่อสารที่ส่งเสริมการเรียนรู้ สามารถสื่อสารกับเด็กด้วยภาษาที่เข้าใจง่าย น้ำเสียง ท่าทาง และจังหวะการพูดที่เหมาะสมกับวัยของเด็ก ใช้คำที่กระตุ้นให้เด็กสนุกกับการเล่น มีทัศนคติเชิงบวก และสร้างความมั่นใจให้เด็กเล่นอย่างปลอดภัย และมีจินตนาการ นอกจากนี้ ยังสามารถสื่อสารกับผู้ปกครอง เพื่อสร้างความเข้าใจและส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อการเล่นของเด็กในชีวิตประจำวัน
 - นักสร้างแรงบันดาลใจด้านการเล่น สามารถสร้างแรงจูงใจ ทัศนคติที่ดี และถ่ายทอดเรื่องราวเกี่ยวกับคุณค่าของการเล่น ทั้งในหมู่ครู ผู้ปกครอง และนักเรียน ครูควรรู้จักเลือกใช้ประสบการณ์จากการเล่น เช่น เรื่องเล่า นิทาน หรือบทเรียนชีวิตที่เกิดขึ้นจากสนามเด็กเล่น เพื่อนำมาเป็นแรงบันดาลใจ ส่งเสริมทักษะชีวิต และสนับสนุนการเล่นของเด็กในหลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นช่วงก่อนเรียน พักเที่ยง หรือหลังเลิกเรียน

- **สนับสนุนการใช้สนามเด็กเล่นอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ** ผู้บริหารสถานศึกษาควรส่งเสริมให้ครูได้ใช้สนามเด็กเล่น เป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนอย่างสม่ำเสมอ ไม่ว่าจะเป็นรายวิชาต่าง ๆ หรือในกิจกรรมสันทนาการ เทศกาลประจำปี หรือกิจกรรมพิเศษอื่น ๆ ที่จัดขึ้นในโรงเรียน เพื่อให้เด็กได้ใช้พื้นที่เล่นมากขึ้นตามธรรมชาติของวัย ในขณะเดียวกัน ควรให้ความสำคัญกับความพร้อมของสนามเด็กเล่นให้มีมาตรฐานเทียบเท่าห้องเรียน ทั้งด้านความสะอาด ความปลอดภัย ความสวยงาม และความพร้อมใช้งานอย่างต่อเนื่อง
- **ส่งเสริมการทำงานร่วมกันของครูผ่านสนามเด็กเล่น** ผู้บริหารควรสนับสนุนให้ครูจากหลากหลายกลุ่มสาระ รวมกลุ่มจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้สนามเด็กเล่นเป็นฐาน เช่น การบูรณาการคาบเรียนข้ามวิชา จากทั้ง 8 กลุ่มสาระ ผ่านกิจกรรมในสนามเด็กเล่นหรือพื้นที่กิจกรรมกลางแจ้ง เพื่อให้เกิดการเรียนรู้แบบองค์รวม สร้างความเชื่อมโยงระหว่างการเล่นกับเนื้อหาวิชาอย่างสร้างสรรค์
- **ใช้สนามเด็กเล่นเป็นเครื่องมือบำบัด และประเมินพัฒนาการเด็ก** สนามเด็กเล่นและเครื่องเล่นต่าง ๆ สามารถใช้เป็นเครื่องมือสำคัญในการประเมินพัฒนาการของเด็ก ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และภาษา โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กที่มีภาวะเปราะบาง หรือเคยประสบกับความรุนแรง ในกรณีของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ เช่น สมาธิสั้น ดาวน์ซินโดรม ออทิสติก ครูสามารถทำงานร่วมกับนักกิจกรรมบำบัด และนักจิตวิทยาเด็ก เพื่อออกแบบกิจกรรมในสนามเด็กเล่น ที่ตอบสนองต่อพัฒนาการของเด็กกลุ่มนี้โดยเฉพาะ สนามเด็กเล่นยังช่วยวัดระดับการมีส่วนร่วม การเคลื่อนไหว ทักษะการสื่อสาร การตอบสนองทางประสาทสัมผัส และความสามารถในการเข้าสังคม ซึ่งล้วนเป็นข้อมูลสำคัญในการส่งเสริมพัฒนาการอย่างเหมาะสม



การเล่น ความต้องการเล่น ความอยากเล่น การเล่นที่ทำให้เกิดความสุข
 การเล่นที่เต็มไปด้วยความคิดสร้างสรรค์ การเล่นเพื่อพัฒนา การเล่นเพื่อเยียวยา
 การเล่นเพื่อบรรเทาความเศร้า คลายความเครียด
 การเล่นเพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง
 สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นแนวทางสำคัญในการนำการเล่น หรือสนามเด็กเล่น
 มาใช้เพื่อสร้างและพัฒนาคน โดยไม่ได้จำกัดอยู่แค่เพื่อความบันเทิง
 หรือเพื่อพิกจากบทเรียนเพียงอย่างเดียวเท่านั้น
 เพราะการเล่น คือ สัญชาตญาณพื้นฐานของมนุษย์
 ซึ่งนำไปสู่การเรียนรู้อย่างลึกซึ้ง ยั่งยืน และเป็นธรรมชาติของเด็กแต่ละคน
 ด้วยเหตุนี้ การเล่นจึงมีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าการเรียนรู้ในห้องเรียน
 และเป็นหน้าที่ของครูและผู้ปกครอง ที่จะต้องสนับสนุนและกระตุ้นให้เด็กได้ออกไปเล่น
 เพื่อเปิดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้และเติบโตอย่างมีความสุข





บทที่ 5

ตัวอย่างกิจกรรมการเล่น

กิจกรรมการละเล่นไทย

การละเล่นไทย แปลเป็นภาษาอังกฤษว่า "Thai Traditional Play" บางคนอาจเรียกว่าการเล่นพื้นบ้านไทย บางคนเรียกการเล่นพื้นเมืองไทย บางคนขยายขอบเขตตามลักษณะความซับซ้อนของกฎ กติกาและการแข่งขันเป็นเกมการเล่นแบบไทย (Thai Traditional Game) หรือขยายคำให้กลายเป็นกีฬาพื้นเมืองไทย (Thai Traditional Sport) ก็ได้

ในที่นี้จะใช้คำว่า "การละเล่นไทย" ซึ่งหมายถึงการเล่นแบบดั้งเดิมของไทย ที่คนไทยเล่นสืบทอดกันมาในแต่ละท้องถิ่น หรือภูมิภาค เป็นการเล่นที่มีรูปแบบและวิธีการเล่นที่เรียบง่าย สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อม และวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่นนั้น ๆ



"การละเล่นไทย สามารถนำไปใช้เล่นได้กับ
คนทุกช่วงวัย เนื่องจาก ไม่จำกัดจำนวนผู้เล่น
กติกาการเล่นไม่ซับซ้อน มีความยืดหยุ่น
ไม่เน้นการใช้วัสดุอุปกรณ์ประกอบการเล่น
ส่วนใหญ่เป็นวัสดุที่สามารถหาได้ในท้องถิ่น
รวมถึงมีความหลากหลาย ผู้เล่นสามารถเลือกเล่นได้
ตามความสนใจ และความถนัด"

การเล่นไทย มีวิวัฒนาการควบคู่กับสังคมไทยมาตั้งแต่ยุคสุโขทัยและอยุธยา แต่เดิมกิจกรรมเหล่านี้เน้นเสริมสร้างร่างกายและทักษะ เพื่อเตรียมพร้อมรับมือ ศักดิ์สงคราม เช่น มวยไทย กระบี่กระบอง แบดเรือ ขี่ม้า ขี่ช้าง เมื่อยุคสมัยเปลี่ยนไป การเล่นเริ่มหลากหลาย ทั้งในราชสำนักและหมู่ราษฎร เช่น เล่นว้าว แบดวิ่งโค ขนไก่ มอญซ่อนผ้า ชักเย่อ ฯลฯ

ตั้งแต่ต้นรัตนโกสินทร์จนถึงรัชกาลที่ 7 การเล่นไทยได้รับการสนับสนุน อย่างจริงจัง แต่หลังเปลี่ยนแปลงการปกครองในปี พ.ศ. 2475 กีฬาตะวันตก เริ่มแพร่หลายแทนที่การเล่นไทย ซึ่งปัจจุบันกลายเป็นกิจกรรมทางเลือก ในโรงเรียนหรือในงานเทศกาลสำคัญและค่อย ๆ เลือนหายไปจากสังคมไทย

การเล่นไทย มีหลากหลายรูปแบบในแต่ละภูมิภาค ในภาคเหนือการเล่นไทย ส่วนใหญ่จะอ้างอิงถึงต้นไม้ ขอนไม้ ไม้ไผ่ เช่น กระต่ายขาเดียว ก๊อบแก๊บ ต่อแะ แนนข้ามส้าว มะขะโจ้น เรือบก โล่คน ขณะที่การเล่นไทยในภาคใต้ เรื่องราวการเล่นมักจะเป็นการเล่นในหนองน้ำ แอ่งน้ำ ใช้ลูกมะพร้าว ลูกสะบ้า เป็นวัสดุเล่น เช่น แก้ว คุลาตีผ้า ผีเข้าขวด มวยทะเล แอ่งมะพร้าว ทาน้ำมัน ส่วนการเล่นในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เรื่องราวการเล่นมักนำทริยา ทำทางของสัตว์ เช่น วัว ม้า ลิง หนอน มาออกแบบการเล่น เช่น ขี่หนอน ตั้งตันทอ แมวกบปลาอย่าง ลิงชิงหาง วิ่งสามขา หนอนเลบแปด ไหสองนิ้วมือ ส่วนภาคกลางเป็นที่ราบลุ่ม จึงมักออกแบบการเล่นที่เกี่ยวข้องกับเรือ จระเข้ วัว ม้า เสือ ลิง เช่น กระโดดเชือก กาฟักไข่ ขี่ม้าส่งเมือง งูกินหาง ตีจับ โพงพาง รีข้าวสาร มอญซ่อนผ้า เสือกินวัว ไข่ไข่ไข่โยง เป็นต้น



"Thai
Traditional
Play"

1 คุณค่าของการละเล่นไทย

จากการศึกษาของชัยชัย โกมารทัต (2549) และพรพนา ช่างเกรียน (2544) พบว่า การละเล่นไทยส่งเสริมพัฒนาการเด็กในหลายด้าน ได้แก่

1. ด้านร่างกาย การละเล่นไทยช่วยเสริมสร้างความแข็งแรง ความคล่องแคล่ว ความทนทาน การทรงตัว ความอ่อนตัว ความแม่นยำ ความเร็ว และการประสานงานระหว่างระบบประสาทกับกล้ามเนื้อ
2. ด้านอารมณ์ เด็กจะได้ฝึกควบคุมอารมณ์ เรียนรู้การอดทน การยับยั้งชั่งใจ คลายความเครียด และเกิดความรู้สึกรักพึงพอใจ
3. ด้านสังคม การละเล่นไทยส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกันในสังคม ยอมรับกติกาและความคิดเห็นของผู้อื่น มีทักษะในการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี มีน้ำใจนักกีฬา ซื่อสัตย์ เสียสละ และเคารพสิทธิของผู้อื่น
4. ด้านสติปัญญา การละเล่นไทยช่วยพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ การใช้ไหวพริบ การแก้ปัญหา การใช้ภาษา การสังเกต แยกแยะความต่าง มีเหตุผล กล้าตัดสินใจ และส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์

นอกจากคุณค่าด้านการส่งเสริมพัฒนาการของผู้เล่นแล้ว การละเล่นไทยยังมีจุดเด่นสำคัญคือ สามารถนำไปใช้ได้กับคนทุกช่วงวัย ตั้งแต่เด็กปฐมวัย เด็กวัยเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ ไปจนถึงผู้สูงอายุ ทั้งนี้เนื่องมาจาก

1. การละเล่นไทยส่วนใหญ่ไม่จำกัดจำนวนผู้เล่น ทำให้ผู้เล่นสามารถออกแบบและปรับเปลี่ยนรูปแบบการแบ่งกลุ่ม หรือจำนวนสมาชิกในแต่ละกลุ่มได้ตามความเหมาะสม
2. กติกาของการละเล่นไทยโดยมากไม่ซับซ้อน เด็กเล็กสามารถเข้าใจได้ง่าย ในบางกรณียังสามารถต่อรองหรือปรับเปลี่ยนกติกาให้ยืดหยุ่นตามสถานการณ์ได้
3. การละเล่นไทยมักไม่เน้นการใช้อุปกรณ์ หรือวัสดุประกอบการเล่น หากต้องใช้อุปกรณ์ ก็มักจะเป็นของที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น ส่งผลให้สามารถจัดกิจกรรมได้โดยไม่จำเป็นต้องมีค่าใช้จ่าย
4. การละเล่นไทยมีรูปแบบการเล่นหลากหลาย เช่น ทายคำ ไล่จับ ซ่อนหา กระโดดข้าม ร้องเพลงประกอบท่าทาง โยนลูกกลม ปิดตา หรือคัดออก เป็นต้น ผู้เล่นจึงสามารถเลือกให้เหมาะสมกับความสนใจ ความถนัด หรือข้อจำกัดด้านสถานที่และสภาพอากาศ เช่น หากเล่นกลางแจ้งไม่ได้ ก็ยังสามารถเลือกกิจกรรมที่ใช้พื้นที่น้อยในร่มได้เช่นกัน

2 แนวทางการคัดเลือกการเล่นไทย สำหรับเด็กวัย 3-9 ปี

การนำกิจกรรมการเล่นไทยมาใช้กับเด็ก ครูหรือผู้ปกครองควรเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับพัฒนาการ และความสนใจของเด็กแต่ละวัย ควรศึกษาและทำความเข้าใจวิธีการเล่นอย่างละเอียด พร้อมทั้งจัดเตรียมวัสดุหรืออุปกรณ์ที่จำเป็น จากนั้นควรทำหน้าที่เป็นผู้นำหรือสาธิตกิจกรรม ให้เด็กได้เรียนรู้และเห็นตัวอย่างก่อน เมื่อเด็กเข้าใจวิธีการเล่นและสามารถเล่นได้ด้วยตนเองแล้ว ครูหรือผู้ปกครองจึงค่อยลดบทบาทการนำ และเปลี่ยนมาเป็นผู้เอื้ออำนวยให้เด็กได้เล่นอย่างอิสระต่อไป ซึ่งแนวทางการคัดเลือกการเล่นไทย สำหรับเด็กช่วงวัย 3-6 ปี และ 6-9 ปี มีดังนี้

1. **จุดมุ่งหมาย:** จุดประสงค์สำคัญของการนำการเล่นไทยมา让孩子ได้เล่น นอกจากจะมอบความสนุกสนานเพลิดเพลินแล้ว ครูและผู้ปกครองยังคาดหวังให้ช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็ก โดยแต่ละกิจกรรมอาจเน้นพัฒนาการคนละด้าน เช่น บางกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายเป็นหลัก ส่วนอีกหลายกิจกรรมอาจเน้นที่สติปัญญา อารมณ์ หรือทักษะทางสังคม ดังนั้นควรคัดเลือกกิจกรรมที่ทั้งสนุกและเสริมสร้างพัฒนาการที่ต้องการในแต่ละช่วงวัยของเด็ก
2. **เพศ อายุ ความเชื่อ และศาสนาของเด็ก:** เด็กแต่ละเพศและแต่ละวัย มีความชอบในการเล่นที่แตกต่างกัน เด็กผู้ชายมักชอบกิจกรรมที่ทำท่ายและเคลื่อนไหว ส่วนเด็กผู้หญิงมักจะชอบกิจกรรมที่ไม่โลดโผน ขณะเดียวกันต้องพิจารณาความเหมาะสมของอายุ เช่น เด็กเล็กอาจไม่เหมาะกับกิจกรรมที่ต้องบิดตา หรือกิจกรรมที่ต้องสัมผัสร่างกายกันอย่างใกล้ชิด ซึ่งในบางศาสนาอาจไม่อนุญาตให้กระทำเช่นนี้ ครูและผู้ปกครองควรใส่ใจความเหมาะสมตามเพศ อายุ และความเชื่อของเด็กด้วย
3. **ความปลอดภัย:** การเล่นไทยมีรูปแบบที่หลากหลาย เช่น การกระโดด การวิ่ง หรือการบิดตา จึงต้องเลือกกิจกรรมให้เหมาะสมกับขนาดของพื้นที่และจำนวนผู้เล่น พื้นที่ควรปลอดภัย ไม่มีสิ่งกีดขวางที่อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุ และควรใช้วัสดุพื้นรองรับแรงกระแทก เช่น พื้นหญ้า หรือยางพาราไม่ควรเปียกน้ำหรือมีน้ำขัง เพื่อป้องกันการลื่นล้มของเด็ก

3 ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรมการเล่นไทย

กิจกรรม "เสือกินวัว (ล้อมคอก)"

จุดมุ่งหมายของการเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ในด้านความคล่องแคล่ว ความละเอียด รอบคอบ ความริเริ่มสร้างสรรค์ และความสามารถในการเผชิญและ แก้ไขปัญหาอย่างไม่ย่อท้อ
2. เด็กสามารถทำกิจกรรมเสือกินวัวได้ถูกต้องตามขั้นตอน

สื่อและอุปกรณ์

- เชือกฟาง เทปกาว นกหวีด
- หมวกเสือ หมวกวัว
- แถบบัตรคำของบทร้อง
- ภาพเสือและภาพวัว ภาพการเล่นเสือกินวัว

วิธีการเล่น

ขั้นนำ (ประมาณ 5 นาที)

1. ครูนำภาพเสือแต่ละสายพันธุ์ และภาพวัว มาให้เด็กดู จากนั้นเด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับเสือและวัว เช่น
 - เด็ก ๆ เคยเห็นเสือหรือรู้จักเสือมาก่อนหรือไม่ มีลักษณะอย่างไร อาศัยอยู่ที่ไหน ชอบกินอะไร พร้อมทั้งชักชวนให้เด็ก ๆ แสดงบทบาทสมมติเลียนแบบเสือ
 - เด็ก ๆ เคยเห็นวัวหรือรู้จักวัวมาก่อนหรือไม่ มีลักษณะอย่างไร อาศัยอยู่ที่ไหน วัวกลัวอะไรบ้าง พร้อมทั้งชักชวนให้เด็ก ๆ แสดงบทบาทสมมติเลียนแบบวัว
 - เด็กและครูร่วมกันสนทนาเปรียบเทียบ ขนาด พละกำลัง น้ำหนัก อวัยวะที่ใช้ในการจับเหยื่อ หรือหาอาหาร ถ้าวัวสู้กับเสือ วัวจะอย่างไรถึงจะชนะเสือ
 - ถ้าเด็ก ๆ เป็นวัวจะสร้างบ้าน/สร้างคอก ของตัวเองอย่างไร เพื่อป้องกันเสือไม่ให้เข้ามาจับวัวกิน
2. ครูแนะนำบทร้อง "วัวยืนอยู่ในคอก เสือมาไม่บอก เปิดคอกไล่วัว วัวส่งเสียงมอมอ วิ่งหนีขนตอ หน้ามิดตามัว" และให้เด็ก ๆ ออกแบบ ทำทางประกอบบทร้อง

กิจกรรม
เสือกินวัว
ล้อมคอก



ขั้นกิจกรรม (ประมาณ 20 นาที)

1. เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับวิธีการเล่นเสือกินวัว
2. ครูเตรียมพื้นที่การเล่น โดยการตีเส้น หรือขีดเชือกฟางบนพื้นเป็นทรงสี่เหลี่ยม สมมติให้เป็นพื้นที่ถ้ำของเสือ
3. ครูอธิบายกติกาการเล่น ดังนี้
 - ครูให้เด็กจับฉลาก เพื่อหาคนที่จะมาเป็นเสือ 2 คน และเป็นวัว 4 คน
 - เด็กที่ไม่ได้เป็นเสือหรือวัว จะทำหน้าที่เป็นคอก โดยจับมือกันเป็นวงกลมล้อมผู้ที่ป็นวัวอยู่ด้านใน ส่วนเสือจะอยู่นอกวง
 - เสือแบ่งหน้าที่เป็น 2 คน ได้แก่ เสือเฝ้าถ้ำ จะอยู่ประจำที่ และเสือกินวัว วัวไล่จับวัว
 - เมื่อเสือกินวัวออกถ้ำเหนื่อยหรือจับวัวได้ จะต้องกลับไปเปลี่ยนตัวกับเสือกินที่เฝ้าถ้ำ แล้วให้เสือกินคนอื่นออกถ้ำต่อ
 - เสือจะพยายามแหกคอกเข้ามาจับวัว วัวต้องวิ่งหนี และสามารถวิ่งเข้า-ออกคอกได้อย่างอิสระ คอกมีหน้าที่ป้องกันไม่ให้เสือเข้า หรือเมื่อเข้าได้ก็ไม่ให้ออกง่าย ถ้าเสือจับวัวได้ วัวคนนั้นต้องหยุดเล่นและไปอยู่ในถ้ำ เกมจะจบเมื่อวัวทุกคนถูกจับหมด
 - คอกห้ามเคลื่อนตำแหน่ง แต่ย่อตัว ยึดตัว หรือยกแขนได้ เสืออาจมุดลอดหรือดึงแขนคอกเพื่อแหกวงได้ ห้ามใช้ความรุนแรง เช่น ตี ถีบ หรือเล่นรุนแรงที่อาจทำให้บาดเจ็บ
4. ครูและตัวแทนเด็กออกมาสาธิตการเล่นให้เพื่อนดู และซักถามจนเข้าใจ
5. ครูและเด็กสนทนาวิธีการเล่นให้ปลอดภัย จากนั้นครูเป่านกหวีดให้เริ่มเล่น

ขั้นสรุป (ประมาณ 5 นาที)

1. เด็กและครูร่วมกันสรุปการทำกิจกรรมเสือกินวัว โดยใช้คำถาม เช่น เด็ก ๆ รู้สึกอย่างไรกับการเล่นเกมเสือกินวัวล้อมคอกในวันนี้ เด็ก ๆ คิดว่า ถ้าวัว 4 ตัว ร่วมใจกัน จะต่อสู้กับเสือได้หรือไม่ ต้องทำอย่างไรตอนนี้อยู่ชนวัวเข้มแข็งมาก เสือกินวัวกินไม่ได้แล้ว เสือกินมาก เด็ก ๆ คิดว่า เสือจะทำอย่างไร
2. จากคำถามข้างต้น ให้ครูนำคำตอบของเด็กมาสะท้อนให้เด็กได้คิดเปรียบเทียบระหว่างคำตอบของตนเอง และคำตอบที่ได้จากเพื่อน โดยครูให้คำแนะนำแก่เด็กว่า ในการแก้ไขปัญหาเด็กสามารถคิดหาคำตอบได้มากกว่า 1 วิธี และให้เปรียบเทียบแต่ละวิธีเพื่อหาแนวทางที่เหมาะสมรวมทั้งส่งเสริมให้เด็กเข้าใจว่า เมื่อวิธีที่เลือกนำมาใช้ในการแก้ไขปัญหาไม่ประสบผลสำเร็จเด็กสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการคิดใหม่ได้ (ลองผิดลองถูก) และไม่ควรรยอมแพ้ต่ออุปสรรคที่ต้องเผชิญ นอกจากนี้ครูอาจเสนอแนวทางคำตอบหรือวิธีการที่แตกต่างจากที่เด็กให้คำตอบก็ได้

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตความสามารถในการคิดริเริ่ม คิดคล่องแคล่ว คิดละเอียดลออ และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. สังเกตการทำกิจกรรมเสือกินวัว ได้ถูกต้องตามขั้นตอน

กิจกรรม เลื้อยกันวูว ล้อมคอก



ผู้เล่นเป็นเสือ



ผู้เล่นเป็นวัว



ผู้เล่นเป็นคอก

กิจกรรม "ทอดแห"

จุดมุ่งหมายของการเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคล่องแคล่ว ความละเอียดลออ ความคิดริเริ่ม และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. เด็กสามารถทำกิจกรรมทอดแหได้ถูกต้องตามขั้นตอน

สื่อและอุปกรณ์

- เชือกฟาง เทปกาว นกหวีด หมวกปลา
- ภาพการละเล่นทอดแห ภาพแห/การทอดแห

วิธีการเล่น

ขั้นนำ (ประมาณ 5 นาที)

ครูนำภาพการทอดแหหาลามาให้เด็กดู หลังจากนั้นสนทนาร่วมกัน โดยใช้คำถาม เช่น

- เด็ก ๆ รู้จักแหหรือไม่ มีลักษณะอย่างไร
- เด็ก ๆ รู้จักการทอดแหหรือไม่ เคยเห็นมาก่อนไหม เคยเห็นจากที่ไหน
- ถ้าเด็ก ๆ ออกไปทอดแหคิดว่า จะมีอะไรติดแหขึ้นมาบ้าง
- แหนอกจากใช้หาปลาแล้ว เด็ก ๆ คิดว่า สามารถเอามาใช้ทำอะไรได้อีกบ้าง

ขั้นกิจกรรม (ประมาณ 20 นาที)

1. เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับวิธีการเล่นทอดแห
2. ครูเตรียมพื้นที่การเล่น โดยตีเส้นหรือขึงเชือกฟางเป็นวงกลมขนาดใหญ่ เพื่อกำหนดเป็นบริเวณในการเล่น โดยกำหนดให้เป็นบึง และตีเส้นวงกลมขนาดเล็กกำหนดให้เป็นช่องขังปลา
3. ครูชี้แจงกติกาการเล่น ดังนี้
 - ครูให้เด็กจับฉลาก แบ่งออกเป็น 2 ฝ่าย ฝ่ายที่เป็นแห จำนวน 6 คน ส่วนที่เหลือให้เป็นฝ่ายปลา
 - ฝ่ายแหต้องจับมือกันเป็นวงห้ามปล่อยมือ แล้ววิ่งล้อมฝ่ายปลา จนขังไว้ในวงให้ได้
 - ฝ่ายที่เป็นปลาสามารถวิ่งได้อย่างอิสระ โดยต้องอยู่ภายในบริเวณพื้นที่ที่กำหนดให้เป็นบึง และจะต้องระวังไม่ให้ถูกฝ่ายแหล้อมตัวเอาไว้ได้ หากถูกจับได้ไปอยู่ในช่องปลา
 - เมื่อหมดเวลา หากจำนวนปลาที่ถูกจับมีมากกว่าปลาที่ไม่ถูกจับ ให้ฝ่ายแหเป็นผู้ชนะ
4. ครูและตัวแทนของเด็กออกมาสาธิตการเล่นให้เพื่อนดู และให้เด็กซักถาม
5. เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการเล่นให้ปลอดภัย และเปิดโอกาสให้เด็กวางแผนการเล่น
6. ครูเป่านกหวีดให้เด็กเริ่มเล่น เมื่อแข่งรอบที่ 1 เสร็จแล้วให้เด็กแต่ละกลุ่มวางแผนการเล่นในรอบต่อไป

ขั้นสรุป (ประมาณ 5 นาที)

1. เด็กและครูร่วมกันสรุปการทำกิจกรรมทอดแห โดยใช้คำถาม เช่น เด็ก ๆ รู้สึกอย่างไรกับการเล่น "ทอดแห" ในวันนี้ ฝ่ายทอดแหมีวิธีการหลอกล่อปลาอย่างไรจึงจับปลาได้ ฝ่ายปลาต้องทำอะไรจึงจะหนีจากการถูกจับได้ ถ้าแหของเด็ก ๆ เป็นแหวิเศษ สามารถจับได้ทุกอย่างที่ต้องการ เด็ก ๆ อยากจะเอาแหไปจับอะไร
2. จากคำถามข้างต้น ให้ครูนำคำตอบของเด็กมาสะท้อนให้เด็กได้คิดเปรียบเทียบระหว่างคำตอบของตนเอง และคำตอบที่ได้จากเพื่อน โดยครูให้คำแนะนำแก่เด็กว่า ในการแก้ไขปัญหาเด็ก ๆ สามารถคิดหาคำตอบได้มากกว่า 1 วิธี และให้เด็กเปรียบเทียบแต่ละวิธี เพื่อหาแนวทางที่เหมาะสม รวมทั้งส่งเสริมให้เด็กเข้าใจว่า เมื่อวิธีที่เลือกนำมาใช้ในการแก้ไขปัญหาไม่ประสบผลสำเร็จ เด็กสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการคิดใหม่ได้ (ลองผิดลองถูก) และไม่ควรยอมแพ้ต่ออุปสรรคที่ต้องเผชิญ นอกจากนี้ครูอาจเสนอแนวทางคำตอบหรือวิธีการที่แตกต่างจากที่เด็กให้คำตอบก็ได้

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตความสามารถในการคิดริเริ่ม คิดคล่องแคล่ว คิดละเอียดลออ และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. สังเกตการทำกิจกรรมทอดแหได้ถูกต้องตามขั้นตอน

กิจกรรม “ทอดแห”



ผู้เล่นเป็นปลา



ผู้เล่นเป็นแห



ข้อสังเกต
ปลา

กิจกรรม "ไอ้ไข่ไอ้โงง"

จุดมุ่งหมายของการเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคล่องแคล่ว ความละเอียดลออ ความริเริ่ม และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. เด็กสามารถทำกิจกรรมไอ้ไข่ไอ้โงง ได้ถูกต้องตามขั้นตอน

สื่อและอุปกรณ์

- เชือกฟาง เทปกาว นกหวีด หมวกรูปจระเข้
- แลบบัตรคำของบทร้อง
- ภาพจระเข้ ทั้งสองประเภท คือ ตะเข้ และตะโงง
- ภาพการเล่นไอ้ไข่ไอ้โงง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ (ประมาณ 5 นาที)

1. เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับจระเข้ อาทิ เด็ก ๆ เคยเห็นจระเข้หรือไม่ จากนั้นครูแสดงภาพและอธิบายประเภทของจระเข้
 - จระเข้ แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ (1) ตะเข้หรือไอ้ไข่ เป็นสัตว์ที่อาศัยอยู่แหล่งน้ำจืด จะมีปากใหญ่ หางยาวใหญ่ (2) ตะโงงหรือ ไอ้โงง เป็นสัตว์ที่ชอบอาศัยในบริเวณน้ำกร่อยหรือน้ำเค็ม จะมีปากแหลมเล็ก หางยาวแบน
 - จระเข้เป็นสัตว์ประเภทใด (สัตว์บก สัตว์น้ำ หรือสัตว์ครึ่งบกครึ่งน้ำ) อาหารของจระเข้คืออะไร และชอบอาศัยอยู่บริเวณใด
 - เด็กและครูร่วมกันสนทนาเปรียบเทียบ ความแตกต่างระหว่างจระเข้กับคน เช่น อวัยวะที่จระเข้มีแต่คนไม่มี
 - ครูตั้งคำถาม ถ้าวายน้ำแข่งกับจระเข้ เด็ก ๆ จะเตรียมตัว หรือทำอย่างไรถึงจะเอาชนะจระเข้ได้
2. ครูแนะนำบทร้องประกอบการเล่น "ไอ้ไข่ไอ้โงง อยู่ในโพรงไม้สัก ไอ้ไข่ฟันหัก กัดคนไม่เข้า" ฝึกปรบมือประกอบจังหวะ
3. เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับความหมายของบทร้อง (บทร้องกล่าวถึงไอ้ไข่ไอ้โงงที่ซ่อนตัวอยู่ในโพรงไม้ หรือบอนไม้สักลอยน้ำที่ตรงกลางบอนไม้กลวงเป็นโพรงใหญ่ ขนาดที่ไอ้ไข่สามารถเข้าไปนอนในนั้นได้ บทร้องแสดงถึงการที่เด็กว่ายข้ามแม่น้ำ และล้อเลียนไอ้ไข่ที่ฟันหัก และไม่สามารถกัดคนได้)

ขั้นกิจกรรม (ประมาณ 20 นาที)

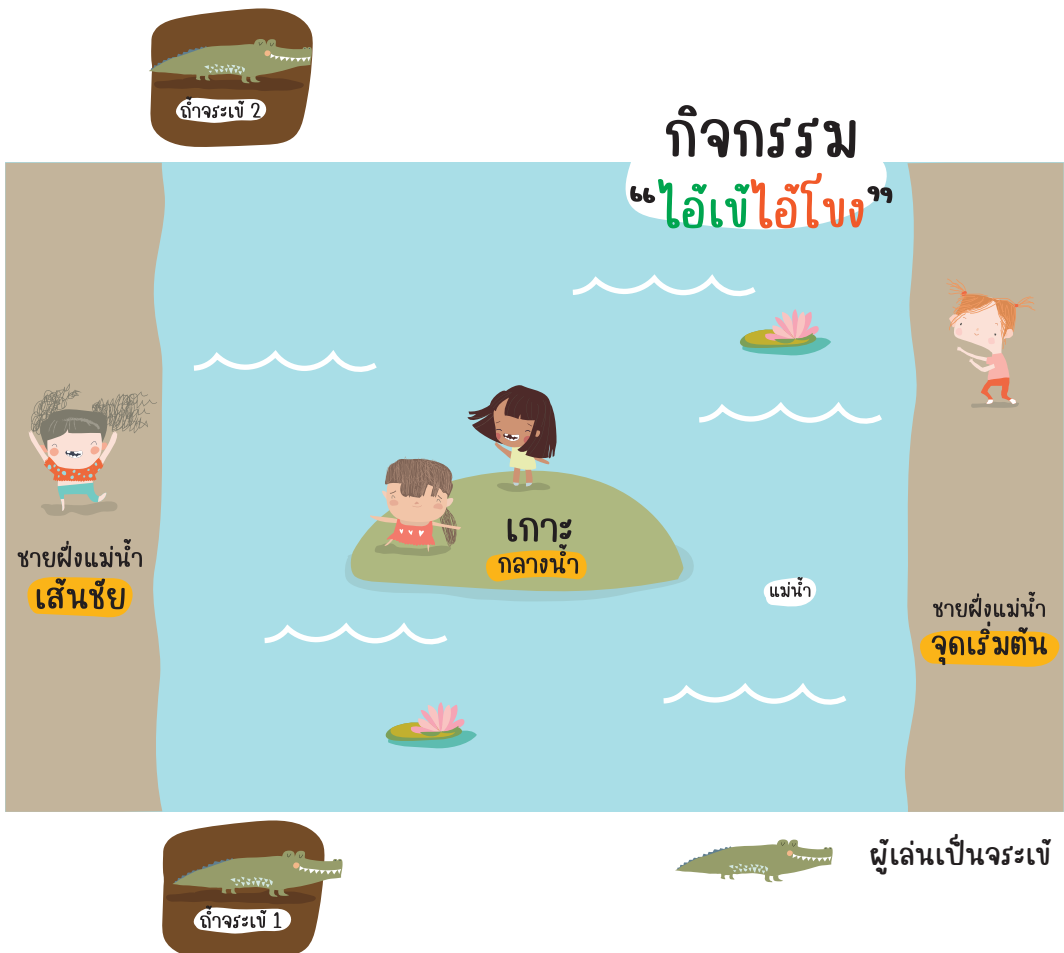
1. เด็กและครูสนทนาเกี่ยวกับวิธีการเล่นไอ้ไข่ไอ้โขง ดังนี้
2. ครูเตรียมพื้นที่การเล่น ดังนี้
 - ปิดพื้นสนามหรือบึงเชือกฟาง ให้เป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า ขนาดกว้าง 5 เมตร ยาว 10 เมตร โดยสมมติให้เป็นแม่น้ำ
 - ปิดพื้นที่ตรงกลางสี่เหลี่ยม ทำวงกลมให้คนยืนได้ 4-5 คน โดยสมมติให้เป็นเกาะกลางน้ำ
 - ปิดพื้นสนามเป็นสี่เหลี่ยมขนาดเล็ก ใวนอกบริเวณที่เป็นแม่น้ำ เพื่อกำหนดให้เป็นถ้ำจระเข้
3. ครูชี้แจงกติกาการเล่น ดังนี้
 - ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 12 คน ให้กลุ่มที่ 1 เริ่มเล่นก่อน ส่วนกลุ่มที่ 2 ยังไม่เล่น รอเป็นผู้ชมและช่วยกันร้องเพลง
 - กลุ่มที่ 1 แบ่งเป็น 2 บทบาท ประกอบด้วย
 - เด็กลงเล่นน้ำ (จำนวน 10 คน) โดยจะต้องวิ่งจากฝั่งหนึ่งไปยังอีกฝั่ง สามารถหยุดพักที่เกาะกลางน้ำได้ พยายามหนีไม่ให้จระเข้จับได้
 - จระเข้ (จำนวน 2 คน) ให้ยืนประจำที่ถ้ำจระเข้ (จุดเริ่มต้น) โดยสวมหมวกจระเข้วิ่งไล่จับเด็กในแม่น้ำ จับได้เฉพาะเมื่อใช้ 2 มือคว้าตัว (แขนหรือลำตัว) การแตะตัวอย่างเดียวไม่ถือว่าจับได้ กรณีถูกจับ เด็กที่ถูกจระเข้จับกลางแม่น้ำต้องออกจากเกมไปนั่งอยู่ที่ถ้ำจระเข้
 - กลุ่มที่ 2 แบ่งเป็น 2 บทบาท ประกอบด้วย
 - ชาวบ้าน ยังไม่ลงเล่นให้ยืนอยู่บนฝั่ง ช่วยกันร้องเพลง ล้อเลียนจระเข้ว่า "ไอ้ไข่ไอ้โขง อยู่ในโพรงไม้สัก ไอ้ไข่พันหักกัดคนไม่เข้า"
 - เลือก หัวหน้าหมู่บ้าน 1 คน ทำหน้าที่ตะโกนว่า "น้ำขึ้น" จระเข้สามารถขึ้นไปจับเด็กบนเกาะกลางน้ำได้ "น้ำลง" จระเข้ต้องรีบออกจากเกาะ ห้ามจับเด็กที่อยู่บนเกาะ
 - เล่นรอบละ 5 นาที เมื่อครบเวลา ครูจะเป่านกหวีด จากนั้นให้ทั้งสองกลุ่มสลับบทบาทกัน
4. ครูและตัวแทนเด็กออกมาสาธิตการเล่นให้เพื่อนดู และให้ซักถามจนเข้าใจ
5. ครูและเด็กสนทนาเกี่ยวกับการเล่นให้ปลอดภัย จากนั้นครูเป่านกหวีดให้เริ่มเล่น

ขั้นสรุป (ประมาณ 5 นาที)

1. เด็กและครูร่วมกันสรุปการทำกิจกรรมไอ้ไข่ไอ้โขง โดยใช้คำถาม เช่น เด็ก ๆ รู้สึกอย่างไรกับการเล่น "ไอ้ไข่ไอ้โขง" ในวันนี้ เด็ก ๆ คิดว่า จะข้ามฟากไปอีกฝั่งโดยไม่ให้ถูกจระเข้จับกินได้อย่างไร นอกจากการว่ายน้ำแล้ว เด็ก ๆ คิดว่ามีวิธีการอะไรบ้าง ที่จะข้ามฟากไปอีกฝั่งหนึ่งได้
2. จากคำถามข้างต้น ให้ครูนำคำตอบของเด็กมาสะท้อนให้เด็กได้คิดเปรียบเทียบระหว่างคำตอบของตนเอง และคำตอบที่ได้จากเพื่อน โดยครูให้คำแนะนำแก่เด็กว่า ในการแก้ไขปัญหาเด็กสามารถคิดหาคำตอบได้มากกว่า 1 วิธี และให้เด็กเปรียบเทียบแต่ละวิธีเพื่อหาแนวทางที่เหมาะสม รวมทั้งส่งเสริมให้เด็กเข้าใจว่า เมื่อวิธีที่เลือกนำมาใช้ในการแก้ไขปัญหาไม่ประสบผลสำเร็จ เด็กสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการคิดใหม่ได้ (ลองผิทดลองถูก) และไม่ควรยอมแพ้ต่ออุปสรรคที่ต้องเผชิญ นอกจากนี้ครูอาจเสนอแนวทางคำตอบหรือวิธีการที่แตกต่างจากที่เด็กให้คำตอบก็ได้

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตความสามารถในการคิดริเริ่ม คิดคล่องแคล่ว คิดละเอียดลออ และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. สังเกตการทำกิจกรรมไอ้ไข่ไอ้โขงได้ถูกต้อง



กิจกรรม "กาฟักไข่"

จุดมุ่งหมายของการเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคล่องแคล่ว ความละเอียดลออ ความคิดริเริ่ม และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. เพื่อให้เด็กสามารถทำกิจกรรมกาฟักไข่ได้ถูกต้องตามขั้นตอน

สื่อและอุปกรณ์

- เชือกฟาง เทปขาว นกหวีด
- แถบบัตรคำของบทร้อง ไข่ปลอม
- ภาพการเล่นเกมกาฟักไข่ ภาพอีกา

วิธีการเล่น

ขั้นนำ (ประมาณ 5 นาที)

1. ครูนำภาพแสดงการเล่นเกมกาฟักไข่ให้เด็กดู หลังจากนั้นร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการเล่นดังกล่าว โดยใช้แนวคำถาม เช่น เด็ก ๆ รู้จักกาหรือไม่ และเคยเห็นกาจากที่ไหน กามีลักษณะ ทำทาง หรือเสียงร้องเป็นอย่างไร พร้อมทั้งชักชวนให้เด็กลองแสดงบทบาทสมมติเลียนแบบกา กากจะออกไปไว้ที่ไหนบ้าง และสมมติมีคนแอบมาขโมยไข่กา แม่กาจะดูแลไข่ไม่ให้ถูกขโมยได้อย่างไร
2. ครูแนะนำบทร้อง "เจ้านกกาเหว่าเอ๋ย ไข่ไว้ให้แม่กาฟัก แม่กาก็หลงรัก คิดว่าลูกในอุทร คาบเอาเข้ามาเพื่อ ไปคาบเอาเหยื่อมาป้อนนอนไว้ในรังนอน ช้อนเอาเหยื่อมาให้กิน"

ขั้นกิจกรรม (ประมาณ 20 นาที)

1. เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับวิธีการเล่นเกมกาฟักไข่
2. ครูเตรียมพื้นที่การเล่น โดย
 - ปิดเส้นหรือปิงเชือกฟางเป็นวงกลมขนาดใหญ่ และสมมติให้เป็นพื้นที่รังของกา ซึ่งแต่ละรังจะมี ผู้เล่นประจำเป็นแม่กา 1 ตัว
 - ครูนำไข่ปลอมที่เตรียมไว้วางไว้บริเวณกึ่งกลางวงกลม และสมมติให้เป็นไข่กา
3. ครูชี้แจงกติกาการเล่น ดังนี้
 - ครูให้เด็ก ๆ จับฉลาก เพื่อหาคนที่จะเป็นแม่กา 5 ตัว มาเฝ้ารังไว้ ส่วนคนที่เหลือให้เป็นชาวบ้าน
 - แม่กาจะต้องอยู่ภายในวงกลม (รังกา) เท่านั้น ไม่สามารถก้าวขาออกมานอกวงกลมได้ แต่สามารถที่จะยื่นมือเพื่อแตะชาวบ้านที่อยู่นอกวงกลมได้ แม่กามีหน้าที่ปกป้องไข่จากชาวบ้านที่มาขโมย

4. ครูและตัวแทนของเด็กออกมาสาธิตการเล่นให้เพื่อนดู และให้เด็กซักถามจนเข้าใจ รวมถึงแนะนำเกี่ยวกับการเล่นให้ปลอดภัย
5. ก่อนการเล่นเปิดโอกาสให้เด็กแต่ละกลุ่มวางแผนการเล่น โดยครูแบ่งเด็กออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มชาวบ้าน และ กลุ่มแม่มก
6. ในแต่ละรอบการเล่น ครูจะให้กลุ่มแม่มกผลัดกันส่งตัวแทนมาครั้งละ 1 คน (เรียงตามลำดับแถว) เพื่อทำหน้าที่เฝ้ารังกา และให้กลุ่มชาวบ้านผลัดกันส่งตัวมาครั้งละ 2 คน (เรียงตามลำดับแถว) เพื่อมาขโมยไข่กา และครูจะเป่านกหวีดเป็นสัญญาณเริ่มเล่นในแต่ละรอบ
7. ระหว่างการเล่นให้แต่ละฝ่ายแย่ง และปกป้องไข่ของตนเอง ตามวิธีการเล่นและกฎกติกาที่กำหนดไว้
8. เมื่อครูเป่านกหวีดให้สัญญาณอีกครั้ง จะถือว่าการเล่นในรอบนั้นจบลง และให้ทำการผลัดเปลี่ยนผู้ที่จะมาเป็นแม่มก และผู้ที่จะเป็นชาวบ้าน เพื่อทำการเล่นรอบต่อไป
9. เมื่อสิ้นสุดการเล่น ให้เริ่มต้นนับคะแนนจากจำนวนไข่ที่แต่ละฝ่ายครอบครองไว้ ฝ่ายไหนมีจำนวนไข่มากที่สุดให้ถือเป็นฝ่ายชนะ

ขั้นสรุป (ประมาณ 5 นาที)

1. เด็กและครูร่วมกันสรุปการทำกิจกรรมกาฟักไข่ โดยใช้คำถาม เช่น รู้สึกอย่างไรกับการเล่นกาฟักไข่ในวันนี้ เด็ก ๆ คิดว่า กว่าจะต้องทำอะไรถึงจะดูแลไข่เอาไว้ได้ ทำอย่างไรจะเอาไข่ออกจากแม่มกได้ นอกจากกาแล้ว มีสัตว์อะไรอีกบ้างที่หวงไข่ เด็ก ๆ เคยเห็นอะไรบ้างที่มีรูปร่างเหมือนไข่ ไข่สามารถนำไปทำเป็นอาหารอะไรได้บ้าง
2. จากคำถามข้างต้น ให้ครูนำคำตอบของเด็กมาสะท้อนให้เด็กได้คิดเปรียบเทียบระหว่างคำตอบของตนเอง และคำตอบที่ได้จากเพื่อน โดยครูให้คำแนะนำแก่เด็กว่า ในการแก้ไขปัญหา เด็กสามารถคิดหาคำตอบได้มากกว่า 1 วิธี และให้เด็กเปรียบเทียบแต่ละวิธี เพื่อหาแนวทางที่เหมาะสม รวมทั้งส่งเสริมให้เด็กเข้าใจว่า เมื่อวิธีที่เลือกนำมาใช้ในการแก้ไขปัญหาไม่ประสบผลสำเร็จ เด็กสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการคิดใหม่ได้ (ลองผิดลองถูก) และไม่ควรรยอมแพ้ต่ออุปสรรคที่ต้องเผชิญ นอกจากนี้ครูอาจเสนอแนวทางคำตอบหรือวิธีการที่แตกต่างจากที่เด็กให้คำตอบก็ได้

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตความสามารถในการคิดริเริ่ม คิดคล่องแคล่ว คิดละเอียดลออ และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. สังเกตการทำกิจกรรมกาฟักไข่ได้ถูกต้อง

กิจกรรม “กาฟักไข่”



ผู้เล่นเป็นกา

กิจกรรม "แมวกับปลาอย่าง"

จุดมุ่งหมายของการเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคล่องแคล่ว ความละเอียดลออ ความริเริ่ม และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. เด็กสามารถทำกิจกรรมแมวกับปลาอย่างได้ถูกต้องตามขั้นตอน

สื่อและอุปกรณ์

- เชือกฟาง เทปกาว นกหวีด
- ภาพแมว ภาพการละเล่นแมวกับปลาอย่าง
- ผ้าปิดตา หมวกแมว หมวกปลา

วิธีการเล่น

ขั้นนำ (ประมาณ 5 นาที)

1. ครูนำภาพแมวมาให้เด็กดู จากนั้นเด็กและครูร่วมกันสนทนาตามแนวคำถาม เช่น วันนี้มีกิจกรรมชื่อว่า "แมวกับปลาอย่าง" จากชื่อที่ได้ยิน เด็ก ๆ คิดว่า แมวจะทำอะไรกับปลาอย่าง นอกจากเมนูปลาอย่างแล้ว สามารถเอาปลามาทำอะไรให้แมวกินได้บ้าง ตอนนี้มีปลาอย่างวางอยู่ในครัว และแมวอยากกินปลาอย่าง คิดว่ามันจะทำอย่างไรบ้างถึงจะได้กินปลาอย่าง
2. ชักชวนให้เด็กทำท่าทางเลียนแบบแมวตบอด ที่กำลังหิวและออกหาอาหาร

ขั้นกิจกรรม (ประมาณ 30 นาที)

1. ครูแสดงภาพการละเล่นแมวกับปลาอย่าง และชี้แจงกติกาการเล่นดังนี้
 - ครูแบ่งผู้เล่นออกเป็น 2 กลุ่ม ให้เด็กทั้งสองกลุ่มเลือกหัวหน้ากลุ่มของตน จากนั้นหัวหน้ากลุ่มของแต่ละฝ่ายมาจับฉลากเพื่อสุ่มว่า กลุ่มใดจะได้เป็น "แมว" และกลุ่มใดจะได้เป็น "ปลาอย่าง"
 - ให้ผู้เล่นทั้งสองกลุ่มนั่งล้อมเป็นวงกลมใหญ่ โดยกลุ่มหนึ่งนั่งในครึ่งวงกลมซีกซ้าย และอีกกลุ่มหนึ่งนั่งในครึ่งวงกลมซีกขวา ก่อนการเล่นครูเปิดโอกาสให้เด็กแต่ละกลุ่มปรึกษาและวางแผนการเล่นร่วมกัน
 - เมื่อพร้อมแล้วครูเป่านกหวีดเป็นสัญญาณเริ่มเกม ทั้งสองกลุ่มส่งผู้เล่นคนแรกออกมา โดยหัวหน้ากลุ่มจะใช้ผ้าปิดตาผู้เล่นในทีมของตน แล้วจึงให้มายืนอยู่กลางวงในฝั่งของตน โดยให้ทั้งสองฝ่ายยืนห่างกันพอสมควร
 - เมื่อครูเป่านกหวีดเริ่มเล่นอีกครั้ง ผู้เล่นที่เป็น "แมว" จะต้องร้องว่า "แมว...แมว..." และผู้เล่นที่เป็น "ปลาอย่าง" จะต้องร้องว่า "ปลาอย่าง...ปลาอย่าง..." เพื่อให้ทั้งสองฝ่ายใช้เสียงในการค้นหาและเคลื่อนไหว โดยอาศัยการฟังแทนการมองเห็น
 - ผู้เล่นที่เป็นแมวพยายามจับปลาอย่างให้ได้ภายในเวลา 1 นาที ถ้าจับได้ถือว่าทีมแมวได้ 1 คะแนน แต่หากจับไม่ทันเวลา ทีมปลาอย่างจะได้ 1 คะแนนแทน
 - เมื่อหมดเวลา หรือแมวสามารถจับปลาอย่างได้แล้ว จะให้ผู้เล่นคนใหม่ของแต่ละกลุ่มออกมาเล่นแทน และเล่นวนไปเรื่อย ๆ จนสมาชิกทุกคนได้เล่นครบ

- เมื่อจบรอบแรก ครูให้แต่ละกลุ่มประชุมวางแผนกันใหม่ แล้วสลับบทบาทกัน โดยกลุ่มที่เคยเป็น "แมว" ให้เปลี่ยนไปเป็น "ปลาอย่าง" และกลุ่มที่เคยเป็น "ปลาอย่าง" เปลี่ยนเป็น "แมว" แล้วเริ่มเล่นรอบใหม่อีกครั้ง
 - การไล่และการหนี จะต้องอยู่ภายในวงกลมที่ผู้เล่นนั่งล้อมไว้เท่านั้น หากมีผู้เล่นจะออกนอกวง ให้ผู้ที่นั่งล้อมเป็นวงคอยกั้นไว้ไม่ให้หลุดออกไป ทั้งนี้ ห้ามผู้เล่นที่นั่งล้อมวงกลั่นแกล้งผู้เล่นที่อยู่ในวง
2. ก่อนเริ่มเล่นจริง ครูและเด็กอาสาออกมาสาธิตการเล่นให้เพื่อนดู และเปิดโอกาสให้เด็กซักถามข้อสงสัย
 3. ครูเป็นผู้ควบคุมการเล่น และใช้เสียงนกหวีดเป็นสัญญาณเริ่มเกม และหมดเวลาในแต่ละรอบ

ขั้นสรุป (ประมาณ 5 นาที)

1. เด็กและครรร่วมกันสรุปการทำกิจกรรมแมวกับปลาอย่าง โดยใช้คำถามดังนี้ ถ้าเด็ก ๆ เป็นแมว อยากจะจับปลาได้เยอะ ๆ เด็ก ๆ จะทำอย่างไรดี ถ้าเด็ก ๆ เป็นปลาที่ถูกแมวจับได้ เด็ก ๆ จะบอกแมวอย่างไรให้เปลี่ยนใจไม่กินปลา ถ้าแมวไม่กินปลาแล้ว แมวจะกินอะไรได้อีกบ้าง
2. จากคำถามข้างต้น ให้ครรรนำคำตอบของเด็กมาสะท้อนให้เด็กได้คิดเปรียบเทียบระหว่างคำตอบของตนเอง และคำตอบที่ได้จากเพื่อน โดยครูให้คำแนะนำแก่เด็กว่า ในการแก้ไขปัญหาเด็กสามารถคิดหาคำตอบได้มากกว่า 1 วิธี และให้เด็กเปรียบเทียบแต่ละวิธีเพื่อหาแนวทางที่เหมาะสม รวมทั้งส่งเสริมให้เด็กเข้าใจว่า เมื่อวิธีที่เลือกนำมาใช้ในการแก้ไขปัญหาไม่ประสบผลสำเร็จ เด็กสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการคิดใหม่ได้ (ลองผิดลองถูก) และไม่ควรรยอมแพ้ต่ออุปสรรคที่ต้องเผชิญ นอกจากนี้ครูอาจเสนอแนวทางคำตอบหรือวิธีการที่แตกต่างจากที่เด็กให้คำตอบก็ได้

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตความสามารถในการคิดริเริ่ม คิดคล่องแคล่ว คิดละเอียดลออ และการไม่ยอมจำนนต่อปัญหา
2. สังเกตการทำกิจกรรมแมวกับปลาอย่างได้ถูกต้องตามขั้นตอน

กิจกรรม “แมวกับ ปลาอย่าง”



ผู้เล่นเป็นปลาอย่าง



ผู้เล่นเป็นแมว

กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ภาษา

การเลือกนิทานสำหรับเด็กปฐมวัย ควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับระดับ การรับรู้และความสนใจของเด็กในแต่ละช่วงวัย เพื่อส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้ ความหมายและเชื่อมโยงไปสู่การพัฒนาทักษะทางภาษา รวมถึงปลูกฝัง คุณลักษณะ นิสัย และพฤติกรรมที่ดีผ่านกระบวนการเล่านิทาน

การเล่านิทานมีบทบาทสำคัญ ในการช่วยให้เด็กได้รู้จักการออกเสียง ฝึกคำศัพท์และพัฒนาภาษา ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของทักษะการรู้หนังสือ (literacy) ในอนาคต นอกจากนี้ การฟังนิทานยังช่วยกระตุ้นจินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์ พัฒนาสมอง เสริมสร้างทักษะทางสังคม และ ทักษะการสื่อสารให้กับเด็กปฐมวัย ช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ความแตกต่างระหว่าง ความเป็นจริงกับสิ่งสมมติ ฝึกการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง รู้จักเผชิญกับ เหตุการณ์ใหม่ ๆ และส่งเสริมความผูกพันทางอารมณ์ที่มั่นคงระหว่างผู้เล่า และเด็ก รูปแบบการเล่านิทานนั้น สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. **การเล่านิทานแบบไม่มีอุปกรณ์ หรือการเล่าปากเปล่า** การเล่าปากเปล่า เป็นรูปแบบที่ผู้เล่าต้องใช้ทักษะในการดึงดูดความสนใจของเด็ก ด้วยการใช้น้ำเสียง สีหน้า และท่าทางประกอบให้สอดคล้องกับลักษณะของตัวละคร ภายในเรื่อง ประโยคที่ใช้ควรสั้น กระชับ และได้ใจความ รวมถึงไม่ควรมีคำถามแทรกขณะดำเนินเรื่อง ผู้เล่าควรนั่งในระดับสายตาเดียวกับเด็ก ไม่ว่าจะเป็นบนเก้าอี้หรือนั่งบนพื้น เพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้เด็กได้คิดและวิจารณ์เนื้อเรื่องในช่วงท้าย
2. **การเล่านิทานแบบมีอุปกรณ์ช่วย** การใช้อุปกรณ์ช่วยเป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ที่ช่วยดึงดูดความสนใจเด็กให้มากขึ้น อุปกรณ์ที่นิยมใช้ เช่น หนังสือ นิทาน ภาพประกอบ หรือหุ่นมือ นอกจากนี้ ยังสามารถนำสิ่งแวดลอมรอบตัวเด็กมาเป็นส่วนหนึ่งของการเล่าเรื่องได้ อาทิ พืช ก้อนหิน ใบไม้ ต้นไม้ หรือใช้วัสดุเหลือใช้ ภาพจากนิตยสาร หน้ากาก และวัสดุอื่น ๆ ประกอบการเล่านิทานและกิจกรรมต่าง ๆ ระหว่างฟังนิทานอีกด้วย จะช่วยสร้างความสนุกสนาน ความแปลกใหม่ และกระตุ้นจินตนาการของ เด็กได้เป็นอย่างดี

ลานนิทานเป็นพื้นที่สำหรับจัดกิจกรรม ที่ช่วยส่งเสริมทักษะการรู้หนังสือ ให้กับเด็กปฐมวัยได้อย่างหลากหลาย กิจกรรมที่จัดขึ้นในลานนิทาน นอกจาก จะเน้นการเล่านิทานโดยใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น หนังสือนิทาน หุ่นมือ หน้ากาก วัสดุธรรมชาติ และวัสดุเหลือใช้แล้ว ยังสามารถประยุกต์ใช้ทรัพยากรเหล่านี้ ให้เหมาะสมกับบริบทของแต่ละพื้นที่และลักษณะกิจกรรม ครูหรือผู้ปกครองที่ ทำหน้าที่เล่านิทาน ยังสามารถสร้างสรรค์กิจกรรมสนุกสนานอื่น ร่วมกับเด็ก ๆ โดยเป็นผู้นำให้เด็กได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ผ่านการเล่านิทาน สอดแทรก การเล่นที่ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทั้งทางด้านภาษาและสังคม

ตัวอย่างกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ภาษา

กิจกรรม "หินเล่าเรื่อง"

สื่อและอุปกรณ์

- หินก้อนเรียบ หรือ ฝาขวดน้ำพลาสติก น้ำอัดลม
- สีชนิดต่าง ๆ และอุปกรณ์ระบายสี
- กระดาษ กรรไกร กาว เทปใส หรือ เทปสองหน้า

วิธีการเล่น

1. ครู/ผู้ปกครองชวนเด็ก ๆ ออกไปเก็บหินที่มีพื้นผิวเรียบจากบริเวณรอบ ๆ สนาม หรือถ้าบริเวณดังกล่าวไม่มีหิน ให้ครู/ผู้ปกครองเตรียมหินผิวเรียบไว้ให้เด็ก ๆ คนละประมาณ 3-4 ก้อน (หากหาหินไม่ได้ อาจประยุกต์ใช้วัสดุเหลือใช้ เช่น ฝาขวดน้ำพลาสติกหรือฝาน้ำอัดลม นำมาใช้แทนก้อนหิน)
2. เมื่อเด็ก ๆ ได้หินหรือวัสดุเรียบร้อมแล้ว ครู/ผู้ปกครองเล่านิทานให้เด็กฟังในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย จากนั้นพูดคุยซักถามเกี่ยวกับเรื่องราวในนิทานเพื่อให้เด็ก ๆ ได้ทบทวนเนื้อหา
3. ให้เด็ก ๆ วาดภาพตัวละคร สัตว์ หรือสิ่งของต่าง ๆ จากนิทานที่ได้ฟังลงบนก้อนหินแต่ละก้อน โดยครู/ผู้ปกครองแจกอุปกรณ์สำหรับระบายสี เช่น พู่กัน จานสี สีอะคริลิก สีเมจิก หรืออุปกรณ์ระบายสีอื่น ๆ ซึ่งสีอะคริลิกและสีเมจิกเหมาะสำหรับวาดบนก้อนหิน เพราะแห้งเร็วและติดทนนาน แต่ถ้าต้องการใช้สีชอล์ก สีเทียน หรือสีไม้ เด็ก ๆ สามารถวาดภาพบนกระดาษก่อน แล้วตัดภาพที่วาดไปแปะบนก้อนหินโดยใช้กาวหรือเทปสองหน้า
4. เมื่อระบายสีเสร็จ ครูหรือผู้ปกครองอาจถามเด็ก ๆ ว่า "หินแต่ละก้อนวาดรูปอะไรไว้" แล้วให้เรียงลำดับก้อนหินตามลำดับเรื่องราวในนิทานที่ได้ฟัง จากนั้นเปิดโอกาสให้เด็ก ๆ เล่าเรื่องราวของตนเองโดยใช้ภาพวาดบนก้อนหินที่เรียงไว้ เพื่อฝึกทักษะการเล่าเรื่องและจินตนาการ



"Story
Stones"

กิจกรรม "นิทานหุ่นนิ้ว"

สื่อและอุปกรณ์

- กระดาษสีเหลืองสีขาวยีนขาวไม่หนาไม่บางเกินไป ขนาดเมื่อม้วนแล้วสามารถสวมนิ้วมือเด็กได้
- สีไม้ สีเทียน หรือ สีเมจิก ดินสอ
- กาว หรือ เทปใส
- กรรไกร

วิธีการเล่น

1. เมื่อครู/ผู้ปกครองเล่านิทานให้เด็ก ๆ ฟังจนจบแล้ว ชักชวนเด็ก ๆ ทบทวนเรื่องราวในนิทานด้วยการถามว่า "ในนิทานมีตัวละครอะไรบ้าง" "ในนิทานมีใครบ้าง" หรือ "มีสัตว์ชนิดใดอยู่ในนิทานบ้าง" จากนั้นสนทนาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเด็ก ๆ เพื่อให้แต่ละคนได้เลือกตัวละครที่ตนเองสนใจ
2. ครู/ผู้ปกครองแจกกระดาษขนาดเล็กให้เด็ก ๆ วาดและระบายสีตัวละครจากนิทานที่ต้องการประมาณ 3-4 ตัว เมื่อวาดเสร็จ ให้ครู/ผู้ปกครอง ช่วยม้วนกระดาษเป็นรูปทรงกระบอกขนาดพอดีนิ้วมือ จากนั้นติดกาวหรือเทปใสเพื่อยึดกระดาษเป็นหุ่นนิ้วมือ แล้วสวมบนนิ้วของเด็ก ๆ
3. หลังจากเด็กได้หุ่นนิ้วมือครบแล้ว สามารถเล่นบทบาทสมมติ และสร้างสรรค์เรื่องราวตามจินตนาการของตนเอง หรือจัดกิจกรรมให้เด็ก ๆ ผลัดกันมาเล่านิทานที่ลานนิทาน โดยใช้หุ่นนิ้วมือเป็นตัวละคร พร้อมทั้งออกท่าทางประกอบอย่างสนุกสนาน

"Finger Puppet"



กิจกรรม "กล่องนิทานสร้างสรรค์"

สื่อและอุปกรณ์

- กล่องรองเท้า หรือกล่องต่าง ๆ ขนาดใกล้เคียงกล่องรองเท้า
- กระดาษสีต่าง ๆ กาว กรรไกร
- อุปกรณ์ระบายสีชนิดต่าง ๆ เช่น สีน้ำ สีเทียน สีไม้ สีเมจิก เป็นต้น
- วัสดุเหลือใช้ชนิดต่าง ๆ หรือวัสดุที่หาได้ในท้องถิ่น

วิธีการเล่น

1. หลังจากทำครู/ผู้ปกครองเล่านิทานจบแล้ว ให้เด็ก ๆ นำอุปกรณ์ที่เตรียมไว้มาประดิษฐ์ฉาก และเรื่องราวจากนิทานที่ได้ฟังตามจินตนาการของตนเอง โดยใช้วัสดุเหลือใช้หรือวัสดุที่หาได้ในท้องถิ่น เช่น กล่องรองเท้า
2. เริ่มจากให้เด็ก ๆ เปิดฝากล่องรองเท้า แล้วตัดด้านข้างกล่องรองเท้าหนึ่งด้านให้เปิดออก (โดยไม่ตัดด้านนั้นทิ้ง) เพื่อให้กล่องเหลืออยู่ 3 ด้าน จากนั้นให้เด็ก ๆ ระบายสีพื้นและด้านในกล่องรองเท้าตามฉากที่ต้องการจะสร้างสรรค์ พร้อมตกแต่งด้านในกล่องด้วยวัสดุเหลือใช้ หรือของจากธรรมชาติตามจินตนาการของแต่ละคน
3. ครู/ผู้ปกครองอาจแบ่งเด็ก ๆ ออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 2-3 คน เพื่อให้ได้ฝึกการทำงานเป็นทีมในการประดิษฐ์กล่องนิทานสร้างสรรค์นี้
4. เมื่อประดิษฐ์กล่องนิทานเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้เด็ก ๆ ได้สนุกกับการเล่นและเล่าเรื่องราวต่อยอดจากนิทานเดิม ด้วยฉากที่ตนเองสร้างขึ้นอย่างอิสระ



"Story Box"

กิจกรรม "ฟาร์มहरษา"

สื่อและอุปกรณ์

- กระดาษที่วาดรูปหน้าสัตว์
- ลวดเย็บกระดาษ
- สีชนิดต่างๆ เช่น สีไม้ สีชอล์ก สีเทียน เป็นต้น
- แถบกระดาษแข็งคาดศีรษะสำหรับติดกับหน้ากากที่ระบายสีแล้ว

วิธีการเล่น

1. ครู/ผู้ปกครอง เล่านิทานเกี่ยวกับสัตว์ต่าง ๆ หรือพูดคุยเกี่ยวกับสัตว์ที่พบได้ในฟาร์ม หรือสวนสัตว์ ให้เด็ก ๆ ฟัง พร้อมยกตัวอย่างสัตว์แต่ละชนิด ทั้งรูปร่าง หน้าตา ความสามารถ และลักษณะเด่น เช่น ม้าวิ่งเร็ว สุนัขซื่อสัตย์ รักเจ้าของ
2. เมื่อเล่านิทานจบซักถามและกระตุ้นให้คิดต่อ โดยครู/ผู้ปกครองถามเด็ก ๆ ว่า "อยากเป็นสัตว์ชนิดใด เพราะอะไร มีข้อดีอย่างไร" จากนั้นให้เด็กลองแสดงท่าทางหรือเสียงของสัตว์ที่เลือก เช่น "โ으่ง โ으่ง" เพื่อสร้างความสนุกสนาน
3. ครู/ผู้ปกครองเตรียมอุปกรณ์สำหรับกิจกรรม ได้แก่ สี และหน้ากากรูปสัตว์ที่ยังไม่ได้อระบายสีสำหรับเด็ก ๆ แต่ละคน จากนั้นให้เด็ก ๆ เลือกสัตว์ที่อยากจะเป็น แล้วลงมือระบายสีหน้ากากตามความชอบของตนเอง เมื่อระบายสีหน้ากากรูปสัตว์เสร็จเรียบร้อยแล้ว ครู/ผู้ปกครองจะช่วยนำหน้ากากนั้น ไปติดกับแถบกระดาษแข็งเพื่อทำเป็นที่คาดศีรษะ แล้วนำไปสวมที่ศีรษะของเด็กแต่ละคน
4. เมื่อทุกคนสวมที่คาดศีรษะรูปสัตว์ของตนเอง ให้เด็ก ๆ ผลัดกันออกมาแสดงท่าทาง และบอกคุณลักษณะเด่นหรือลักษณะพิเศษของสัตว์ที่เลือก พร้อมแสดงท่าทางประกอบ
5. จำลอง OKMD Playground ให้เป็นฟาร์มสัตว์ จากนั้นชวนเด็ก ๆ ทุกคนให้วิ่งเล่นในฟาร์มอย่างอิสระ ขณะที่ยังคงสวมที่คาดศีรษะรูปสัตว์ของตนเอง พร้อมแสดงท่าทางหรือเสียงของสัตว์ที่เลือก เพื่อสร้างบรรยากาศสนุกสนาน



"Animal Headband"

บทสรุป

การเล่นไม่ใช่แค่ความสนุก แต่คือกระบวนการเรียนรู้ตามธรรมชาติของเด็ก ที่ส่งผลต่อพัฒนาการในทุกมิติ ทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยเฉพาะในช่วงวัย 3-9 ปี ซึ่งถือเป็นช่วงเวลาทองของการพัฒนาสมอง เด็กจะสร้างการเชื่อมต่อของใยประสาทอย่างมหาศาล ผ่านการเล่นอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ในช่วงวัยนี้ การพัฒนาทักษะ EF เกิดขึ้นอย่างชัดเจน เริ่มต้นตั้งแต่ขวบปีแรก และเติบโตอย่างก้าวกระโดดในช่วง 3-6 ปี ก่อนจะพัฒนาเต็มที่ในช่วงอายุ 20-25 ปี การเล่นจึงเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนา EF เพราะกิจกรรมการเล่นเปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกคิดตัดสินใจ ควบคุมตนเอง รอคอย ปรับตัว และแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ซึ่งล้วนเป็นแกนหลักของ EF

ขณะเดียวกัน การเล่นที่บูรณาการประสาทสัมผัสก็มีบทบาทสำคัญไม่แพ้กัน เพราะเป็นกระบวนการที่สมองรวบรวมและประมวลผลข้อมูลจากการมองเห็น ได้ยิน ดมกลิ่น รับรส สัมผัส การทรงตัวและการเคลื่อนไหว และการรับรู้เอ็นและข้อต่อ ซึ่งช่วยกระตุ้นสมองหลายส่วนให้ทำงานร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลต่อการควบคุมร่างกาย อารมณ์ สมาธิ การคิดวิเคราะห์ และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ดังนั้น สนามเด็กเล่นควรถูกออกแบบให้เป็นห้องเรียนธรรมชาติ ที่มีความหลากหลายทั้งในด้านพื้นผิว วัสดุ และกิจกรรม ซึ่งไม่เพียงช่วยกระตุ้นประสาทสัมผัส แต่ยังเป็นพื้นที่ในการฝึกทักษะในการเล่นร่วมกับผู้อื่น การตัดสินใจ และการควบคุมตนเอง

ผู้ใหญ่จึงมีบทบาทสำคัญ ในการออกแบบประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการเล่น ทั้งที่บ้านและในโรงเรียน โดยคำนึงถึงหลักการพัฒนาสมองของแต่ละช่วงวัย และบูรณาการเข้ากับกลุ่มสาระวิชาต่าง ๆ พร้อมใช้สนามเด็กเล่นให้เป็นพื้นที่เรียนรู้ที่ปลอดภัย ยืดหยุ่น และสอดคล้องกับธรรมชาติของเด็ก หากเด็กได้รับการสนับสนุนให้ได้เล่นอย่างมีคุณภาพ ได้ใช้ประสาทสัมผัสอย่างเต็มที่ และอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเติบโต เด็กจะสามารถพัฒนาได้อย่างมั่นคงและรอบด้าน เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพดี มีความสุข และมีทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการใช้ชีวิตอย่างสมดุลในอนาคต



เอกสารอ้างอิง

- Cinelli, E. (2024, July 16). 8-year-old child developmental milestones. Parents.
<https://www.parents.com/8-year-old-developmental-milestones-620729>
- Cinelli, E. (2024, July 23). 9-year-old child development and milestones. Parents.
<https://www.parents.com/9-year-old-developmental-milestones-620731>
- Cochran, N. H., Nordling, W. J., & Cochran, J. L. (2010). Child-centered play therapy. Wiley.
- Diamond, A. (2013). Executive functions. Annual Review of Psychology, 64, 135-168
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Diamond, A. (2014). Understanding executive functions: What helps or hinders them and how executive functions and language development mutually support one another. Perspectives on Language and Literacy, 40(2), 7-11.
- Gee, D. G., & Casey, B. J. (2015). The impact of developmental timing for stress and recovery. Neurobiology of Stress, 1, 184-194. <https://doi.org/10.1016/j.ynstr.2015.02.001>
- Gray, P. (2009). Free to learn: Why unleashing the instinct to play will make our children happier, more self-reliant, and better students for life. New York: Basic Books.
- Hughes, F. P. (2010). Children, play, and development (4th ed.). Sage Publications.
- Parten, M. B. (1932). Social participation among preschool children. The Journal of Abnormal and Social Psychology, 27(3), 243-269. <https://doi.org/10.1037/h0074524>
- Wisner, W. (2024, June 26). 6-year-old development milestones. Parents.
<https://www.parents.com/6-year-old-development-milestones-8650678>
- Wisner, W. (2024, July 11). 7-year-old child development milestones. Parents.
<https://www.parents.com/7-year-old-developmental-milestones-620704>
- ชัยชัย โกมารทัต. (2549). กีฬาพื้นเมืองไทยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สภาพรภูมิศาสตร์.
- บัญญัติ ยงยวน, นันทนัช สงศิริ, & ณัฐวดี ปิตตาทะโน. (2562). ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นไทยที่มีต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในเด็กปฐมวัย. วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย, 11(1), 1-15. <https://so05.tci-thaijo.org/index.php/suedureasearchjournal/article/view/159762/140972>
- พรพนา ช่างเกวียน. (2544). การละเล่นพื้นเมืองโคราช: การวิเคราะห์คุณค่าทางด้านพลศึกษาและคติชนวิทยา [วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น]. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- รอมร แยมประทุม. (2559). ความสำคัญของการเล่นต่อพัฒนาการในเด็ก. วารสารสมาคมเวชศาสตร์ป้องกันแห่งประเทศไทย, 6(2), 275-281. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/JPMAT/article/view/133847/100265>
- วัดสัวิธ, บี. เจ. (2552). ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา: ฌอง พียาเจต์ (สร้างคำ ใควัตระกูลและคณะ, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (พิมพ์ครั้งแรก 1996).

Play-based Learning: การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการเล่นในพื้นที่เรียนรู้สร้างสรรค์

พิมพ์ครั้งที่ 1	กรกฎาคม 2568
จำนวนพิมพ์	250 เล่ม
จำนวนหน้า	86 หน้า
ข้อมูลลิขสิทธิ์	Play-based Learning: การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการเล่น ในพื้นที่เรียนรู้สร้างสรรค์ © สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)

คณะผู้จัดทำ

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์อดิศักดิ์ ผลิตผลการพิมพ์
สังเคราะห์องค์ความรู้	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วสุนันท์ ชุ่มเชื้อ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บัญญัติ ยงย่วน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สาวิตรี ทยานศิลป์ อาจารย์ ดร.นนทสรวง กลีบผึ้ง อาจารย์ ดร.นุชนาฏ รักษ์ อาจารย์ ดร.กัณนิกา เพิ่มพูนพัฒนา อาจารย์ ดร.ธีรตา บำนอง อาจารย์ราม เชื้อสถาปนศิริ นางวรรณอนงค์ พิพัฒน์อารยกุล

สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)

ที่ปรึกษา	ดร.ทวารัฐ สุตะบุตร ดร.อภิชาติ ประเสริฐ โตมร ศุขปรีชา
บรรณาธิการ	อารีย์รัชต์ ชวกาญจนกิจ
เรียบเรียง	สมกิต วงศ์มาก
ออกแบบรูปเล่มและปก	สมกิต วงศ์มาก
พิสูจน์อักษร	สมกิต วงศ์มาก
จัดพิมพ์	สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)
พิมพ์ที่	บริษัท พลัสเพรส จำกัด



okmd

สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)

เลขที่ 69/18-19 อาคารมิว บิล딩 ชั้น 18-19

ถนนวิภาวดีรังสิต สามเสนใน พญาไท

กรุงเทพฯ 10400

www.okmd.or.th

