

เล่น... พัฒนาอัจฉริยภาพ

นำเสนอด้วย : 10 พ.ย. 2552

การเล่นพัฒนาอัจฉริยภาพลูกน้อย

การเล่นเป็นธรรมชาติของเด็ก การเล่นเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับเด็ก ประสบการณ์ที่ได้รับจากการเล่นจะช่วยพัฒนาศักยภาพของเด็กในด้านต่างๆ เพราะการเล่นเป็นการตอบสนองความต้องการของอุปถัมภ์ใจและได้รับความสนุกสนานความเพิงพอใจ เด็กจะได้พบกับการแก้ปัญหา การแบ่งปัน การอยู่รวมกันกับผู้อื่น รู้จักการเป็นผู้นำและส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ การเล่นยังช่วยให้เด็กได้ใช้พลังงานและจินตนาการ ของเล่นมีมากหลายหลากรูปแบบที่จะทำให้เด็กได้เรียนรู้ และค้นพบว่าจะเล่นวิธีไหน อย่างไร เล่นแล้วอุ่นมา เป็นรูปแบบใด ทำให้เกิดการคิดพบรูปแบบใหม่ๆ อย่างต่อเนื่อง ดังนั้นการเล่นจึงมีบทบาททำให้เด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความคิดสร้างสรรค์ มีความสุข และเต็มไปด้วยจินตนาการ

การเล่นมีผลต่อการพัฒนาสมอง การเล่นที่ให้เด็กได้รับประสบการณ์อย่างตรง ได้แก่ การหยิบจับ สัมผัส จับช่วยส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทางสมอง ให้มีคุณภาพในการทำงานมากยิ่งขึ้น

การเล่นจึงเป็นการป้อนข้อมูลเข้าไปในสมอง

แต่การเจริญเติบโตของตัวสมองของนั้นๆ ได้มารับอาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็ก รวมทั้งการดูแลเอาใจใส่ในตัวเด็ก ได้แก่ ความรัก ความอบอุ่นจากพ่อแม่ผู้เลี้ยงดูด้วย

การเล่นที่เหมาะสมต่อพัฒนาการเด็กในแต่ละวัยมีความสำคัญมาก สามารถกระตุนให้สมองและจุดเชื่อมต่อทำให้สมองเกิดการพัฒนาการเติบโตได้เป็นอย่างดี ซึ่งสิ่งนี้เองที่เป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาอัณฑะ

ความสำคัญของการเล่น

การเล่นช่วยส่งเสริมพัฒนาการในด้านต่างๆ

ด้านร่างกาย (Physical Development) การเล่นซึ่งกันและกัน เช่น การวิ่ง กระโดด สัมผัสร่างกาย เกิดการทำงานที่ประสานสัมพันธ์กันระหว่างระบบประสาทและมัดกล้ามเนื้อ

ด้านสติปัญญา (Cognitive Development) การเล่นช่วยให้เด็กเกิดการปรับตัวพัฒนาเปลี่ยนแปลงความคิด เกิดการแก้ปัญหาจากการคิดวิเคราะห์และสังเคราะห์เปลี่ยนแปลงความคิดความเข้าใจในเนื้อหาที่มีต่อสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก

ด้านภาษา (Language Development) การอ่านและการเขียน การเล่นเด็กจะรู้คำศัพท์ใหม่เพิ่มขึ้นจากการใช้ภาษาในการสื่อสารระหว่างผู้เล่น

ด้านสังคม (Social Development) การเล่นช่วยสอนให้เด็กรู้จักความอดทนและการรอดอยู่ การแบ่งปันและรู้จักกฎเกณฑ์ของสังคม การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การเสียสละ ความสามัคคีจะทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

ด้านอารมณ์ (Emotional Development) การเล่นช่วยให้เด็กเกิดการแสดงอารมณ์ในรูปแบบต่างๆ เช่น กลัว โกรธ อิจฉา คับข้องใจ เครียด เป็นตน ซึ่งอารมณ์ที่เป็นลบเหล่านี้จะแสดงออกผ่านการเล่น การเล่นสามารถทำให้เกิดความมั่นใจในตนเองได้จะเกิดความสุขเมื่อการเล่นประสบความสำเร็จ

ด้านความคิดและจินตนาการ (Creativity and Imaginary Development)

การเล่นสามารถต่อยอดและส่งเสริมจินตนาการให้เด็กได้อย่างแน่นอน

พ่อแม่นับเป็นเพื่อนเล่นคนแรกของลูกและเป็นเพื่อนเล่นที่ดีที่สุด
 เพราะเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญในการเลือกของเล่นและชนิดของการเล่นแต่ละประเภทให้แก่ลูก
 สอนวิธีการเล่นและแนะนำสิ่งที่ถูกต้องให้แก่ลูก มีการศึกษาคนคาวา “เด็กที่มีความคิดสร้างสรรค์มากที่สุด
 มากเป็นเด็กที่มีผู้ใหญ่เข้ามาเกี่ยวของด้วยในการเล่น”

หมายความว่าพอเมื่อเป็นบุคคลที่ดีและสำคัญที่สุดที่จะเล่นกับลูก ยังรวมถึงญาติและคนอื่นๆ
 ที่มีส่วนร่วมในการเล่นกับลูก

การเล่นยังสามารถบรรยายกาศที่เพลิดเพลินและก่อให้เกิดความสนุกสนานและความอบอุ่นภายในบ้านได้อีกด้วย
 สิ่งที่พ่อแม่ควรกระทำระหว่างเล่นกับลูกคือ ให้คำชี้แจง แสดงออกถึงความภาคภูมิใจ
 จะทำให้การเล่นของเด็กเกิดประโยชน์สูงที่สุด

การเล่นควรคำนึงถึง

* **ความปลอดภัย** ตั้งแต่ของเล่น สถานที่ที่จะอนุญาตให้เด็กเล่น
 การร่วมเล่นของพ่อแม่หรือการเล่นอย่างเสรี เด็กควรจะมีความคิดสร้างสรรค์
 มีความสนใจและแสดงความสามารถที่มีต่อการเล่น

* **ความเหมาะสมต่อพัฒนาการตามวัย** การเล่นต้องเหมาะสมกับระดับอายุและวัยของเด็ก
 เพื่อช่วยส่งเสริมพัฒนาการของเด็กได้อย่างเต็มที่
 ซึ่งเด็กไม่ควรเล่นกับของเล่นที่มีระดับความยากที่มากหรืออันตรายเกินไปเมื่อเทียบกับวัยของเด็กเอง
 เพราะของเล่นที่ขับขอนและยากเกินความสามารถตามวัยของเด็กก็จะบั่นทอนกำลังใจและความคิดสร้างสรรค์
 นัดตัวเด็กเอง หรือหากมีระดับความง่ายจนเกินไปก็อาจทำให้การเล่นน่าเบื่อ เด็กขาดความสนใจ
 เกิดความรู้สึกว่าไม่ท้าทายความสามารถ ไม่เกิดแรงจูงใจในการเล่น
 จึงทำให้รู้สึกว่าการเล่นไม่ก่อให้เกิดความสนุกสนาน

* **การจัดสิ่งแวดล้อม บรรยายกาศที่สบายๆ มีการเลือกจัดมุมบริเวณสำหรับการเล่น**
 จัดหมวดหมู่ให้เป็นระเบียบ มีระบบการจัดเก็บที่เป็นระเบียบ ก็จะทำให้เล่นได้อย่างสะดวก ปลอดภัย
 ยังส่งเสริมฝึกให้เด็กมีระเบียบวินัยและความรับผิดชอบ “ของเล่นที่ดีมีคุณภาพนั้นไม่ได้อยู่ที่ราคาแพง
 แต่ขึ้นอยู่กับว่าเราจะนำของเล่นนั้นมาใช้ประโยชน์ได้มากน้อยเพียงใด”

* **บุคคลที่เล่นกับลูกคือพ่อแม่ “พ่อแม่ควรเล่นกับลูก”**
 ปฏิสัมพันธ์และสายใยรักที่เกิดขึ้นจะทำให้เกิดความผูกพัน รักใคร่ ซึ่งช่วย
 และเกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครอบครัวด้วย

ในเมื่อการเล่นต้องเหมาะสมกับวัยและพัฒนาการของเด็ก
 ดังนั้นพ่อแม่ที่เกี่ยวข้องจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรู้จักรูปแบบชาติและพัฒนาการของเด็กเป็นพื้นฐาน
 เพื่อช่วยประเมินและประเมินความสามารถของเด็กได้ว่ามีความพร้อมและวุฒิภาวะที่จะแสดงพฤติกรรมและเสนอขอ
 อะไรบาง การเข้าใจระดับความสามารถของเด็กจะทำให้ “การเล่นเกิดประโยชน์สูงสุด” เด็กจะทำได้สำเร็จ
 เกิดความภาคภูมิใจ จากการผลลัพธ์ของการพัฒนาบุคคลิกภาพและพัฒนาการด้านอื่นๆ ตามมาเมื่อเด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่

ตารางแสดงการเล่นที่เด็กควรทำอย่างเหมาะสมในวัยทารก

อายุวัยทารก	การเล่น
1-3 เดือน	ของเล่นที่ช่วยกระตุนให้เกิดการใช้สายตา เช่น โมบาย เครื่องเขย่าที่ก่อให้เกิดเสียง เป็นตน
3-4 เดือน	ของเล่นแข็งๆ จับสิ่งของต่างๆ ของเล่นชนิดนี้มีหลักหลาຍ ฝึกให้เด็กรู้จักการสังเกตด้วยการสัมผัสรู้ความแข็งความนุ่ม เช่น ลูกบอลแบบนิ่มมีระบบแสงเสียง เป็นตน
5-6 เดือน	วัยนี้ชอบนำสิ่งของเข้าไปในรотовารี ตุกตามีเสียง ของเล่นที่มีเสียงดนตรี ตุกตามีเสียง รูจักรเล่นของเล่นเมื่อเห็นการสะท้อนในกระจก

6-7 เดือน	ชูงเล่นประเกทมีเสียงป้องແປ່ງ ຕຸກຕາພາ ຕຸກຕາລົມລຸກ ວລາກ ຕຸກຕາໄຂລູນ ພັງເພັງຈັງຫວະຍາງ ເມື່ອເດັກໄດຍີນເສີຍດັ່ງກ່າວກີ່ຈະຫ້ວເຮັດຝຶກໂຈ
7-8 เดือน	ຂຸງເລັນປະເທດທີ່ມີລົມເຊື່ອນ ມີສີສັນລັກໄປມາໄດ້ ແລະ ຕຸກຕາຽຸປ່ວຍງາມ ແຕດອງຮະວັງຂອງກາຍໃນນານ໌ ເຊັ່ນ ສາຍໄຟ ກລອນປະຕູ ບານພັບປະຕູ ພັດລົມ ວິທຸກ ໂກຮັດພາ ເປັນດັນ
8-9 เดือน	ເດັກຂອບເຄາະຢູ່ລອງ ເຄາະຮະນາດ ເຄາະດນຕີ ບາງຄນຂອບໃຫ້ຈັບໂຍນຈະຫ້ວເຮັດຝຶກໄຈ
9-10 เดือน	ຂຸນເລັນຍູ້ຄຸນເດີຍ໏ ສັນໃຈກາເລັນກັບຂອງໃໝ່ ເຊັ່ນ ເຄື່ອງຄົວ ຂອນ ຂາມ ປຳລົກໄຟ ສົວືດ້າໄຟແລະເອື່ນໆ
10-11 เดือน	ຂອບເລັນໄນ້ບລອດຸແລະຕອບລອດຸ ຂອບເຄາະທຳໄຫ້ເກີດເສີຍ ຂອບດອອງເລັນ ຂອບດູຮັບປິນທານຕາງໆ
11-12 เดือน	ເລຸນຂອງເລັນທີ່ມີກາຣຳວັງ, ອຍກຮູ້ອຍກເຫັນ ແລະ ດີຈຳເມື່ອໄດ້ອູ້ນັກລຸມທີ່ໄດ້ກວາເລັກນອຍ

ตารางแสดงการเล่นที่เด็กควรทำอย่างเหมาะสมในเตาะแตะ (1-3 ปี)

อายุวัยเตาະແຕະ	ກາຣເລັນ
1-1ປີຄົງ	ຂອບເລັນຫຶ້ງໜ້າ ກະດານລື່ນ ຮັດເຂົ້ນ ລູກນົບລົບ ເລັນທາຍ ສີແລະກຸຽດຕາຍເຂົ້າຍາດາມໃຈຂອບ ຂອບດຸກຕາຽຸປ່ວຍນຸ້ມແລະຮູປ່ສັດວ ຮອຍນັດ ເຄື່ອງປິນ ກາຣອານໜັງສືອຍາງຍາງໆ ເຊັ່ນ ມັນສືອກາພ
1ປີຄົງ - 2 ປີ	ຂອບເລັນອອກແຮງ ເຊັ່ນ ເຕະລູກນົບລົບ ຕອກດ້ວຍຄອນ ດຶງອອກມາສວານໄສແທງໄມ້ທີ່ຂອນກັນ ຂອບດຸນຕີທີ່ໂຍກຈຸ້ວຕາມຈັງຫວະເສີຍເພັງ ຂອບວາດຽຸປ່ວຍໃຊ້ສີເທິ່ນ ຂອບໜັງສືອດູກພວຍງາມ ແລະກະໂດດໂລດເຕັ້ນທັງວັນ
2-3 ປີ	ຂີ່ຈັກຍານ ຕ້ອນບຸລັດຸ ວາດູກາພ ອູ້ນັງສືອປະກອບ ເລັນຕຸກຕາ ຕອງກາຣເພື່ອເລັນນັກກວາຂອງເລັນ

อຸປກຮົນຂອງເລັນເຕັກວັຍ 1-3 ປີ

- * ບລັດຄໄນ້ຂັນາດໄຫຼູ່ ຢີ້ອເລັກ 5-6 ຊິ້ນທີ່ໂຍກດ້ວຍກລ່ອງໜລາຍໆ ໃບຈາກໄນ້ ພລາສຕິກ ຢີ້ອກະດາຍແຂ້ງ
- * ກະດານຄົນຕອກອາຈາກມາດ້ວຍໄມ້
- * ຂອງເລັນເປັນຂັນຂັນາດຕາງໆ ເລັກໄຫຼູ່ ຢີ້ອສັ້ນຍາວໄມ້ເທົກກັນ
- * ຂອງເລັນທີ່ທຳໄຫ້ເກີດເສີຍ
- * ກລ່ອງດນຕີ
- * ຂັ້ນບັນໄດ້
- * ລູກນົບລົບທີ່ມາດ້ວຍພລາສຕິກ ຢີ້ອຜ້າ
- * ຕຸກຕາຍາງລອຍນໍາໄດ້

- * ของลากจูง เช่น เรือ รถ หรือสิ่งของที่มีเชือกร้อยให้เด็กได้ลากจูงเล่น
- * อุปกรณ์เล่นกับทราย เช่น พล็อต ช้อน ที่ทำมาจากพลาสติก
- * หนังสือ รูปภาพที่ทำด้วยกระดาษ ผ้า พลาสติก
- * ภาพตัดต่อ 3-6 ชิ้น ทำด้วยไม้ พลาสติก หรือผ้า

การเล่นนอกจากจะเลือกของเล่นอย่างปลอกด้วยแล้ว สิ่งสำคัญคือการใช้และการเก็บรักษาอย่างเหมาะสม หากของเล่นชำรุดเสียหายเกินกว่าที่จะใช้งานได้ก็ควรทิ้งหรือเปลี่ยนใหม่ ควรสอนให้เด็กรู้จักการเก็บของเล่นเองหลังจากเล่นเสร็จ ผู้ใหญ่ไม่ควรคิดว่าของเล่นเด็กเป็นสิ่งไร้สาระ ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ แต่การเล่นของเด็กมีคุณค่าอย่างมหาศาลในการพัฒนาเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากผู้ใหญ่ให้การสนับสนุน สงเสริม และมีส่วนร่วมในการเล่นกับเด็กด้วย เด็กก็จะเกิดการพัฒนาการทุทางอารมณ์ มีความสุข ประสบความสำเร็จ สร้างเสริมความคิดสร้างสรรค์ จินตนาการใหม่ๆ ออกแบบ นั่นคือในระหว่างเล่นกับลูกน้อย ลูกน้อยอาจจะฉายแววอัจริยะให้คุณพ่อคุณแม่เห็นก็ได้ค่ะ

“วันนี้คุณเล่นกับลูกแล้วหรือยังคะ”

ที่มา : [Healthtoday](#)