

รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง ภัยทารก

ครูผู้สอน ครูกฤษณา แก้วพิพัฒน์
ครูกิตติเทพ นิตติสมบัติกุล



เรื่อง ้วยทารก





คำถามชวนคิด

“เทอมที่ผ่านมา นักเรียนได้เรียนสุขศึกษาเรื่องใดบ้าง และเรื่องใดเป็นเรื่องที่น่าสนใจที่สุด เพราะอะไร”

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยการเรียนรู้

๑. พัฒนาการตามช่วงวัย
๒. อิทธิพลและความคาดหวังที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
๓. อนามัยเจริญพันธุ์และการตั้งครรภ์
๔. การป้องกันและแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว
๕. อาหารสมวัย



จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้

๑. นักเรียนบอกความหมายและลักษณะเด่นของวัยทารกได้ถูกต้อง
๒. นักเรียนบอกพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคม และสติปัญญาของวัยทารกได้ถูกต้อง





จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านทักษะและกระบวนการ

๑. นักเรียนสามารถเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคม และสติปัญญาของวัยทารกจากประสบการณ์ของนักเรียนกับการเรียนการสอนของครูลงในใบงานได้ถูกต้อง
๒. นักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้จากการเรียนมาใช้ในการทำกิจกรรม ทายคำในกิจกรรมทารกไขคำได้ถูกต้อง



จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านคุณลักษณะ

๑. นักเรียนมีความซื่อสัตย์สุจริต
๒. นักเรียนมีความใฝ่เรียนรู้
๓. นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการทำงาน

หน่วยที่ ๑ พัฒนาการตามช่วงวัย



การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม
และสติปัญญาในแต่ละวัย (วัยทารก, วัยก่อนเรียน, วัยเรียน,
วัยรุ่น, วัยผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ)





“บุคคลในภาพคือวัยใด”





“นักเรียนรู้หรือไม่ว่าวัยทารกมีลักษณะเด่นอะไรบ้าง”



“นักเรียนจำเหตุการณ์
ตอนตัวเองเป็นทหารกได้บ้างหรือไม่”





คำถามชวนคิด

“นักเรียนคิดว่าวัยทารกคือช่วงอายุแรกเกิดถึงกี่ปี”



คำจำกัดความ/ความหมาย

วัยทารก หมายถึง ช่วงเวลาของชีวิตซึ่งนับตั้งแต่แรกคลอดไปจนกระทั่งอายุ ๒ ปี

วัยทารกแบ่งออกเป็น ๒ ระยะ

- วัยทารกแรกเกิดนับตั้งแต่แรกคลอดไปจนถึง ๒ สัปดาห์
- วัยทารก ตั้งแต่ช่วงอายุ ๒ สัปดาห์ไปจนกระทั่งถึง ๒ ปี





คำถามชวนคิด

“นักเรียนคิดว่าในแต่ละวัยจะมีพัฒนาการด้านต่าง ๆ
ที่แสดงออกมาให้เห็นการเปลี่ยนแปลงและการเจริญเติบโต
นักเรียนคิดว่ามีด้านใดบ้าง”



พัฒนาการด้านร่างกาย

มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย
ที่เจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ระบบต่าง ๆ
ของร่างกายทำงานได้ดีและมีประสิทธิภาพ





พัฒนาการด้านร่างกาย สามารถแบ่งเป็น ๒ ส่วนหลัก ๆ

๑. ลักษณะทางกายภาพของทารก

- ด้านน้ำหนักและส่วนสูง
- ด้านขนาดศีรษะและสมอง
- ด้านเส้นขนและผม

๒. พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว



พัฒนาการด้านร่างกาย - การเคลื่อนไหว

แรกคลอด - ๒ สัปดาห์



นอนขดตัว
แขน ขาจะงอ คออ่อน

๑ - ๓ เดือน



ชันคอได้
เคลื่อนไหวแขน ขา

๔ - ๖ เดือน



คืบ พลิกคว่ำ
พลิกหงาย หันตามเสียง

พัฒนาการด้านร่างกาย - การเคลื่อนไหว

๗ - ๙ เดือน



นั่งทรงตัวได้เอง
มองตามของตก
ปรบมือ หยิบของได้

๑๐ เดือน - ๑ ปี



เกาะยืน
เกาะเดิน

๑ ปี ๓ เดือน



เดินได้เอง

พัฒนาการด้านร่างกาย - การเคลื่อนไหว

๑ ปี ๖ เดือน



เดินได้คล่อง

๑ ปี ๗ เดือน



วิ่งเตะลูกบอลได้

๒ ปี



กระโดด ๒ เท้า
และสามารถตักอาหาร
รับประทานเองได้



สุขภาพชวนคิด

“นักเรียนเคยสังเกตไหมว่าทำไมเด็กทารก
ส่วนใหญ่มักจะร้องไห้ตลอดเวลา”





พัฒนาการด้านจิตใจและอารมณ์

อารมณ์ทารกเมื่อแรกเกิดจะสังเกตได้เพียง ๒ อารมณ์

- อารมณ์สงบ
- อารมณ์ตื่นเต้น

เมื่อทารกสามารถแยกแยะอารมณ์ได้มากขึ้นตามอิทธิพลของสิ่งเร้าต่าง ๆ

พัฒนาการด้านสังคม

พัฒนาการด้านสังคมขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ

- การซึมซับและมีพฤติกรรมเลียนแบบความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในบ้าน
- ประมาณ ๒-๓ เดือนแรกจะเริ่มสบตาและเริ่มส่งเสียงอ้อแอ้
- ประมาณ ๔-๗ เดือนจะเริ่มแสดงความสนใจและผูกพันกับมารดามากขึ้น

และช่วงนี้เด็กบางคนอาจกลัวคนแปลกหน้า

พัฒนาการด้านสติปัญญา

- ประมาณ ๗-๑๑ เดือน เด็กจะเริ่มเห็นความแตกต่างระหว่าง ใบหน้าแม่กับบุคคลอื่น ส่งเสียงต่าง ๆ เช่น หม่ำ ๆ พุดคำที่มีความหมาย เช่น พ่อ แม่ และเริ่มเลียนเสียงพุดและท่าทางได้ชัดเจนขึ้น

พัฒนาการด้านสติปัญญา

- ประมาณ ๑-๒ ปีจะสามารถแยกแยะรูปร่างและสีสิ่ง
ที่แตกต่างกันได้รวมถึงสามารถแสดงความรักสิ่งที่รับรู้ได้ พุดแสดง
ความต้องการพูด ๒-๓ คำติดต่อกัน เริ่มพูดโต้ตอบขีดเขียนเป็นเส้นได้

ใบงานที่ ๑

เรื่อง พัฒนาการวัยทารก

สามารถดาวน์โหลดใบความรู้และใบงานได้ที่
www.dltv.ac.th

ใบงานที่ ๑ เรื่อง พัฒนาการวัยทารก
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง วัยทารก
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจง นักเรียนตอบคำถามให้ครบถ้วนตามความเป็นจริง

❤️ ตอนที่ ๑ : ให้นักเรียนวาดรูปหรือนำรูปถ่าย

ของนักเรียนหรือพี่น้องหรือคนรู้จักที่อยู่ในวัยทารก

ลงในกรอบด้านขวามือ และตอบคำถามดังนี้

ภาพที่นำเสนอเป็นภาพของบุคคลใด.....

ช่วงอายุของคนในภาพคือ

ความประทับใจหรือเหตุผลที่วาดภาพหรือเลือกภาพนี้เพราะ

วาดรูปหรือนำรูปถ่าย

❤️ ตอนที่ ๒ : จากการเรียนการสอนเรื่องพัฒนาการวัยทารกที่ผ่านมา ให้นักเรียนเขียนบรรยายเปรียบเทียบพัฒนาการในแต่ละด้านของข้อมูลครูกับข้อมูลของนักเรียน (อาจเป็นข้อมูลนักเรียนที่มีการสอบถามจากพ่อแม่ ผู้ปกครองหรือข้อมูลพี่น้องหรือคนรู้จัก)

หัวข้อของพัฒนาการวัยทารก	ข้อมูลครู	ข้อมูลนักเรียน
ด้านร่างกาย		
ด้านจิตใจอารมณ์		
ด้านสังคม		
ด้านสติปัญญา		

ชื่อ - สกุล ชั้น..... เลขที่.....

ใบงานที่ ๑

เรื่อง

พัฒนาการวัยทารก

สามารถดาวน์โหลดใบความรู้และใบงานได้ที่

www.dltv.ac.th

ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง พัฒนาการวัยทารก
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง วัยทารก
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำสำคัญและความหมายวัยทารก

วัยทารก หมายถึง ช่วงเวลาของชีวิตซึ่งนับตั้งแต่แรกคลอดไปจนกระทั่งอายุ ๒ ปี

วัยทารกแบ่งออกเป็น ๒ ระยะ

-วัยทารกแรกเกิดนับตั้งแต่แรกคลอดไปจนถึง ๒ สัปดาห์

-วัยทารก ตั้งแต่ช่วงอายุ ๒ สัปดาห์ไปจนกระทั่งถึง ๒ ปี

พัฒนาการด้านร่างกาย

ส่วนใหญ่แล้ววัยทารกเมื่อแรกเกิดนั้นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ระบบต่าง ๆ ของร่างกายทำงานได้ดีและมีประสิทธิภาพโดยมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เกิดจากวุฒิภาวะมากกว่าผลจากสิ่งแวดล้อมและเป็นไปอย่างสม่ำเสมอมีแบบแผนที่แน่นอนคือจาก ศีรษะสู่เท้าจาก แขนกกลางลำตัวออกมาสู่มือและเท้า

พัฒนาการด้านร่างกาย สามารถแบ่งเป็น ๒ ส่วนหลักๆคือ

๑. ลักษณะทางกายภาพของทารก

-ด้านน้ำหนักและส่วนสูง พบว่าทารกแรกเกิด จะมีส่วนสูงประมาณ ๔๕-๕๐ ซม.

น้ำหนักประมาณร้อยละ ๕ ของน้ำหนักตัวผู้ใหญ่ และเพิ่มเป็น ๒ เท่า เมื่ออายุประมาณ ๕ เดือน

เมื่ออายุครบ ๑ ปี ส่วนสูงประมาณ ๗๕ ซม. และน้ำหนักเพิ่มขึ้น ๓ เท่าของแรกเกิด เมื่ออายุ ๒ ปี น้ำหนักเพิ่มเป็น ๔ เท่า ของแรกเกิด

-ด้านขนาดศีรษะและสมอง

-แรกเกิด - ๓ เดือน กระโหลกศีรษะมีกระดูกไม่เต็ม วัดรอบศีรษะได้ ๓๓-๓๗ ซม.

-๖ เดือนแรก สมองจะพัฒนาร้อยละ ๕๐

-อายุ ๑ ปีขึ้นไป รอบศีรษะประมาณ ๔๕ ซม. เซลล์สมองเพิ่มมากขึ้น

-อายุครบ ๒ ปี สมองพัฒนา ร้อยละ ๗๕

-ด้านเส้นขนและผม

ทารกแรกเกิดบางคนจะมีขนตามร่างกาย เป็นขนเส้นเล็กละเอียด สีอ่อน เรียกว่า ขนอ่อน มักเห็นได้ชัดที่ บริเวณหลัง ไหล่ หน้าผาก หู และใบหน้าของทารกเกิดก่อนกำหนด ขนอ่อนนี้จะหลุดร่วงหายไปภายใน ๒-๓ สัปดาห์ ทารกแรกเกิดบางคนมีเส้นผมหนาเต็มศีรษะ ส่วนบางคนโดยเฉพาะทารกแรกเกิดชาวคอเคเซียนอาจมี เส้นผมเพียงเล็กน้อยหรือไม่มีเส้นผมเลย นอกจากนี้ยังมีอาการผิดปกติเกี่ยวกับเส้นขนและผมของทารก เช่น ผมร่วง ผมน้อย ผมบาง

๒. พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว (Motor or Movement) เป็นความสามารถในการขับ ปรับเปลี่ยน หรือ เคลื่อนย้ายร่างกายหรือส่วนของร่างกายทั้งที่เกิดขึ้นด้วยตั้งใจและที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ อันเนื่องมาจากการ ทำงานของระบบประสาท กล้ามเนื้อ และโครงกระดูก ในวัยทารก เด็กทารกจะมีการเจริญเติบโตทางร่างกาย

เกม

ทารกใช้คำ





เกมทาร์กใบ้คำ

กติกาในการเล่นเกม

๑. ตัวแทนนักเรียนออกมาแสดงท่าทางตามบัตรคำที่ครูเป็นผู้ยื่นให้ดู (ห้ามส่งเสียง)
๒. นักเรียนในห้องจะเป็นผู้ตอบ (ต้องยกมือก่อนตอบ)
๓. หากไม่สามารถตอบคำถามได้ถูกต้องจะเปลี่ยนเป็นบัตรคำต่อไปได้เมื่อตัวแทนนักเรียนกล่าวคำว่า **ผ่าน**
๔. จับเวลา ๑ นาที ต่อ ๑ บัตรคำ





คืบคลาน



ชคอบ



เกาะเตี๋น



พลิกคคว่า



เตะบอล



บทเรียนสะท้อนภาพความคิด

๑. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร
๒. นักเรียนรู้สึกอัดอัดไหมเวลาที่คนไม่เข้าใจเรา



บทเรียนสะท้อนภาพความคิด

๓. ถ้านักเรียนพบเห็นว่าวิทยากรกำลังประสบปัญหา และขอความช่วยเหลือนักเรียนจะช่วยเหลือหรือไม่ อย่างไร

วัยทารก



ด้านร่างกาย

มีการเจริญเติบโตจากศีรษะสู่เท้า
จากลำตัวออกสู่มือและเท้า



ด้านสังคม

ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่ซับซ้อนและการเลียนแบบ
ของบุคคลในบ้าน



ด้านจิตใจและอารมณ์

เมื่อเติบโตขึ้นทารกจะสามารถแยกแยะ
อารมณ์ได้มากขึ้นตามอิทธิพลของสิ่งเร้า



ด้านสติปัญญา

สามารถแสดงความชอบสิ่งที่ได้รับรู้ได้
ประมาณ ๗ เดือน ถึง ๒ ปี

๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓

บทเรียนครึ่งต่อไป

เรื่อง ้วยก่อนเรียน

