

ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง พัฒนาการวัยก่อนเรียน
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วัยก่อนเรียน
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำสำคัญและความหมายวัยทารก

วัยก่อนเรียนคือวัยที่ต่อมาจากช่วงวัยทารกมีอายุระหว่าง ๓ - ๖ ขวบ โดยอาจแบ่งเป็น ๒ ระยะคือ

- วัยก่อนเรียนระยะแรกมีอายุสามขวบเรียกว่าวัยเด็กหรือวัยเตาะแตะ
- วัยก่อนเรียนระยะสองช่วงอายุระหว่างสี่ถึงหกขวบเรียกว่าวัยเด็กหรือวัยอนุบาล

ช่วงวัยก่อนเรียนเป็นช่วงที่เด็กกำลังเจริญเติบโตและพัฒนาการส่วนใหญ่ขึ้นอยู่กับ การปรับตัวให้คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมตลอดจนการเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสมซึ่งจะดำเนินไปอย่างไม่หยุดยั้งและเพิ่มความซับซ้อนมากยิ่งขึ้น

พัฒนาการด้านร่างกาย

วัยก่อนเรียนนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่ค่อนข้างจะช้าเมื่อเทียบกับวัยทารก แต่จะเป็นไปอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งการเจริญเติบโตของร่างกายโดยทั่วไปพบว่ารูปร่างและสัดส่วนของเด็กในวัยก่อนเรียนนี้จะแตกต่างจากวัยทารกค่อนข้างมากจากรูปร่างเดิมที่เคยอ้วนกลมไม่ได้สัดส่วนจะเริ่มค่อยๆ ยึดตัวโดยลำตัว และคอจะเรียวยาวขึ้นหน้าท้องจะแฟบลง

พัฒนาการด้านร่างกาย สามารถแบ่งเป็น ๓ ด้าน คือ

๑. ด้านศีรษะและสมอง ดังนี้

ช่วงวัย ๓-๔ ขวบ เส้นรอบศีรษะของเด็กจะค่อยๆ ขยายใหญ่ขึ้น แต่เล็กกว่าศีรษะของผู้ใหญ่ร้อยละ ๑๐

ช่วงวัย ๕-๖ ขวบ สมองจะเจริญเติบโตเข้ามา โดยขนาดของสมองจะสัมพันธ์กับขนาดของศีรษะ ขนาดของศีรษะจะเพิ่มขึ้น ๑ ซม. ในทุกๆ ๓ ปี

๒. ด้านน้ำหนักและส่วนสูง ดังนี้

-ความสูงเฉลี่ยเพิ่มขึ้นปีละ ๗.๕ ซม.

ช่วงวัย ๓ ขวบ จะมีความสูง ๑.๓๕ เท่าของทารกแรกเกิด

ช่วงวัย ๔ ขวบ จะมีส่วนสูงเฉลี่ยเพิ่มขึ้น ๒ เท่า ของความสูงเฉลี่ยที่เพิ่มขึ้นต่อปีเมื่อตอนอายุ ๓ ขวบ

ช่วงวัย ๕ ขวบ จะพบว่าน้ำหนักส่วนใหญ่ของเด็กวัยนี้จะเพิ่มมาจากการเจริญเติบโตของกระดูกและกล้ามเนื้อ

๓. ด้านเคลื่อนไหวในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและมัดใหญ่

ช่วงวัย ๓ ขวบ กล้ามเนื้อขา และเท้า แข็งแรงจนสามารถใช้ปลายเท้าติดตัวขึ้นโอดได้สูง สามารถกระโดดขาเดียว ปีนบันไดเชือก สไลด์ตัวลงจากเสา โอดข้ามสิ่งกีดขวางได้ ปีนป่ายและกระโดดได้ เดินถอยหลัง ซี่สามล้อ ถีบ รับประทานอาหารเองได้

ช่วงวัย ๔ ขวบ ทักษะในการใช้สายตาประสานงานกับแขน ขาได้ดีขึ้น ทำให้เขาสามารถเตะ ข่วน และโยนได้ดีขึ้น เดินขึ้นบันได กระโดดข้ามสิ่งของ กระโดดขาเดียว เขย่งปลายเท้าได้ ทักษะในการใช้กล้ามเนื้อมือหยิบจับดีขึ้น จนสามารถใช้กรรไกรตัดตามเส้นตรงหรือเส้นหยักได้ แต่งตัว อาบน้ำ ล้างหน้า แปรงฟันได้ด้วยตนเอง

ช่วงวัย ๕ ขวบ ทักษะในการใช้มือ และแขน ดีขึ้น จนสามารถตัด แปะ ตัด วาดรูป และระบายสีได้ กระโดด สลับขา กระโดดเชือก เต้นเป็นจังหวะ ทรงตัว ยืนขาเดียวได้นานๆบนกระดานแผ่นแคบๆได้ นั่งชิงช้าได้

ช่วงวัย ๖ ขวบ ทักษะการใช้สายตา มือ แขนและขาประสานกันได้ดี กระโดดจากที่สูงได้ เล่นฟุตบอลได้

พัฒนาการด้านจิตใจและอารมณ์

เด็กวัยก่อนเรียนนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ไปตามช่วงอายุซึ่งจะมีลักษณะเฉพาะของตนเอง ดังนี้

-มีอารมณ์ที่ค่อนข้างรุนแรงเมื่อไม่ได้ตั้งใจโดยมักจะแสดงออกอย่างชัดเจน เช่น ล้มตัวเองลงนอนกับพื้นหรือกรี๊ดร้องเสียงดัง เป็นต้น

-กลัวความมืดและแสดงอารมณ์อิจฉาริษยาโดยเฉพาะกรณีที่มีน้อง ต้องการให้ทุกสิ่งเป็นของตนเองผู้เดียว

พัฒนาการด้านสังคม

เด็กวัยก่อนเรียนจะมีความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้นต้องการอิสระ เริ่มออกจากพ่อแม่และชอบที่จะมีเพื่อนเล่น โดยในช่วงตอนต้นจะมีลักษณะต่างคนต่างเล่นแต่เล่นอยู่ในบริเวณใกล้เคียงกันไม่สนใจใคร และมักจะหวงของของตนเอง เมื่อมีอายุมากขึ้นก็จะเริ่มเล่นกันเป็นกลุ่มมีความพึงพอใจที่จะได้เล่นด้วยกันพยายามเข้าสังคม และจะเปลี่ยนความสนใจไปเรื่อย ๆ

พัฒนาการด้านสติปัญญา

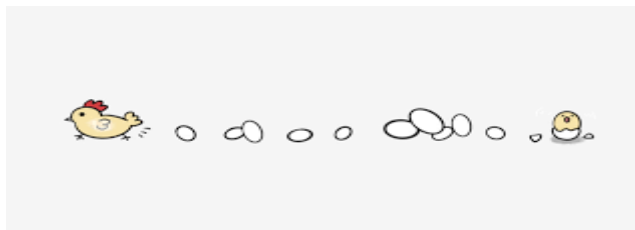
พัฒนาการเด็กวัยก่อนเรียนจะเป็นไปตามช่วงอายุที่เพิ่มขึ้นดังนี้

ช่วงวัย ๓ ขวบ บอกความแตกต่างของสีและขนาดได้ นับเลขได้ ตอบคำสั้นๆได้ ช่างถาม(อะไร) ร้องเพลงสั้นๆ

ช่วงวัย ๔ ขวบ สามารถจัดแยกประเภทสิ่งของ รู้จักสีที่ถูกต้อง ๔ สี เลือกของต่างจากพวกได้ มีความเข้าใจเรื่องวันเวลาในปฏิทิน คำนวณอย่างง่ายๆ ได้ มีทักษะในการใช้เหตุผลแก้ปัญหา และสามารถอธิบายถึงลำดับความเป็นมาของเหตุผลได้ บอกชื่อ เพศ และวาดรูปง่าย ๆ ได้ ช่างซักถาม (ทำไม)

ช่วงวัย ๕ ขวบ สามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่มีความซับซ้อนขึ้นได้ด้วยการเล่น จับคู่ ช่างสังเกต เล่นการสมมติ สามารถเล่นเกมที่มีกฎกติกา เริ่มอยากรู้อยากเห็น และสามารถซื้อของเองได้ รู้จักเล่าเรื่องสั้นๆได้

ช่วงวัย ๖ ขวบ รู้จักช่วยขวา ชอบฟังนิทานและหนังสือที่มีรูปภาพสวยงาม เริ่มอ่านเขียนตัวอักษรและตัวเลข



แหล่งอ้างอิง

หนังสือ

พรสุข หุ่นนิรันดร์ และคณะ. (๒๕๖๓). *คู่มือครู สุขศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓*. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑.

กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์ อจท. จำกัด.

มิชิโอะ มัตสึดะ. (๒๕๖๑). *สารานุกรมการเลี้ยงดูเด็ก เล่ม ๒* แปลโดย พรอนงค์ นิยมคำ. พิมพ์ครั้งที่ ๒๙.

กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์บุ๊คเซ็นเตอร์ จำกัด.

เว็บไซต์

MOMSTER (๒๕๖๒). *รู้จักพัฒนาการก่อนวัยเรียน*. <https://www.momster.in.th/content/๔๘๖๗/>