

2.2 ประเด็นความรู้ที่ให้แก่ c/s เพื่อการขับเคลื่อนการดำเนินงานตัวชี้วัด ที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการเด็กปฐมวัย ในด้านกิจกรรมทางกาย (การเล่น)

### 1. การเล่น

คือ หมายถึง พฤติกรรม หรือกระบวนการที่ริเริ่ม ควบคุม หรือจัดโครงสร้างโดยเด็ก ๆ เอง การเล่นเกิดขึ้นเมื่อไรหรือที่ไหนก็ได้ ตามแต่โอกาสจะอำนวย การเล่นนั้นไม่ใช่สิ่งที่ถูกบังคับ เกิดขึ้นด้วยแรงผลักดันภายในตัวเด็กอย่างอิสระอย่างเป็นธรรมชาติ ทำให้เด็กมีความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลิน นำไปสู่การเรียนรู้ที่ดีในทุกเรื่องและเป็นพื้นฐานของการดำเนินชีวิตวัยเด็ก ทำให้มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี เป็นกระบวนการที่ช่วยให้เด็กสามารถปรับตัว เปลี่ยนแปลงความคิด เข้าใจสิ่งแวดล้อมที่สอดคล้องกับความเป็นจริงรอบ ๆ ตัว อยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งเรียกว่า การเกิดสุขภาวะการเล่น มุลินีเพื่อพัฒนาเด็ก (มพด.) พูดถึง “การเล่น” คือ ธรรมชาติและความต้องการของเด็ก การเล่น ทำให้เกิดความสุข สนุกสนาน นำไปสู่การเรียนรู้ที่ดีมันเป็นเรื่องของสมอง แล้วส่งผลสู่พัฒนาการ รอบด้าน อย่างอิสระ”

### 2. เล่นเปลี่ยนโลก

คือ กระบวนการส่งเสริมการเล่นของเด็กไทย ทั้งในบ้าน โรงเรียน และพื้นที่สาธารณะ โดยผู้ใหญ่เปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นอย่างอิสระ ด้วยความสนุกสนาน มีความสุข คอยสนับสนุนการเล่นใกล้ๆ หรือเล่นร่วมกับเด็ก มีการจัดพื้นที่เล่น ลานเล่น ที่เอื้อให้เด็กได้เล่นอย่างปลอดภัย พร้อมทั้งเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้เด็กได้เล่นร่วมกับเพื่อน ๆ ในชุมชน มีการจัดสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เอื้อให้เด็กและครอบครัวได้ใช้เวลาในการทำกิจกรรมเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว โดยอาศัยความร่วมมือของภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง นำไปสู่การพัฒนารอบด้าน

### 3. “เด็กไทยเล่นเปลี่ยนโลก Model”

คือ การเล่นรูปแบบใหม่ที่พัฒนาขึ้นโดยใช้ concept 3F ซึ่งประกอบด้วย  
**Family** คือ การเล่นกับครอบครัว/ เพื่อน พ่อแม่ ผู้เลี้ยงดูเด็ก ที่มีทักษะ/ สร้างแรงจูงใจในการเล่น  
**Free** คือ การเปิดโอกาสให้เด็กเล่นอิสระตามความต้องการอยากจะทำ โดยไม่มีมุมเล่น ลานเล่น สนามเด็กเล่น ที่บ้าน โรงเรียน ชุมชน ให้เด็ก “เล่นที่ไหนก็ได้ขอให้ปลอดภัย”  
**Fun** คือ การเล่นให้สุข สนุก โดยมีกิจกรรม/ สื่อของเล่นหลากหลาย หาง่าย ไม่ซับซ้อน เป็นไปตามวัย เน้นธรรมชาติ

### 4. ต้นแบบพื้นที่ “เด็กไทยเล่นเปลี่ยนโลก” ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบดังต่อไปนี้

1. ผู้อำนวยความสะดวก (play worker) คือ ผู้ที่สนับสนุนการเล่นของเด็ก โดยยึดเด็กเป็นศูนย์กลาง ดูแลเด็กเล่น และเล่นสนุกสนานไปกับเด็กในบางครั้ง อำนวยความสะดวกของเด็กให้เกิดความสุข สนุกสนาน และความปลอดภัย มีส่วนช่วยในการพัฒนาศักยภาพ ทักษะชีวิตต่าง ๆ ทั้งร่างกาย จิตใจ ความคิดที่เป็นพื้นฐานต่อการใช้ชีวิตในอนาคตของเด็ก ให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ช่วยเสริมสร้างคุณค่า ความภาคภูมิใจในตนเอง และเกิด self esteem โดยครู ผู้ดูแลเด็ก พ่อแม่ ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข จะมีบทบาทในการสร้าง SOFT SKILL ให้กับเด็ก ดังนี้

- 1.1 ผู้อำนวยการเล่นช่วยเพิ่มการเรียนรู้ ความคิดสร้างสรรค์สิ่งใหม่ให้กับเด็ก (Creator)
  - 1.2 ผู้อำนวยการเล่นช่วยจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างแรงบันดาลใจและส่งเสริมบรรยากาศการเรียนรู้ของเด็ก (Facilitator)
  - 1.3 ผู้อำนวยการเล่นช่วยเติมเต็มการเรียนรู้ให้แก่เด็กอย่างต่อเนื่อง (Learner)
  - 1.4 ผู้อำนวยการเล่นช่วยพัฒนาทักษะการสื่อสารการเจรจาพูดคุยกับเด็กอย่างเข้าใจด้วยเหตุและผล (Communication)
  - 1.5 ผู้อำนวยการเล่นส่งเสริมความสามารถของเด็กได้อย่างเต็มศักยภาพ (Developer)
  - 1.6 ผู้อำนวยการเล่นช่วยให้เด็กทุกคนปลดปล่อยผ่อนคลายภาวะกดดันภายในด้วยตัวเอง รู้สึกปลอดภัยทางด้านจิตใจ และมีตัวตน (Resilience)
  - 1.7 ผู้อำนวยการเล่นช่วยให้ได้รับความปลอดภัยระหว่างการเล่น (Safe area)
2. พื้นที่เล่น (play space)
- 2.1 พื้นที่เล่นสร้างสรรค์ตามบริบทพื้นที่ สภาพแวดล้อมรอบตัวเด็กต้องกระตุ้นการเรียนรู้ บรรยากาศในการเล่น มีความรักและความอบอุ่น
  - 2.2 สถานที่ปลอดภัย (Safety)
  - 2.3 พื้นที่เล่นเข้าถึงได้ง่าย (Accessibility) ไม่ถูกจำกัดด้วยกฎระเบียบหรือข้อห้ามในการเข้าถึง “เล่นได้ทุกที่ ทุกช่วงเวลา”
3. กระบวนการเล่น (play process)
- 3.1 การเล่นอิสระ เด็กเป็นผู้นำการเล่น มีโอกาสเลือกและมีความยืดหยุ่น เด็กได้เล่นอย่างเป็นตัวของตัวเอง
  - 3.2 การเล่นที่ครอบครัวมีส่วนร่วม ภายใต้แนวคิด Home-based program และ Positive parenting
  - 3.3 การเล่นด้วยกิจกรรมทางกาย การเล่นที่ส่งเสริมสุขภาพทางกาย/การเจริญเติบโต เช่น การคลาน ยืน เดิน วิ่ง กระโดด ขว้าง ปีนป่าย ว่ายน้ำ เดินขึ้นที่สูง ขึ้น-ลงบันได วิ่งเปี้ยว วิ่งเก็บของ เป็นต้น และการจัดกิจกรรมการเล่นเพื่อส่งเสริมให้เด็กอายุ 2-6 ปี มีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและ สติปัญญา และมีทักษะชีวิต
4. หน่วยบริหารจัดการการเล่น (play management unit) ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่จะทำให้เกิดความต่อเนื่องและยั่งยืน โดยความสำเร็จของการเป็น ต้นแบบ “เด็กไทยเล่นเปลี่ยนโลก” เกิดจากความร่วมมือกัน 3 องค์ประกอบ ได้แก่
- 4.1 บ้าน/ครอบครัว
  - 4.2 สถานพัฒนาเด็กปฐมวัย/หน่วยบริการสาธารณสุข
  - 4.3 องค์กรปกครองส่วนถิ่น และชุมชน

## 5. ผู้อำนวยการเล่น (play worker)

คือ ผู้ที่สนับสนุนการเล่นของเด็ก โดยยึดเด็กเป็นศูนย์กลาง ดูแลเด็กเล่น และเล่นสนุกสนานไปกับเด็ก ในบางครั้ง ผู้อำนวยการเล่นของเด็กให้เกิดความสุข สนุกสนาน และความปลอดภัย มีส่วนช่วยในการพัฒนา ศักยภาพ ทักษะชีวิตต่าง ๆ ทั้งร่างกาย จิตใจ ความคิดที่เป็นพื้นฐานต่อการใช้ชีวิต ในอนาคตของเด็ก ให้เติบโต เป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ช่วยเสริมสร้างคุณค่า ความภาคภูมิใจในตนเอง และ เกิด self esteem โดยครูผู้ดูแล เด็ก พ่อแม่ ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข จะมีบทบาทในการสร้าง SOFT SKILL ให้กับเด็ก

## 6. การเล่นด้วยกิจกรรมทางกาย

คือ การเล่นที่ส่งเสริมสุขภาพทางกาย/การเจริญเติบโต เพิ่มความสูงประกอบด้วยชุดกิจกรรมการเล่น 7 กิจกรรม ได้แก่

- |              |                    |
|--------------|--------------------|
| กิจกรรมที่ 1 | เท้าคู่สู่ใจกลาง   |
| กิจกรรมที่ 2 | ล ลิงปีนป่าย       |
| กิจกรรมที่ 3 | กระโดด วิ่งคว่ำฝืน |
| กิจกรรมที่ 4 | กบกระโดด           |
| กิจกรรมที่ 5 | วิ่ง กระโดดสู่ฝืน  |
| กิจกรรมที่ 6 | เคลื่อนไหวหรรษา    |
| กิจกรรมที่ 7 | รูปทรงมหาสนุก      |

### ● ที่มาแหล่งข้อมูลประเด็นความรู้อ้างอิง

1. คู่มือผู้อำนวยการเล่น (PLAY WORKER) เด็กไทยเล่นเปลี่ยนโลก กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
2. คู่มือเล่นเปลี่ยนโลก สำหรับสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย

-----