



# คู่มือพัฒนาการเด็ก และแนวทางการเลี้ยงดูเด็ก

เพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กตามช่วงวัย (อายุ 0–3 ปี)

การเล่นและการสื่อสาร

(สำหรับพ่อแม่และผู้เลี้ยงดูเด็ก)

ตามหลักสูตรเสริมสร้างทักษะการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิดถึงสามปี  
โครงการเสริมสร้างศักยภาพเครือข่ายเพื่อการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิดถึงสามปี

Go Baby Go: Parenting Programme

โดยมูลนิธิศุภนิมิตแห่งประเทศไทย

ได้รับการสนับสนุนจาก

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)



## Go Baby Go: Parenting Programme

Building a Foundation for Baby's Future In the First 1,000+ Days

### โปรแกรมสำหรับพ่อแม่/ ผู้เลี้ยงดูเด็ก

ตามหลักสูตรทักษะการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิดถึงสามปีภายใน 1,000 วันแรก  
การสร้างต้นทุนเพื่ออนาคตบุตรหลาน

ภายใต้โครงการเสริมสร้างศักยภาพเครือข่ายเพื่อการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิดถึงสามปี

Go Baby Go: Parenting Programme

ระยะเวลาการดำเนินงานโครงการ 1 มีนาคม 2562 – 28 กุมภาพันธ์ 2563

จัดทำโดย องค์กรศุภนิมิตสากล

แก้ไขและปรับปรุงโดย มูลนิธิศุภนิมิตแห่งประเทศไทย

พื้นที่ทำงานโครงการ 11 ตำบล 6 อำเภอ 6 จังหวัด

1. ตำบลดุกอ ตำบลสาวแห ตำบลเด่นราษฎร์ ตำบลหนองฮี  
อำเภอหนองฮี จังหวัดร้อยเอ็ด
2. ตำบลไร่สีสุก ตำบลนาเวียง ตำบลหนองสามสี อำเภอเสนางคนิคม จังหวัด  
อำนาจเจริญ
3. ตำบลบางทรายน้อย อำเภอห้วยใหญ่ จังหวัดมุกดาหาร
4. ตำบลลำนางรอง อำเภอโนนดินแดง จังหวัดบุรีรัมย์
5. ตำบลแม่สวด อำเภอสบเมย จังหวัดแม่ฮ่องสอน
6. ตำบลแม่หวะหลวง อำเภอท่าสองยาง จังหวัดตาก

ได้รับการสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.)

สนับสนุนทุนในการออกแบบโดย บริษัท โบอิง จำกัด (มหาชน)

ภาพต่างๆ ที่ปรากฏในหนังสือนี้ เป็นลิขสิทธิ์ของมูลนิธิศุภนิมิตแห่งประเทศไทย  
ไม่อนุญาตให้ดัดแปลง ทำซ้ำ หรือเผยแพร่ด้วยวิธีหรือรูปแบบใดก่อนได้รับอนุญาตเป็น  
ลายลักษณ์อักษร



ชื่อผู้ปกครอง .....

ชื่อเด็ก .....

วันเกิด .....



## สารบัญ

เด็กช่วงอายุ 0-3 เดือน .....	6
เด็กช่วงอายุ 3-6 เดือน .....	12
เด็กช่วงอายุ 6-12 เดือน .....	18
เด็กช่วงอายุ 12-18 เดือน .....	24
เด็กช่วงอายุ 18-24 เดือน .....	30
เด็กช่วงอายุ 24-36 เดือน .....	36



## สารจากผู้อำนวยการ

ตั้งแต่ช่วงเริ่มต้นของชีวิตในครรภ์มารดาจนถึงขวบปีที่ 3 สมองของเด็กจะมีการพัฒนามากถึง 80% การพัฒนาสมองจะเป็นพื้นฐานสำคัญของการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิต และพื้นฐานของการพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ตลอดชีวิต

เพื่อให้เด็ก โดยเฉพาะเด็กจากครอบครัวยากไร้ที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกล ได้รับการดูแลจากพ่อแม่และผู้เลี้ยงดู อย่างถูกต้องเหมาะสม และเพื่อสร้างศักยภาพเครือข่ายการดูแลเด็กแรกเกิดถึงสามปี ในการร่วมส่งเสริมความรู้ในการเลี้ยงดูเด็กในชุมชน มูลนิธิศุภนิมิตแห่งประเทศไทย จึงได้ดำเนินงาน โครงการเสริมสร้างศักยภาพเครือข่าย เพื่อการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิดถึงสามปี (Go Baby Go: Parenting Programme) ขึ้น โดยได้รับการสนับสนุนจาก กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และ บริษัท โบอิง จำกัด (มหาชน) (The Boeing Company)

และคู่มือพัฒนาการเด็กและแนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กตามช่วงวัยนี้ เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรทักษะการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิดถึงสามปี ที่จะเป็นทั้งความรู้และเครื่องมือสำคัญที่จะทำให้พ่อแม่ ผู้เลี้ยงดูเด็ก และเครือข่ายการดูแลเด็กในชุมชน มีความเข้าใจอย่างถูกต้องเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กแรกเกิดถึงสามปี และแนวทางในการเลี้ยงดูเพื่อส่งเสริมพัฒนาการให้แก่เด็กในด้านต่างๆ เปรียบเสมือนแผนที่นำทางในการร่วมกันสร้างต้นทุนชีวิตให้แก่เด็กเพื่อการมีอนาคตที่ดี คู่มือนี้ยังสามารถใช้ประกอบกับคู่มือเฝ้าระวังและประเมินพัฒนาการเด็กของหน่วยงานสาธารณสุขได้ด้วย

ท้ายที่สุด ผมหวังใจเป็นอย่างยิ่งว่า โครงการเสริมสร้างศักยภาพเครือข่ายเพื่อการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิดถึงสามปี จะมีส่วนสร้างต้นทุนชีวิตและอนาคตที่ดีให้แก่ลูกหลานของพวกเราทุกคน

ขอพระเจ้าอวยพระพรแต่ทุกท่าน



ดร.สราวุธ ราชศรีเมือง

ผู้อำนวยการ

มูลนิธิศุภนิมิตแห่งประเทศไทย

0-3  
เดือน

## เด็กอายุ 3 เดือน : พัฒนาการด้านร่างกาย



กำและแบมือ



ใช้มือจับของเล่นชิ้นเล็กได้



เมื่อนอนคว่ำ  
ลูกสามารถยกหัว  
และหน้าอกขึ้นได้



เมื่อนอนหงายลูกสามารถเหยียด  
ขาออกและเตะไปมาได้ ใช้มือคว่ำ  
จับเท้าหรือนิ้วเท้าได้



กำนิ้วมือผู้อื่นได้

0-3  
เดือน

# เด็กช่วงอายุแรกเกิดถึง 3 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดูเพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย



โอบอุ้มลูก และ/หรือโยกตัว  
ตามจังหวะเพลง



ยิ้มให้ลูก



สัมผัสและนวดลูกเบาๆ  
อย่างอ่อนโยน (การสัมผัส  
ผิวเป็นสิ่งที่ดี)



ฝึกให้ลูกนอนคว่ำ



มองสบตาและ  
พูดคุยกับลูก



แขวนโมบายที่มีหลากหลายสี  
ให้ลูกได้มองและคว้าจับ



ให้นมแม่ตามที่ลูกต้องการ (ขณะให้นม  
สบตาลูกพูดคุยหรือร้องเพลง)

0-3  
เดือน

เด็กอายุ 3 เดือน : พัฒนาการด้านสติปัญญา



ตั้งใจมองสบตา  
มองหน้า และสนใจลูก



เริ่มทำเสียงอย่างอื่น  
นอกเหนือจาก "ร้องไห้"



หยุดร้องไห้เมื่อได้รับ  
สิ่งที่ต้องการ



มองตามวัตถุหรือเสียง  
และวัตถุที่กำลังเคลื่อนไหว



ชอบมองหน้าคน  
ชอบสีสรรูปร่างเรขาคณิต



ค้นพบมือของตัวเอง



ตอบสนองต่อเสียง แสงสว่าง  
และวัตถุที่กำลังเคลื่อนไหว



เมื่อมีความต้องการ  
จะแสดงอาการร้องไห้



0-3  
เดือน

## เด็กช่วงอายุแรกเกิดถึง 3 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดูเพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา



ให้นมแม่ตามที่ลูกต้องการ (ขณะให้นมสบตาลูกพูดคุย หรือร้องเพลง)



ยิ้มให้ลูก



มองสบตา  
และพูดคุยกับลูก



แกว่งของเล่นที่มีสีสั่นให้ลูก  
ได้มองและเอื้อมมือจับ



สัมผัสลูกด้วยความนุ่มนวล  
นวดเบาๆ (การสัมผัสผิวเป็นสิ่งดี) และร้องเพลงให้ลูกฟัง  
บอกลูกถึงสิ่งที่กำลังทำให้ลูก



อธิบายสิ่งที่กำลังทำ  
เพราะลูกกำลังเรียนรู้  
คำศัพท์

### ตัวอย่างของเล่น:



ร่างกายของลูก  
เปรียบเสมือนของเล่น

0-3  
เดือน

# เด็กอายุ 3 เดือน : พัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



สบตา มองหน้าลูก



หันตามเสียงของผู้เลี้ยงดู



ให้การสื่อสารผ่านร่างกายและสีหน้า



เลี้ยงลูกด้วยนมแม่บ่อยๆ



เริ่มที่จะมีพัฒนาการ  
ทางสังคมด้วยการยิ้ม

0-3  
เดือน

# เด็กช่วงอายุแรกเกิด - 3 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



ให้นมแม่ตามที่ลูกต้องการ (ขณะให้นมสบตาลูกพูดคุยหรือร้องเพลง)



สบตาของลูก  
และพูดกับลูก



สัมผัสลูกด้วยความนุ่มนวล  
ขนาดเบาๆ (การสัมผัสผิวเป็นสิ่งดี)



กอดลูกบ่อยๆ



พูดคุยกับลูก โดยการ  
เลียนเสียงหรือทำท่าง



ยิ้มให้ลูก



เมื่อลูกร้องไห้ ให้การ  
ตอบสนองทันที



บอกถึงสิ่งที่คุณกำลังทำ  
เพื่อให้ลูกน้อยสามารถฟังได้

3-6  
เดือน

เด็กอายุ 6 เดือน : พัฒนาการด้านร่างกาย



กลิ้งไปมา (จากหน้าไปหลัง หรือจากหลังไปหน้า)



จับสิ่งของเข้าปากได้



ยกศีรษะและยกลำตัวได้



ใช้มือคว้าของเล่นหรือสิ่งของได้



จับของเล่นสองข้างพร้อมกันได้



จับของเล่นสลับมือได้

3-6  
เดือน

เด็กช่วงอายุ 3-6 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู  
เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย



ยี้มให้ลูก



สบตาลูกขณะพูดคุย



เลียนแบบท่าทาง  
การพูดคุย  
ของลูกและแม่



ให้ลูกได้นอนคว่ำ/ ฝึกลูกนอนคว่ำ



นวดตัวลูกเบาๆ  
ด้วยความอ่อนโยน



ให้นมแม่ตามที่ลูกต้องการ (ขณะให้นมลูก สบตาและพูดคุย หรือร้องเพลง)

ตัวอย่างของเล่น



ร่างกายของลูก  
เป็นของเล่นได้



ของเล่นสีสดใส



โมบายแขวน  
สีสดใส

3-6  
เดือน

เด็กอายุ 6 เดือน : พัฒนาการด้านสติปัญญา



จำเสียงแม่ได้



สำรวจมือและปาก



ค้นหาของเล่นที่ซ่อนอยู่บางส่วน



คว้าจับวัตถุที่อยู่ใกล้



แสดงความสนใจ  
ในวัตถุขนาดเล็ก



ทำเสียงต่างๆ เพื่อให้  
ได้รับความสนใจ



ค้นหาที่มาของเสียงเมื่อตกกระทบพื้น ลูกจะชอบโยน  
สิ่งของเพื่อฟังเสียง หรือเขย่าของเล่น



พยายามคว้ามือ  
จับวัตถุที่คว้าไม่ถึง



ส่งเสียงต่างๆ เพื่อ  
เรียกร้องความสนใจ

# 3-6 เดือน

## เด็กช่วงอายุ 3-6 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา



พยายามพูดคุย เลียนแบบเสียง หรือท่าทางของลูก



จัดให้ลูกได้เล่น มองเห็น ได้ยิน และได้เคลื่อนไหว แขน ขา และสัมผัสผู้เลี้ยงดูอย่างอิสระ



สบตาลูก และพูดคุยกับลูก



ช่วยให้ลูกได้เอื้อมมือ สองมือจับของเล่น



เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ขณะให้นมแม่ สบตา พูดคุย หรือร้องเพลง)



สัมผัสและจับลูกด้วยความอ่อนโยน นวดเบาๆ (สัมผัสผิวเป็นสิ่งดี) ร้องเพลงให้ลูกฟัง หรือบอกถึงสิ่งที่กำลังทำอยู่

### ตัวอย่างของเล่น



ร่างกายของลูกเปรียบเสมือนของเล่น (ค้นหาและเล่นเกมที่มีปฏิสัมพันธ์กัน นิ้วมือ มือ เท้า)

3-6  
เดือน

เด็กอายุ 6 เดือน : พัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



โผเข้าหาพ่อแม่ กอด  
หรือป็นป้ายพ่อแม่



แสดงความไม่พอใจเมื่อนำ  
ของเล่นออกจากตัว



เลี้ยงลูกด้วยนมแม่บ่อยๆ



หัวเราะ



# 3-6 เดือน

## เด็กช่วงอายุ 3-6 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



ยิ้มให้ลูก มองสบตาลูก  
และพูดกับลูก



กอดและสัมผัสบ่อยๆ



ให้นมแม่ตามต้องการ และพูดคุย  
หรือร้องเพลงให้ลูกฟังและสบตาลูก



ให้ลูกมีส่วนร่วมในการเล่น  
รวมถึงเล่าให้ลูกฟังว่า  
กำลังทำอะไร



ตอบสนองเสมอ  
เมื่อลูกร้องไห้



พูดคุยกับลูกโดยเลียนแบบ  
เสียงและท่าทางของลูก

### ตัวอย่างของเล่น



6-12  
เดือน

## เด็กอายุ 12 เดือน : พัฒนาการด้านร่างกาย



นั่งคนเดียวได้



คลาน



จับของเล่นสลับมือได้



จับของสองมือและ  
นำมากระทบกันได้



เล่นของชิ้นเล็กๆ ได้ และหยิบจับของ  
ชิ้นเล็กๆ ด้วยนิ้วมือได้ (แต่ไม่เลืกเกินไป  
จนสามารถกลิ้งลงคอได้)



ดึงตัวเองขึ้นเพื่อจะยืนได้  
เมื่อจับมือสามารถเดินได้

6-12  
เดือน

เด็กช่วงอายุ 6-12 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู  
เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย



เล่นเกมมือ เช่น  
ปรบมือ ตบแปะ



เล่นจ๊ะเอ๋



ซ่อนขงเล่นและให้ลูกหา



ผู้เลี้ยงดูควรทำความสะอาดของเล่น  
และสิ่งของรอบตัวอยู่เสมอ

ตัวอย่างของเล่น



ใช้สิ่งของรอบบ้านที่ปลอดภัยเป็นของเล่นให้ลูก

6-12  
เดือน

## เด็กอายุ 12 เดือน : พัฒนาการด้านสติปัญญา



มองหาวัตถุที่ถูกซ่อน



ผลักและกลิ้งของเล่น



มองกระจก  
และยิ้มให้ตัวเอง



ใช้ท่าทาง เช่น โบกมือ สวัสดี



ตอบสนองเมื่อได้ยิน  
ชื่อตัวเอง



มีการสำรวจสิ่งของหลายวิธี  
(เขย่า โยน ขว้าง ปา ทำให้เกิดเสียง)



ส่งเสียง พูดคุยกับตัวเอง



ชอบวัตถุเล็กๆ



ขี้นิ้วเพื่อดึงดูดความสนใจ

6-12  
เดือน

## เด็กช่วงอายุ 6-12 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา



ซ่อนของเล่นที่ลูกชอบ  
ใต้ผ้าหรือกล่อง  
แล้วให้ลูกหา



สอนลูกให้ทำท่าทาง  
หรือภาษากายอื่นๆ  
เช่น โบกมือลา สวัสดี



เล่นจ๊ะเอ๋



เรียกชื่อ สิ่งของต่างๆ  
(ก่อนที่ลูกจะสามารถพูดได้)



พาลูกส่องกระจก



เล่นเกมด้วยมือ เช่น ปรบมือ  
เล่นเกมที่มีปฏิสัมพันธ์ และ  
ร้องเพลง หรือเคาะจังหวะ  
ด้วยร่างกายไปด้วย

### ตัวอย่างของเล่น



ใช้อุปกรณ์ในบ้านที่ปลอดภัยทำของเล่น

6-12  
เดือน

## เด็กอายุ 12 เดือน : พัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



ทำเสียงหรือท่าทาง  
เมื่อต้องการความสนใจ



ลูกน้อยอาจจะร้องไห้เมื่อแม่ไม่อยู่



ชอบเลียนแบบ  
และเล่นเกม  
กับคนรอบข้าง  
ชอบจ๊ะเอ๋



ชอบคนชอบเด็ก



ผลักของเล่นออกไป เมื่อไม่ต้องการ



แสดงความสนใจกับเด็กคนอื่น

6-12  
เดือน

# เด็กช่วงอายุ 6 - 12 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



กระตุ้นให้ลูกเลียนแบบท่าทางผ่านการเล่นที่กระตุ้น  
พัฒนาการด้านสังคม เช่น จ๊ะเอ๋ ปรบมือ ให้ลูกมีความสุข



เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หรือป้อนอาหารลูกตามวัย

## การสร้างสายสัมพันธ์ ด้านอารมณ์และสังคม



ขนาดตัวลูก

กอดและสัมผัส  
ลูกบ่อยๆ



ตอบสนองต่อเสียง  
และความสนใจของลูก

ตัวอย่าง  
ของเล่น



12-18  
เดือน

## เด็กอายุ 18 เดือน : พัฒนาการด้านร่างกาย



วางของซ้อนกัน



เปิดฝากล่อง



เดิน



เอาของออกจากกล่อง และวางในกล่อง



กินอาหารเอง



12-18  
เดือน

# เด็กช่วงอายุ 12-18 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย



เต้นกับลูก



ร้องเพลงกับลูก



ให้ลูกเปิดฝา  
จับสิ่งของลงในกล่อง



พาลูกหัดเดิน หัดให้ลูก  
ลุกขึ้นยืนและเดิน



พาลูกออกไปสัมผัส  
สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ



กอดและสัมผัส  
ลูกบ่อยๆ



อ่านนิทานให้ลูกฟัง หรือพาลูกดู  
หนังสือภาพที่มีอักษรเพียงเล็กน้อย  
อนุญาตให้ลูกเปิดหรือปิดหนังสือเอง

## ตัวอย่างของเล่น



12-18  
เดือน

## เด็กอายุ 18 เดือน : พัฒนาการด้านสติปัญญา



ดึงของเล่นเข้าหาตัว หรือลาก  
ของเล่นไปในที่ที่ต้องการได้



ทำตามคำพูดง่ายๆ



พูดตามคำใหม่ๆ



เรียกชื่อสัตว์ สิ่งของ  
รอบตัวได้



เมื่อเรียกชื่อสิ่งของ วัตถุ  
รอบตัว หรือส่วนต่างๆ  
ของร่างกาย สามารถ  
ชี้ได้อย่างถูกต้อง



เริ่มใช้วัสดุสิ่งของต่างๆ ได้เอง  
(ตีม้ น้ำจากแก้ว ยกแก้วได้เอง  
ใช้แปรงหวีผม เป็นต้น)



มีส่วนช่วยหรือส่วนร่วม  
ในการแต่งตัว



สนใจทุกอย่างที่มองเห็น

12-18  
เดือน

## เด็กช่วงอายุ 12 - 18 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อการส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา



โอบกอดลูกบ่อยๆ



ให้ลูกวางของเป็นชั้นๆ หรือเล่นบล็อกไม้  
วางสิ่งของไว้ในกล่องและหยิบออก



อ่านหนังสือนิทาน  
หนังสือภาพ ที่มีตัว  
อักษรเพียงเล็กน้อย  
ให้ลูกฟังบ่อยๆ



ชี้และบอกชื่อ สิ่งแวดล้อม  
หรือธรรมชาติรอบตัว หรือ  
ภาพและวัตถุให้ลูกได้รู้จัก



เปิดโอกาสให้ลูกช่วย  
สวมใส่ และถอด  
เสื้อผ้าด้วยตนเอง

“ถามคำถามลูกง่ายๆ แล้วดูการตอบ  
สนองของลูก และให้การชื่นชม  
เมื่อลูกพยายามพูดคุย”

ตัวอย่างของเล่น



ชวนลูกชี้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย  
และสิ่งของพร้อมเรียกชื่อ



12-18  
เดือน

เด็กช่วงอายุ 18 เดือน :  
พัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



ยิ้มเมื่อได้รับคำชม ร้องไห้เมื่อโดนดุ



มีความสุขกับการดูหนังสือภาพ  
ฟังเพลง ฟังเล่านิทาน



เลียนแบบท่าทาง



อาจจะแสดงความเข้าใจกฎ  
หรือคำเตือนผ่านการลงมือทำ



ชอบเล่นของเล่น

12-18  
เดือน

## เด็กช่วงอายุ 12-18 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



ตอบสนองและให้การชื่นชม  
เมื่อลูกพยายามสื่อสารกับคุณ  
ทั้งท่าทางและพูด



ร้องเพลงหรือเคาะ  
จังหวะด้วยกัน



กอดและลูบไล้บ่อยๆ  
โดยเฉพาะเมื่อลูกอารมณ์เสีย  
หรือแสดงออกถึงความ  
กังวล เมื่อเจอคนแปลกหน้า



เลี้ยงลูกด้วยนมแม่หรือ  
ป้อนอาหารลูกตามวัย  
การสร้างสายสัมพันธ์  
ด้านอารมณ์และสังคม



ใช้เวลาเล่นด้วยกัน ทำกิจกรรมที่  
ลูกรู้สึกสนุก เช่น ดูสมุดภาพ  
ร้องเพลง วาดภาพ ทำของเล่น

### ตัวอย่างของเล่น

หนังสือทำมือและของเล่น



18-24  
เดือน

# เด็กอายุ 24 เดือน : พัฒนาการด้านร่างกาย



เขียนโดยใช้ทั้งแขนในการบังคับ



ดึงหรือลากของได้  
และบังคับทิศทางได้



ตอปบล็อกได้



กินเองได้ ปอกเปลือกผลไม้ได้



บอกอวัยวะบน  
ใบหน้าได้ 2-4 จุด



สนใจสิ่งของ  
ที่มองเห็น



เดินคล่อง



กระโดดสองเท้าได้



วิ่ง

18-24  
เดือน

# เด็กช่วงอายุ 18-24 เดือน :

## วิธีการเลี้ยงดูเพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย



แสดงและบอกชื่อเรียกถึงธรรมชาติ  
รอบตัว สิ่งของ สัตว์ และผู้คน ให้ลูกได้เห็น



ให้ลูกวาดภาพ ระบายสี



ให้ลูกวางของซ้อนกัน รวมถึงฝึกวาง  
ของในกล่องและเอาออกจากกล่อง



ฝึกปฏิบัติวินัย  
เชิงบวกให้กับลูก



อ่านหนังสือนิทาน หนังสือ  
ภาพให้ลูกฟัง และให้ลูก  
เปิดหรือปิดหนังสือเอง  
เปลี่ยนหน้าเอง



ให้ลูกเล่นทราย เล่นของ  
หยิบจับออกจากกล่อง



กอดลูกบ่อยๆ



เต้นกับลูก

### ตัวอย่างของเล่น



18-24  
เดือน

## เด็กอายุ 24 เดือน : พัฒนาการด้านสติปัญญา



รู้จักและสามารถเรียกชื่ออวัยวะ 2-3 ส่วน



เข้าใจคำว่า ใช่ หรือ ไม่



เล่นของเล่นหลายอย่างได้



รู้จักและสามารถเรียกชื่อสิ่งของต่างๆ ในบ้านได้



หาของเล่นที่ถูกซ่อนใต้ผ้า 2-3 ชั้น



เล่นตามจินตนาการ



ทำตามคำแนะนำง่ายๆ ได้



รู้จักชื่อของตนเอง



18-24  
เดือน

## เด็กช่วงอายุ 18- 24 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา



ให้สิ่งของที่ปลอดภัย และให้ลูกเล่น  
แบบอิสระและแสดงให้เห็นของ  
สิ่งนั้นสามารถทำอะไรได้บ้าง



แสดงและพูดคุยเรียกชื่อ  
ธรรมชาติรอบตัว สิ่งของ  
ให้ลูกได้ดู



กระตุ้นให้ลูกของคุณใช้ภาษาเพื่อตอบสนองความ  
ต้องการของตนเอง เช่น การบอกให้รู้เมื่อหิว

ให้ลูกเก็บของเข้ากล่อง หรือนำออกจากกล่อง  
“ใช้แนวทางการสร้างวินัยเชิงบวก  
กับลูกในการฝึกวินัยให้แก่ลูก”



### ตัวอย่างของเล่น



รถลาก



หุ่นมือกระดาษ

18-24  
เดือน

## เด็กช่วงอายุ 24 เดือน : พัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



แสดงความรักด้วยการกอด



เลียนแบบท่าทางที่ผู้ใหญ่ทำ



มีพฤติกรรมที่ทำทนายเกิดขึ้น  
เรียนรู้ปฏิเสธ เช่น ไม่  
และลูกอยากเป็นอิสระ



กระตือรือร้นในการเล่นและสามารถเล่นร่วมกับเด็กคนอื่นๆ

18-24  
เดือน

## เด็กช่วงอายุ 18 - 24 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



กระตุ้นให้ลูกทำบางสิ่ง  
บางอย่างด้วยตนเอง

อดทนเมื่อลูกมีพฤติกรรมที่ไม่ดีหรือทำผิด  
และใช้การฝึกวินัยเชิงบวกแทน  
ให้ความสนใจและตั้งใจดูแลลูก  
เมื่อลูกแสดงความไม่สบายใจ



แสดงความรัก กอด ยิ้ม  
สัมผัสลูกอยู่เสมอ

ส่งเสริมลูกให้ทำบางสิ่ง เช่น การให้หรือรับ  
ของเล่นจากเด็กคนอื่น สอนและให้รู้จักการให้



ตัวอย่างของเล่น



ตุ๊กมือกระดาษหรือผ้า

24-36  
เดือน

## เด็กอายุ 36 เดือน : พัฒนาการด้านร่างกาย



เดินขึ้นลงบันได



ล้างมือด้วยตัวเอง



กระโดดข้ามสิ่งของได้



ยืนและเขย่งปลายเท้าได้



ช่วยใส่เสื้อผ้าเองและถอดเอง



ขีดเขียน ระบายสีได้



ขว้างและเตะบอลได้



24-36  
เดือน

## เด็กช่วงอายุ 24-36 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย



ให้โอกาสลูกได้เล่นกับ  
เด็กคนอื่นๆ



มีส่วนร่วมในการเล่นกับลูก  
รับฟังลูก ระหว่างเล่นกับลูก



ให้ลูกทำงานบ้านง่ายๆ  
ช่วยคุณ



ให้โอกาสลูกเล่นใน  
สถานที่ที่ปลอดภัย ที่มี  
การปีนป่าย



กอดและกอดตบบ่อยๆ  
เพื่อแสดงความรักกับลูก



เล่านิทานหรือสมุดภาพ  
เรียกชื่อ หรือสิ่งต่างๆ ให้  
ลูกได้รู้จัก



ช่วยลูกต่อจิ๊กซอว์ และ  
ระบุรูปร่างช่วยลูก



ให้โอกาสลูกถอดเสื้อผ้าใส่เสื้อผ้าด้วยตนเอง  
ล้างมือด้วยตัวเองให้มากที่สุด

**“ฝึกวินัยเชิงบวกให้กับลูก”**

24-36  
เดือน

## เด็กอายุ 36 เดือน : พัฒนาการด้านสติปัญญา



รู้ความแตกต่างระหว่างขนาดเล็ก  
และใหญ่ของสิ่งของ หรือวัตถุต่างๆ



ชอบถามคำถาม เจ้าหนูจำไม่



พูดซ้ำเมื่อได้ยิน



รักที่จะแสดงท่าทางคล้ายสัตว์



เริ่มใช้คำแสดงออกถึงอารมณ์  
ความรู้สึกและความคิด

24-36  
เดือน

## เด็กช่วงอายุ 24-36 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา



โอบกอดลูกบ่อยๆ  
แสดงความรักให้ลูก



จัดเตรียมวัตถุที่มีรูปร่างและสี  
ต่างๆ กันเพื่อให้เด็กได้จัดเรียง



กระตุ้นให้ลูก做事情ต่างๆ  
ด้วยตนเอง เช่น กินข้าวเอง



กระตุ้นให้เด็กเล่น  
และมีส่วนร่วมในการ  
เล่นตามจินตนาการ



ช่วยลูกเรียนรู้การนับ เรียกชื่อ  
สิ่งต่างๆ เปรียบเทียบสิ่งของ



ทำของเล่นง่ายๆ เล่นด้วย  
กันกับลูก เช่น ต่อแผ่นภาพ

### ตัวอย่างของเล่น



24-36  
เดือน

เด็กอายุ 36 เดือน : พัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



เข้าใจคำสั่ง หรือคำแนะนำ



แสดงความรักบ่อยๆ



เริ่มเล่นกับเด็กคนอื่นๆ



เริ่มทดสอบสิทธิอำนาจ  
ทำทนายผู้ปกครอง



ช่วยงานเล็กๆ น้อยๆ



เล่นคนเดียวแต่ชอบให้มีคนฟัง



24-36  
เดือน

## เด็กอายุ 24-36 เดือน : แนวทางการเลี้ยงดู เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม



กอดและสัมผัสลูกบ่อยๆ แสดงความรักให้ลูกเห็น



ให้ลูกทำงานบ้านง่ายๆ ที่ปลอดภัยร่วมกันกับพ่อแม่



ให้โอกาสลูกได้เล่นกับเด็กคนอื่นๆ



กระตุ้นให้ลูกมีส่วนร่วมในการเล่นเสริมจินตนาการ



สอนลูกร้องเพลง เล่นเกมส์ เล่าเรื่องของลูก อ่านหนังสือด้วยกัน

**“ใช้วินัยเชิงบวก ไม่ตี ดุ ด่า แต่อธิบายและทำสิ่งที่ถูกให้ดู เปิดโอกาสให้เด็กได้แก้ไข”**



ฟังลูกอย่างใกล้ชิด แสดงความสนใจสิ่งที่ลูกสนใจ แสดงความเมตตา เอ็นดู แก่ความรู้สึกของลูก

**ตัวอย่างของเล่น**



# บันทึก

Handwriting practice area with 20 horizontal blue dotted lines.





## มูลนิธิศุภนิมิตแห่งประเทศไทย

ศูนย์ฝึกอบรมมูลนิธิศุภนิมิตแห่งประเทศไทย

809 ซอยศุภนิมิต ถนนประชาอุทิศ แขวงสามเสนนอก เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ 10310

โทร 02 022 9200 ถึง 2 | E-mail: [info@worldvision.or.th](mailto:info@worldvision.or.th)

Line@: [@worldvision-thai](https://www.line.me/@worldvision-thai) | Facebook: [worldvisionthailand](https://www.facebook.com/worldvisionthailand)