

## พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการเด็กช่วงขวบปีแรก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ฉันทิกา จันทน์เป็ย

ภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

### 1. ด้านกล้ามเนื้อขนาดใหญ่

อายุ	ความสามารถตามพัฒนาการ	การส่งเสริมพัฒนาการ
แรกเกิด - 1 เดือน	- ยกศีรษะได้เล็กน้อยขณะนอนคว่ำ	จัดให้นอนหลายท่า เช่น ตะแคง คว่ำ
3 เดือน	- ยกศีรษะได้ 90 องศา	- จับนอนคว่ำใช้ของเล่นล่อให้ยกคอ - อุ้มนั่งให้หลังเด็กพิงอกผู้อุ้ม
3 - 4 เดือน	- พลิกคว่ำ – หาย	- ใช้ของเล่นล่อให้เด็กพลิกตัวมาหยิบสิ่งของ อาจต้องช่วยดันก้นบ้างในระยะแรก
5 - 6 เดือน	- คืบ จับนั่งได้แต่ยังไม่มั่นคง	- วางของเล่นห่างจากตัวเด็ก กระตุ้นให้เด็กคืบ ไปหยิบ - จับเด็กนั่งบนโซฟา หรือเก้าอี้สำหรับเด็ก
7 เดือน	- นั่งได้เอง	- ให้เด็กนั่งเล่นของเล่นที่วางบนโต๊ะ เตี้ย โดยมีผู้ใหญ่ประวังด้านหลัง
8 - 9 เดือน	- คลาน เกาะยืน	- วางของเล่นห่างจากตัวเด็กให้เด็กคลานไปหยิบ - วางของเล่นบนโต๊ะที่เด็กเกาะยืนได้ กระตุ้นให้เด็กลุกขึ้นไปหยิบ
10 - 12 เดือน	- เกาะเดิน ตั้งไข่ เดินเองได้บ้าง	- จูงเด็กเดินเล่น - ให้เด็กเกาะเดินตามเฟอร์นิเจอร์ต่างๆ - เล่นตั้งไข่ เรียกให้เด็กก้าวเดินมาหาพ่อแม่ที่อยู่ ใกล้ๆ



## 2. ด้านกล้ามเนื้อมัดเล็ก



อายุ	ความสามารถตามพัฒนาการ	การส่งเสริมพัฒนาการ
แรกเกิด – 3 เดือน	มองตามวัตถุได้ 90 องศา กำนิ้วมือได้ชั่วคราว	-แขวนโมบาย ห่างจากเด็กประมาณ 1 ฟุต -ผู้ใหญ่เอียงคอว่าย-ขวา ขณะอุ้มเด็กอุ้มเด็ก
3 – 4 เดือน	กำนิ้วมือได้ดี ชอบเอามือ และสิ่งของใส่ปาก มองตามวัตถุได้ 180 องศา	ให้เด็กมองตาม -ส่งของเล่นขนาดเหมาะสมมือให้เด็กกำ
5 – 6 เดือน	คว้าสิ่งของ เขย่าของเล่น	-ให้เด็กกำของเล่นที่เขย่ามีเสียง -ส่งของเล่นให้เด็กหัดคว้า
7 – 9 เดือน	หยิบของด้วยนิ้วหลายนิ้ว	-ให้เด็กหยิบสิ่งของแล้วนำมาเคาะกัน
10-12 เดือน	หยิบของด้วยนิ้ว 2 นิ้ว จับดินสอขีดเขียน ชอบเอานิ้วแหย่ตามช่องต่างๆ	-ให้เด็กเล่นหยิบของใส่ในตะกร้า /ออกจากตะกร้า -ให้จับดินสอแท่งใหญ่ขีดเขียน

## 3. ด้านสังคมและการช่วยเหลือตนเอง

อายุ	ความสามารถตามพัฒนาการ	การส่งเสริมพัฒนาการ
แรกเกิด – 3 เดือน	-ต้องพึ่งพาผู้อื่นทุกอย่าง -จ้องตาผู้อุ้ม ยิ้มได้ในช่วงสั้นๆ -ต่อมาจ้องตา ยิ้ม และส่งเสียงอ้ออหาโต้ตอบมารดา	-ตอบสนองความต้องการของเด็กเมื่อร้อง -อุ้ม กอด พุดคุย สบตากับเด็กอย่างสม่ำเสมอ
3 – 4 เดือน	-ยิ้มตอบมารดา แสดงท่าที่พอใจเมื่อมีคนอุ้ม -ส่งเสียงดังเมื่อพอใจ และร้องเมื่อถูกขัดใจ	
5 – 6 เดือน	-แยกความแตกต่างคนคุ้นเคย –แปลกหน้า -เรียกร้องความสนใจจากผู้อื่น -เล่นกับเงาของตนเองในกระจก -จับขวดนม	- อุ้ม กอด แสดงความรัก พุดกับเด็กเมื่อทำสิ่งต่างๆให้ - ให้เด็กได้ส่องกระจกและเล่นกับเงาตนเอง -จับมือเด็กให้จับขวดนมขณะรับประทาน
7 – 9 เดือน	กลัวคนแปลกหน้า แสดงความรักกับคนคุ้นเคย ดื่มน้ำจากแก้วโดยมีผู้ช่วย หยิบขนมใส่ปากได้ เล่น บ่าย-บาย จ๊ะ-เอ๋ ได้	-พาไปนอกบ้านให้พบคนแปลกหน้าบ้าง -หัดให้ดื่มน้ำจากแก้ว หยิบขนมรับประทานเอง - เล่น บ่าย-บาย จ๊ะ-เอ๋ กับเด็กบ่อยๆ
10-12 เดือน	ดื่มน้ำจากแก้ว และใช้ช้อนโดยมีผู้ช่วย ให้ความร่วมมือในการแต่งตัว กินอาหารปกติค่อนข้างหยาบได้	-ให้ดื่มน้ำจากแก้ว ใช้ช้อนตักอาหารใส่ปาก -บอกให้เด็กยกแขน ขา เวลาแต่งตัวให้



#### 4. ด้านภาษา

อายุ	ความสามารถตามพัฒนาการ	การส่งเสริมพัฒนาการ
แรกเกิด – 3 เดือน	-ร้องไห้เพื่อสื่อความต้องการ - หันหาเสียงกระดิ่ง - ตอบสนองต่อเสียงมารดา - ส่งเสียงอ้อแอ้ อ้ออา	- พูดคุยกับเด็กทุกครั้งที่ทำกิจกรรมให้ - ร้องเพลงหรือเปิดเพลงเบาๆ ให้ฟัง
3 – 4 เดือน	- ร้องให้น้อยลง - หัวเราะส่งเสียงดังเมื่อพอใจ - หันหาเสียงพูด	
5 – 6 เดือน	- ตอบสนองเสียงเรียกชื่อ - เปลี่ยนเสียงพยางค์เดียว เช่น หม่า จ่า ฯลฯ	
7 – 9 เดือน	- รู้จักชื่อตนเอง - เลียนเสียงพูดของผู้ใหญ่ - เรียกพ่อ-แม่ได้ไม่เฉพาะเจาะจง - ส่งเสียงดังเรียกร้องความสนใจ	- เรียกชื่อเด็ก และพูดคุยกับเด็กเสมอ - เปลี่ยนเสียงเรียกพ่อ แม่ ให้เด็กเลียนเสียง - ร้องเพลง อ่านนิทานให้เด็กฟัง
10 – 12 เดือน	- พูดเป็นคำที่มีความหมายอย่างน้อย 1 คำ - เลียนเสียงสัตว์ หรือคำพูดง่ายๆ - ชี้ออกความต้องการ - ทำตามคำสั่งง่ายๆ ได้	- ร้องเพลง อ่านนิทาน เรียกชื่อ คน สัตว์ สิ่งของรอบตัวให้เด็กรู้จัก - ออกคำสั่งง่ายๆ ให้เด็กทำตาม - สอนให้เด็กเปล่งเสียงเพื่อบอกความต้องการ

#### 5. ด้านสติปัญญา

อายุ	ความสามารถตามพัฒนาการ	การส่งเสริมพัฒนาการ
แรกเกิด – 6 เดือน	- เรียนรู้จากการทำงานสัมพันธ์กันระหว่างการเคลื่อนไหวกับอวัยวะรับความรู้สึก	- ส่งเสริมให้เด็กได้รับสัมผัสด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5
6 – 12 เดือน	- เริ่มรู้จักเลียนแบบ และแสดงกิริยาซ้ำๆ ถ้าทำแล้วพอใจ - เริ่มมองหาของที่ตกหายไปและค้นหาของที่ปิดซ่อนไว้ - เริ่มรู้จักสังเกตและมีจุดมุ่งหมายในการกระทำ - เริ่มเข้าใจเหตุผลง่ายๆ	- เล่นเกมซ่อนของให้เด็กค้นหา - ให้เด็กได้เล่น สัมผัสของที่มีรูปร่าง ผิวสัมผัสที่แตกต่างกัน

#### บรรณานุกรม

ฉันทิกา จันทร์เป็ย.(2552).พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก.ใน บุญเพียร จันทวีวัฒนาและคณะ(บรรณาธิการ),  
ตำราการพยาบาลเด็ก เล่ม1(ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด พีร วัน.

Sanitika W.J.(2007). *Child development*.(11<sup>th</sup>ed.). New York:McGraw-Hill Company.



Last Update 26 กุมภาพันธ์ 2553

