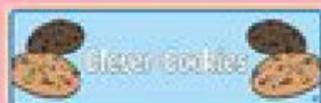


ดูแลดูกรั๊ก

กินดูกต๋อง

เรียนแก่ง



วิโรจน์ ไววนิชกิจ

ดูแลลูกรัก

กินถูกต้อง

เรียนเก่ง

ดูแลลูกรักกินถูกต้องเรียนเก่ง

ISBN 978-616-598-544-4

จัดพิมพ์โดย วิโรจน์ ไววนิชกิจ

พิมพ์ครั้งแรก : กุมภาพันธ์ 2565

ราคา 140บาท

วิโรจน์ ไววนิชกิจ.

ดูแลลูกรัก กินถูกต้อง เรียนเก่ง.-- กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,  
2566.

75 หน้า.

1. การเลี้ยงดูเด็ก. 2. เด็ก -- การดูแล. I. ชื่อเรื่อง.

649.1

ISBN 978-616-598-544-4

พิมพ์ที่

โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถนนพญาไท แขวงวังใหม่ กรุงเทพฯ

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2539

## คุยกับผู้เขียน

การเรียนเป็นเรื่องสำคัญสำหรับเด็กที่พ่อแม่หลายคนเป็นกังวล การเรียนให้ประสบความสำเร็จ คือ เรียนเก่ง นั้นเป็นความปรารถนาของพ่อแม่ทุกคน เป็นที่ยอมรับในปัจจุบันแล้วว่าปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อมมีความสำคัญต่อการพัฒนาการทางด้านความคิดของเด็ก การกินอาหารจัดเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีการกล่าวถึงความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จในการเรียน ถ้ากินถูกกินได้ดีก็จะสามารถช่วยให้เรียนได้ดีได้ เรียกได้ว่า กินเป็นเรียนเก่ง แต่ในทางตรงกันข้ามหากกินได้ไม่ได้กินไม่ถูกก็อาจจะทำให้เรียนไม่ประสบความสำเร็จได้ หนังสือ “ดูแลลูกรัก กินถูกต้อง เรียนเก่ง” เล่มนี้เหมาะกับทุกเพศ ทุกวัย โดยเฉพาะพ่อแม่ที่ต้องการให้ลูกประสบความสำเร็จในการเรียน สำหรับทุกครอบครัวที่รักและต้องการให้ลูกเรียนได้เก่งไม่แพ้ใคร ไม่ควรพลาดที่จะอ่านหนังสือเล่มนี้

ศ. นพ. วิโรจน์ ivaอนิชกิจ

## สมองและการเรียนรู้

### สมองของเรา

สมองเป็นคำสั่งในภาษาไทย เป็นชื่ออวัยวะที่บรรจุอยู่ในกระโหลกศีรษะในหัวของทุกคน เป็นอวัยวะที่มีความสำคัญมากในทางการแพทย์ ถ้าไม่มีสมองย่อมไม่สามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ สมองเองเป็นศูนย์สั่งการ ควบคุมทั้งระบบการทำงานและรับสัมผัส ตลอดจนอารมณ์ความรู้สึกของมนุษย์

หน้าที่หลัก ๆ ของสมองได้แก่

1. ควบคุมการเคลื่อนไหว เคลื่อนที่
2. รับรู้สัมผัสจากอวัยวะสัมผัสทั้ง 5 อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย
3. กำหนดอารมณ์
4. แสดงพฤติกรรม
5. ควบคุมการทำงานของอวัยวะทุกส่วนของร่างกายให้อยู่ในภาวะปกติ
6. บันทึกจดจำ เรียนรู้

สมองคนเราสามารถแบ่งออกเป็นส่วนๆ ได้ดังนี้

- สมองส่วนหน้า
- สมองส่วนกลาง
- สมองส่วนหลัง

ในสามส่วนนี้สมองส่วนหน้าจัดได้ว่าเป็นส่วนที่สำคัญที่แสดงถึงพัฒนาการของมนุษย์ที่ต่างจากสัตว์อื่นๆ

ความจริงแล้วสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมมีสมอง 3 ส่วนแบบเดียวกับมนุษย์ แต่สมองส่วนหน้าในมนุษย์นั้นเจริญพัฒนามาก

ที่สุด

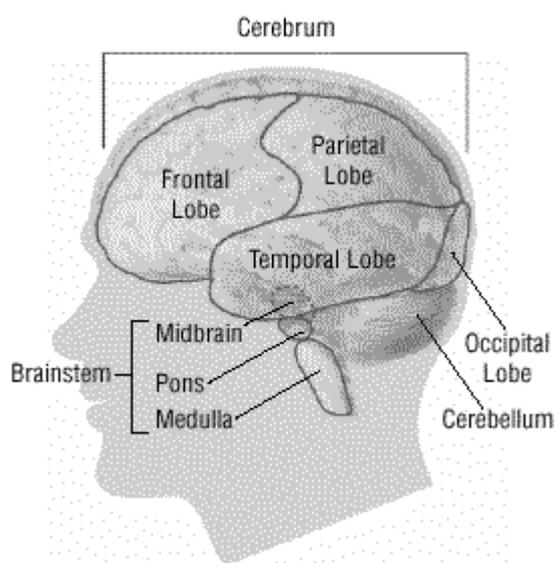
ความจริงบางประการเกี่ยวกับสมองที่ควรทราบ

- สมองเป็นอวัยวะที่เจริญเต็มที่เมื่อคลอดออกมาจากครรภ์มารดาแล้ว
- เซลล์สมองไม่มีการสร้างใหม่ ถ้าเสียหายตายไปแล้วจะตายไปเลย
- การพัฒนาสมองของมนุษย์จะเป็นการพัฒนาการเชื่อมต่อระหว่างโครงข่ายของเซลล์ประสาทต่างๆในสมองซึ่งมีหลายล้านเซลล์
- น้ำหนักของสมองไม่ได้บ่งชี้ถึงความฉลาด สัตว์บางอย่างมีสมองหนักมากกว่ามนุษย์เสียอีก
- รอยหยักบนสมอง ซึ่งสะท้อนถึงการเชื่อมต่อระหว่างโครงข่ายของเซลล์ประสาทต่างๆในสมองเป็นเครื่องบ่งชี้ถึงความฉลาดของมนุษย์
- สมองมี 2 ซีก ซ้ายขวา แบ่งหน้าที่ทำงานประสานกลาง
- สมองตายเป็นสิ่งที่ใช้ยืนยันการตายในทางการแพทย์

สำหรับสมองส่วนหน้าส่วนจำเพาะที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการในขั้นสูงของมนุษย์นั้นจะเรียกว่า สมองใหญ่หรือซี

รีบรัม ซึ่งสมองใหญ่นี้เองจะแบ่งออกเป็นกลีบๆได้ข้างละ 4 กลีบ 2 ข้างรวมเป็น 8 กลีบ

- กีบ Frontal lobe เป็นกีบที่สำคัญที่สุดทำหน้าที่ควบคุมการเคลื่อนไหว การออกเสียง ความคิด ความจำ สติปัญญา บุคลิก ความรู้สึก ฝันอารมณ์ สมองส่วนนี้เองมีบทบาทสำคัญที่สุดเกี่ยวกับการเรียน
- กีบ Temporal อยู่ด้านข้างทางกหู ทำหน้าที่ควบคุมการได้ยิน การดมกลิ่น
- กีบ Occipital อยู่ด้านหลังไปทางท้ายทอยทำหน้าที่ควบคุมการมองเห็น
- กีบ Parietal อยู่ด้านข้างทำหน้าที่ควบคุมความรู้สึกด้านการสัมผัส การพูด การรับรส



การเรียนรู้คืออะไร