

อาหารและโภชนาการ สำหรับเด็กปฐมวัย



โดย
รศ.ดร.อังคณา ขันตรีจิตรานนท์
ภาควิชาอาชีวศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

อาหารและโภชนาการ สำหรับเด็กปฐมวัย



รศ.ดร.อังคณา ขันตรีจิตรานนท์
ภาควิชาอาชีวศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

อังคณา ชันตรีจิตรานนท์

อาหารและโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัย / อังคณา ชันตรีจิตรานนท์

1. อาหาร 2. โภชนาการ 3. เด็กปฐมวัย

ISBN: 978-616-565-094-6

จัดทำโดย รศ.ดร.อังคณา ชันตรีจิตรานนท์

ที่อยู่: คณะศึกษาศาสตร์ ม.เกษตรศาสตร์

50 ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว

เขตจตุจักร กทม. 10900

โทร 02-942-8256 โทรสาร 02-579-0203

E-mail: angie_thai@hotmail.com

ลิขสิทธิ์ของ รศ.ดร.อังคณา ชันตรีจิตรานนท์

พิมพ์ครั้งที่ 3 (เดือน มิถุนายน 2567)

จำนวน 300 เล่ม

ราคา 250 บาท

จัดจำหน่าย รศ.ดร.อังคณา ชันตรีจิตรานนท์

ที่อยู่: คณะศึกษาศาสตร์ ม.เกษตรศาสตร์

50 ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว

เขตจตุจักร กทม. 10900

โทร 02-942-8200 โทรสาร 02-579-0203



พิมพ์ที่: บริษัท ไฮสปีด เลเซอร์ปρί้นต์ จำกัด

โทร 02-579-6718 โทรสาร 02-940-6453

คำนำ

หนังสือเรื่องอาหารและโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัยเล่มนี้ เกิดขึ้นในช่วงที่ผู้เขียนมีความต้องการที่จะสรรหารายการอาหารที่มีประโยชน์ และมีคุณค่าต่อการเลี้ยงดูบุตรชายของตนเอง จากความคิดที่ว่า “การเลี้ยงลูกนั้นสิ่งสำคัญ คือ ความรักและความเอาใจใส่ที่ผู้เป็นพ่อ แม่ควรมีให้แก่ลูกในทุกๆ วัน” นั้นหมายความว่า พ่อ แม่สามารถแสดงออกถึงความรัก ความเอาใจใส่ได้ในหลายๆ รูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นการสร้างโอกาสการเรียนรู้ให้ลูกในทุกๆ ด้าน พร้อมทั้งการสร้างสภาพแวดล้อมที่มั่นคงปลอดภัยให้แก่เด็ก และการดูแลเรื่องโภชนาการให้กับลูกก็เป็นเรื่องสำคัญที่ไม่ควรมองข้าม การจัดอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสำหรับเด็กให้ได้รับพลังงานที่เพียงพอ ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีและทำให้ลูกเจริญเติบโตมีพัฒนาการที่สมวัยต่อไป

ผู้เขียนในฐานะนักวิชาการที่มีความเชี่ยวชาญในด้านอาหารจึงเกิดความคิดที่อยากถ่ายทอดประสบการณ์ ความรู้ พร้อมเรียบเรียงออกมาเป็นหนังสืออาหารและโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัยขึ้น เพื่อให้คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครอง นิสิต นักศึกษา หรือบุคคลทั่วไปที่สนใจด้านอาหารและโภชนาการสามารถอ่านเพื่อเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจ โดยหนังสือประกอบด้วยเนื้อหาความรู้ ความเข้าใจในเด็กปฐมวัย เช่น ลักษณะพัฒนาการของเด็กปฐมวัย ปัจจัยที่ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กปฐมวัย ความสำคัญ ของอาหารและโภชนาการที่มีผลต่อสุขภาพ อาหารหลัก 5 หมู่ หลักการปฏิบัติ ในการจัดอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัย การตระหนักถึง ปัญหาการกินของเด็กไทยและปัญหาโภชนาการของเด็กปฐมวัยในปัจจุบัน อีกทั้งมีเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาหาร การเลือกซื้อ การเตรียม การปรุงอาหาร ปริมาณวัตถุดิบในการจัดอาหารที่เหมาะสม และสร้างสุขนิสัยและอนามัยสำหรับเด็กปฐมวัย นอกจากนี้ผู้เขียนยังได้ถ่ายทอดประสบการณ์การประกอบอาหารสำหรับเด็กปฐมวัยด้วยตำรับอาหารคาวและตำรับอาหารว่าง/ของหวานต่าง ๆ รวม 20 รายการ

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ (Peer Review) ที่ได้สละเวลาอันมีค่าในการช่วยอ่านพิจารณาเนื้อหา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะต่อการเขียนหนังสือเล่มนี้ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น เพื่อเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

รองศาสตราจารย์ ดร.อังคณา ชันตรีจิตรานนท์
พฤษภาคม 2564

สารบัญ

		หน้าที่
บทนำ	เด็กปฐมวัย	10
	ความหมายของเด็กปฐมวัย	11
	ความสำคัญของเด็กปฐมวัย	12
	พัฒนาการและการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัย	15
	ปัจจัยที่ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กปฐมวัย	30
	สรุป	35
	เอกสารอ้างอิง	36
ตอนที่ 1	อาหารและโภชนาการพื้นฐานที่มีต่อพัฒนาการ ในเด็กปฐมวัย	39
บทที่ 1	อาหารสำหรับเด็กปฐมวัย	40
	ความหมายและความสำคัญของอาหาร	41
	อาหารหลัก 5 หมู่	44
	การเลือกอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย	52
	ข้อควรปฏิบัติในการจัดอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย	58
	ธงโภชนาการ	61
	สรุป	72
	เอกสารอ้างอิง	73
บทที่ 2	โภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัย	76
	ความหมายของโภชนาการ	77
	ความสำคัญของโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัย	78
	ประเภทของภาวะโภชนาการ	81
	เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการในเด็ก	83
	ความหมายของสารอาหาร	89
	ความต้องการสารอาหารของเด็กปฐมวัย	96
	สรุป	99
	เอกสารอ้างอิง	100

ตอนที่ 2	ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับอาหารและโภชนาการของเด็กปฐมวัย	หน้าที่ 104
บทที่ 3	ปัญหาการรับประทานอาหารของเด็กปฐมวัย	105
	ปัญหาการรับประทานอาหารของเด็กปฐมวัย	106
	สรุป	118
	เอกสารอ้างอิง	119
บทที่ 4	ปัญหาภาวะโภชนาการของเด็กปฐมวัย	121
	ปัญหาภาวะโภชนาการของเด็กปฐมวัย	124
	แนวทางการให้คำแนะนำทางโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัย	133
	สรุป	138
	เอกสารอ้างอิง	139
ตอนที่ 3	หลักการประกอบอาหารและ ตำรับอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย	142
บทที่ 5	หลักการประกอบอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย	143
	การจัดอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัย	144
	หลักการประกอบอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย	151
	หลักการเลือกซื้ออาหารหรือวัตถุดิบในการประกอบอาหาร	163
	สุขอนามัยในการรับประทานอาหาร	166
	ภาชนะและอุปกรณ์บนโต๊ะอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย	169
	การสร้างนิสัยในการรับประทานอาหารที่ดีแก่เด็กปฐมวัย	173
	สรุป	177
	เอกสารอ้างอิง	179
บทที่ 6	ตำรับอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย	182
	วิธีการคำนวณพลังงานจากสารอาหาร	184

ตำรับอาหารคาว

เกี้ยวกุ้ง	185
โจ๊กหมูสับ	188
ซूपไข่	190
ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง	192
ราดหน้าเกี้ยวกรอบไข่สก๊อต	194
ข้าวผัดกุ้ง	196
ข้าวต้มหมูสับ ผักหลากหลาย	198
ข้าวไข่ข้นทะเล	200
สปาเก็ตตี้มีทบอล	202
พิซซ่า	205
สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศหมูสับ	208
มินิเบอร์เกอร์ไก่	210
ไข่เจียวหมีห่อผ้า	212

ตำรับอาหารว่าง / ของหวาน

ขนมจีบกุ้ง	214
เฟรนช์โทสต์	216
เค้กกล้วยหอมหนึ่ง	218
เค้กกล้วยหอมบลูเบอร์รี่	220
คัพเค้ก Halloween	222
บลูเบอร์รี่ชีสพาย	224
แครปเปิ้ลไม้	225
บัวลอย	228
ขนมโตเกียว	230
วาฟเฟิลผลไม้	233
ประวัติผู้เขียน	235

สารบัญตาราง

	หน้าที
ตารางที่ 1	พัฒนาการทางด้านต่าง ๆ ของเด็กปฐมวัย 18
ตารางที่ 2	ตัวอย่างรายการอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย (1 ถึง 3 ปี) 55
ตารางที่ 3	ตัวอย่างรายการอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย (4 ถึง 6 ปี) 57
ตารางที่ 4	ปริมาณอาหารกลุ่มข้าว – แป้ง 1 ส่วน 63
ตารางที่ 5	ปริมาณอาหารกลุ่มผัก 64
ตารางที่ 6	ปริมาณอาหารกลุ่มผลไม้ 1 ส่วน 65
ตารางที่ 7	ปริมาณอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์ 1 ส่วน 66
ตารางที่ 8	ปริมาณอาหารที่เป็นแหล่งแคลเซียม 1 ส่วน 67
ตารางที่ 9	ปริมาณอาหารกลุ่มไขมัน 1 ส่วน 68
ตารางที่ 10	ปริมาณอาหารประเภทน้ำตาล 1 ส่วน 68
ตารางที่ 11	ปริมาณโซเดียมในอาหาร 1 ส่วน 69
ตารางที่ 12	กลุ่มอาหารและปริมาณอาหารที่ควรบริโภคใน 1 วัน สำหรับเด็ก อายุ 1 ถึง 5 ปี 70
ตารางที่ 13	ตารางภาวะโภชนาการ และการเจริญเติบโต 88
ตารางที่ 14	ปริมาณพลังงาน และสารอาหารอ้างอิงที่ควรได้รับประจำวัน (Dietary Reference Intake: DRI) ของเด็กปฐมวัย 98
ตารางที่ 15	การเลือกซื้อเนื้อสัตว์ ผัก และผลไม้ 164

สารบัญภาพ

	หน้าที
ภาพที่ 1	เด็กปฐมวัย
ภาพที่ 2	เด็กปฐมวัยทำกิจกรรม พร้อมทั้งเรียนรู้ไปด้วยกัน
ภาพที่ 3	เด็กปฐมวัยทำกิจกรรมร่วมกับคุณครู
ภาพที่ 4	ครอบครัวประทานอาหารร่วมกัน
ภาพที่ 5	เด็กปฐมวัยรับประทานอาหารร่วมกัน
ภาพที่ 6	สารอาหารโปรตีน
ภาพที่ 7	สารอาหารคาร์โบไฮเดรต
ภาพที่ 8	สารอาหารวิตามินและเกลือแร่
ภาพที่ 9	สารอาหารไขมันจากพืชและสัตว์
ภาพที่ 10	เด็กปฐมวัยรับประทานอาหาร
ภาพที่ 11	ธงโภชนาการ 1 วัน สำหรับเด็กอายุ 1 ถึง 3 ปี และสำหรับเด็กอายุ 4 ถึง 5 ปี
ภาพที่ 12	ตารางแสดงเกณฑ์น้ำหนัก - ส่วนสูงตามวัย สำหรับทารกแรกเกิด ถึง 5 ปี
ภาพที่ 13	ตัวอย่างกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย อายุ 2 ถึง 7 ปี
ภาพที่ 14	เด็กปฐมวัยกับความสูงของร่างกาย
ภาพที่ 15	เด็กปฐมวัยกับอาหารที่ทำด้วยตนเอง
ภาพที่ 16	เด็กปฐมวัยไปโรงเรียนวันแรก
ภาพที่ 17	เด็กปฐมวัยกับการออกกำลังกาย
ภาพที่ 18	เด็กปฐมวัยทำกิจกรรมประกอบอาหาร
ภาพที่ 19	โต๊ะและเก้าอี้นั่งรับประทานอาหาร
ภาพที่ 20	ภาชนะใส่อาหาร
ภาพที่ 21	จานอาหารแบบถาดหลุม
ภาพที่ 22	ผ้ากันเปื้อน
ภาพที่ 23	แผ่นรองอาหารหรือแผ่นรองจาน
ภาพที่ 24	ครอบครัวรับประทานอาหารร่วมกัน

บทนำ



เด็กปฐมวัย

“**ปฐมวัย**”เป็นช่วงวัยทองของชีวิต (Golden Age) จัดอยู่ในช่วงแรกเกิดถึง 6 ปี ในช่วงขวบปีแรกเด็กจะมีพัฒนาการอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา ด้านอารมณ์และสังคม ถือเป็นช่วงวัยของการสร้างรากฐานสำหรับการเติบโตที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเด็ก เนื่องจากประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจะเชื่อมโยงเข้ากับพัฒนาการด้านต่าง ๆ ตามแต่ละช่วงวัย ซึ่งการเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัยของชีวิตมนุษย์จะมีลักษณะเฉพาะของวัย ดังนั้นการอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูควรให้ความสำคัญและเข้าใจธรรมชาติของเด็กปฐมวัยที่ต้องการเรียนรู้สิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 เมื่อเด็กปฐมวัยมีโอกาสเรียนรู้ด้านต่าง ๆ ตามช่วงวัยได้ และรับประทานอาหารหรือมีโภชนาการที่เหมาะสม นั้นหมายถึง เด็กปฐมวัยได้รับการวางรากฐานที่ดีส่งผลให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคงและเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศชาติต่อไป

ความหมายของเด็กปฐมวัย

เด็กปฐมวัย ตรงกับคำว่า “Early Childhood” หรือที่ใช้เรียก “เด็กก่อนวัยเรียน” จัดว่าเป็นวัยเริ่มต้นของพัฒนาการทุก ๆ ด้าน และต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่ตามหลักโภชนาการเพื่อให้สอดคล้องกับพัฒนาการและการเจริญเติบโตของร่างกาย มีนักวิชาการหลายท่าน ได้ให้นิยามการจัดช่วงอายุของเด็กปฐมวัย ไว้ดังนี้

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551) ได้กำหนดช่วงอายุสำหรับเด็กปฐมวัยในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มเด็กทารก (อายุ 0-2 ปี) กลุ่มเด็กเล็ก (อายุ 3 – 4 ปี) และ กลุ่มเด็กอนุบาลและประถมต้น (อายุ 5 – 8 ปี) อายุทั้ง 3 กลุ่มนี้มีพัฒนาการเรียนรู้ที่แตกต่างกันไป **ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา**

พระราชบัญญัติ การพัฒนาเด็กปฐมวัย พ.ศ. 2562 มาตรา 3 “เด็กปฐมวัย” หมายความว่า เด็กซึ่งมีอายุต่ำกว่าหกปีบริบูรณ์ และให้หมายความรวมถึง เด็กซึ่งต้องได้รับการพัฒนา ก่อนเข้ารับการศึกษาในระดับประถมศึกษา (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560)

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ จัดทำ (ร่าง) แผนพัฒนาเด็กปฐมวัย พ.ศ. 2560 - 2664 เพื่อกำหนดนโยบายและยุทธศาสตร์ในการพัฒนาเด็กปฐมวัยของประเทศให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน ได้กล่าวถึงสภาพการณ์และบริบทแวดล้อมในการพัฒนาเด็กปฐมวัย คือ ช่วงอายุ 0-5 ปี เป็นช่วงเวลาที่สำคัญและจำเป็นที่สุดของการวางรากฐานการพัฒนาความเจริญเติบโตของมนุษย์ในทุกด้าน ฉะนั้นหากเด็กได้รับการเลี้ยงดูที่ดีและถูกต้องตามหลักจิตวิทยาและหลักวิชาการ เด็กจะเกิดการพัฒนาได้เต็มตามศักยภาพ

The National Association for Education of Young Children (NAEYC) (2019) ได้อธิบายความหมายของ “เด็กปฐมวัย” หมายถึง เด็กที่มีอายุ

ตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 8 ปี ซึ่งเป็นช่วงวัยที่เด็กกำลังเจริญเติบโต สามารถพึ่งพาตนเองได้ และผ่านขั้นตอนพัฒนาการมาบ้างแล้ว ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เด็กในวัยนี้มักจะต้องการความเป็นอิสระ ต้องการทดสอบความสามารถของตนเอง

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) ได้อธิบายความหมายของ เด็กปฐมวัย ว่าหมายถึง เด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 6 ปี ซึ่งในช่วงอายุดังกล่าว สามารถแยกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มวัยทารกหรือวัยเตาะแตะ (Toddler) หมายถึง เด็กที่อยู่ในช่วงอายุ 0-3 ปี และกลุ่มวัยเด็กตอนต้นหรือวัยอนุบาล (Preschool) หมายถึง เด็กที่อยู่ในช่วงอายุ 3-6 ปี

Morrison (2018: 3) ได้แบ่งการเจริญเติบโตของเด็กเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทารก (Infant) หมายถึง เด็กที่อยู่ในช่วงแรกเกิด – 2 ขวบ และกลุ่มปฐมวัย (Early Childhood) หมายถึง เด็กที่มีอายุ 3 - 8 ขวบ ขบวนการเจริญเติบโตของเด็กในแต่ละช่วงวัย จะเห็นการเปลี่ยนแปลงได้อย่างชัดเจน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เด็กสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลและสภาพแวดล้อมรอบ ๆ ตัวได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญต่อยอดการเรียนรู้และการพัฒนาการในทุก ๆ ด้านในช่วงวัยต่อ ๆ ไป

ทัศนีย์ ลิ้มสุวรรณ (2556: 2) ได้อธิบายคำว่า เด็กปฐมวัย (Early Childhood) หรืออาจใช้คำว่า เด็กก่อนวัยเรียน (Preschool Children) เนื่องจากคำสองคำนี้สามารถใช้แทนกันได้ หมายถึง เด็กที่อยู่ในวัยก่อนเรียนหรือช่วงอายุยังไม่ถึงเกณฑ์เข้าเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งเป็นการศึกษาภาคบังคับ เพราะเป็นช่วงวัยของการปูพื้นฐานลักษณะนิสัยในด้านต่าง ๆ ที่จะติดตัวต่อไปเมื่อเด็กโตขึ้น

จากที่กล่าวข้างต้น ความหมายของ “เด็ก” “เด็กปฐมวัย” และ “เด็กก่อนวัยเรียน” หมายถึง เด็กที่มีอายุอยู่ในช่วง 1 ปี ถึง 6 ปี เป็นเด็กก่อนเข้าเรียนตาม

เกณฑ์บังคับ ทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษา และมีช่วงอายุยังไม่ถึงเกณฑ์เข้าเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งเป็นการศึกษาภาคบังคับ

ความสำคัญของเด็กปฐมวัย

เด็กปฐมวัยจัดอยู่ในช่วงอายุแรกเกิดจนถึง 6 ปี เป็นระยะที่สำคัญที่สุดของชีวิต ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และบุคลิกภาพ โดยเฉพาะด้านสติปัญญาจะมีพัฒนาการมากที่สุดในช่วงนี้ เด็กปฐมวัยเป็นช่วงวัยของการปูพื้นฐานลักษณะนิสัยในด้านต่าง ๆ ที่จะติดตัวต่อไปเมื่อเด็กโตขึ้น ทั้งนี้ผู้ปกครองที่อยู่ใกล้ชิดเด็กในช่วงวัยนี้ควรดูแลเอาใจใส่พัฒนาการทุก ๆ ด้าน โดยเฉพาะด้านโภชนาการ เพื่อให้เด็กปฐมวัยมีความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานจากคุณลักษณะตามวัย โดยคำนึงถึงความพร้อม ความต้องการและธรรมชาติของเด็กปฐมวัยอย่างถูกต้องและเหมาะสม ส่งผลให้พัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของเด็กปฐมวัยเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดี ซึ่งจะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต

Brewer (2005) นักการศึกษาได้รวบรวมความสำคัญของเด็กปฐมวัยจากแนวคิดของนักจิตวิทยาและนักการศึกษาที่มีชื่อเสียงในด้านต่าง ๆ ไว้ ดังนี้

Bloom (1964) นักการศึกษาชาวอเมริกัน ได้สรุปพัฒนาการของเด็กปฐมวัยในด้านต่าง ๆ ตามแต่ละช่วงวัยไว้ดังนี้ เด็กปฐมวัยในระยะเริ่มแรกจะพัฒนาความเชื่อมั่น ความรู้สึกในการรับรู้และความเข้าใจ โดยเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงขวบปีแรกจะพัฒนาขึ้นร้อยละ 20 ต่อมาเมื่อมีอายุ 4 ปี จะพัฒนาด้านสติปัญญาถึงร้อยละ 50 และจากช่วงอายุ 4-8 ปี จะพัฒนาเพิ่มขึ้นอีกร้อยละ 30 รวมเป็น 80 เปอร์เซ็นต์ และที่เหลืออีก 20 เปอร์เซ็นต์ จะอยู่ในช่วง 8-17 ปี ซึ่งแสดงให้เห็นว่าสติปัญญาของมนุษย์มากกว่า 3 ใน 4 จะได้รับการพัฒนาเมื่ออยู่ในช่วงวัยเด็ก และหากไม่ได้รับการพัฒนาในด้านสติปัญญาอย่างถูกต้อง ความสามารถในการเรียนรู้

อาจจะถูกยับยั้ง นอกจากนี้ Bloom ยังกล่าวอีกว่า สิ่งแวดล้อมมีผลต่อการทางสติปัญญาของเด็กในระยะ 6 ปีแรกของชีวิตมากกว่าในระยะอื่น ๆ

Erikson (1950) นักจิตวิทยาพัฒนาการและนักจิตวิเคราะห์ ชาวเยอรมัน กล่าวว่า วัยทารกตอนปลายเป็นช่วงที่มนุษย์เรียนรู้เจตคติของความมั่นใจหรือไม่มั่นใจ ซึ่งขึ้นอยู่กับหน้าที่คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครอง หรือผู้เลี้ยงดูให้สิ่งที่เด็กปฐมวัยต้องการ ได้แก่ อาหารตามหลักโภชนาการ การเอาใจใส่ และความรักอย่างชื่นชม เจตคติเหล่านี้ Erikson เชื่อว่ามนุษย์จะพัฒนาเป็นเช่นใดนั้น เป็นผลมาจากการเลี้ยงดูและได้รับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่บุคคลนั้นเติบโตมา

Hurlock (2017) กล่าวว่า วัยเด็กเป็นวัยแห่งวิกฤติการณ์ในการพัฒนาบุคลิกภาพ เป็นระยะสร้างพื้นฐานของจิตใจในวัยเด็กก่อนที่จะเติบโตสู่ผู้ใหญ่ต่อไป บุคลิกภาพในวัยผู้ใหญ่แม้จะมีความแตกต่างจากวัยเด็กไปมากเท่าใดก็ตามล้วนเป็นความแตกต่างที่มีรากฐานมาจากการพัฒนาการในวัยเด็ก ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด Sprinthall (1974) กล่าวว่า ในช่วง 5 ปีแรกของมนุษย์เป็นช่วงวิกฤติของชีวิต เป็นระยะที่สำคัญที่สุดในการวางรากฐานของบุคลิกภาพ ซึ่งการพัฒนาบุคลิกภาพนั้นเด็กปฐมวัยจะต้องการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงพฤติกรรมที่ตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ได้รับ โดยการตอบสนองนี้มีผลมาจากวุฒิภาวะทางร่างกาย สติปัญญา และประสบการณ์ที่ได้รับจากสภาพแวดล้อม

Frost (1976) กล่าวว่า เด็กในช่วง 4 – 5 ปีแรกของชีวิต เป็นช่วงเวลาที่มีความเจริญงอกงามทางด้านร่างกายและจิตใจเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วที่สุด นอกจากนี้ยังมีความรู้สึกที่ไวต่ออิทธิพลของสิ่งแวดล้อมภายนอก

Freud (1964) จิตแพทย์ชาวออสเตรียเชื้อสายยิว ผู้ที่ได้รับการยกย่องว่าเป็น บิดาแห่งจิตวิทยาและเป็นเจ้าของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ กล่าวว่า วัยเริ่มต้นของชีวิตมนุษย์คือ ระยะ 5 ปีแรก ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับในตอนต้นๆ ของชีวิตจะมีอิทธิพลต่อชีวิตของคนเราตลอดจนถึงวาระสุดท้าย เขาเชื่อว่าการอบรมเลี้ยงดูในระยะปฐมวัยนั้น จะมีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กในอนาคต

นอกจากนี้ สมทรง อินสว่าง (2540: 339 - 340) ได้กล่าวถึงความสำคัญของเด็กปฐมวัยไว้ดังนี้

1. เด็กปฐมวัยเป็นช่วงเปลี่ยนจากวัยทารกเข้าสู่วัยก่อนเรียน สามารถช่วยเหลือและพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น เด็กจะรู้สึกเป็นอิสระแม้บางครั้งเด็กอาจต่อต้านอย่างไม่มีเหตุผล แต่เด็กจะตอบสนองในลักษณะปฏิเสธ คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูจึงต้องใช้ความอดทนและเข้าใจธรรมชาติตามช่วงวัยของเด็ก เด็กวัยนี้ยึดตนเองเป็นศูนย์กลางและทำตามความพอใจของตนเอง เมื่อถึงช่วงวันที่ต้องเข้าโรงเรียน เด็กจะเรียนรู้สังคมมากขึ้น ซึ่งพัฒนาการในวัยนี้เด็กจะค่อยๆ ปรับพฤติกรรมและไม่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง

2. เด็กปฐมวัยจำเป็นต้องได้รับการดูแลด้านสุขภาพ เช่น การรู้จักแปรงฟัน เมื่อตื่นนอนตอนเช้าและก่อนเข้านอน เพื่อสุขภาพและอนามัยที่ดี แต่เนื่องจากร่างกายของเด็กในช่วงวัยนี้ยังอ่อนแอ มีภูมิคุ้มกันโรคต่ำ จึงทำให้เกิดการติดเชื้อจากโรคติดต่อได้ง่าย คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูจึงต้องระมัดระวังดูแลรักษาสุขภาพของเด็กวัยนี้เป็นพิเศษ โดยการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง

3. เด็กปฐมวัยเป็นช่วงวัยที่เด็กเริ่มมีการช่วยเหลือตนเอง เห็นได้จากขณะเล่นเด็กเริ่มใช้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายได้คล่องแคล่ว และจะพัฒนาความสามารถที่มีให้ก้าวหน้ามากขึ้น เช่น เมื่อเริ่มเดินได้เก่ง เด็กจะสนุกสนานกับการใช้กล้ามเนื้อขาและพัฒนาไปเป็นการวิ่ง และเมื่อเด็กปฐมวัยใช้พลังงานไปกับการทำกิจกรรมต่าง ๆ เด็กจึงต้องการสารอาหารที่เพียงพอเพื่อช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต และส่งผลดีต่อการพัฒนาระบบสมองของเด็กปฐมวัย

4. เด็กปฐมวัยเป็นช่วงวัยที่มีความสำคัญเป็นพิเศษ แต่ไม่ได้หมายความว่าช่วงวัยอื่น ๆ ไม่สำคัญหรือไม่มีสิ่งใดที่จะเอื้อต่อพัฒนาการของเด็กปฐมวัยได้อีก เพียงแต่ในช่วงวัยก่อนเรียนสมองมีการเจริญเติบโตและพัฒนาโครงสร้างอย่างรวดเร็ว นอกจากการมีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง และมีอาหารเหมาะสมเพียงพอแล้ว

เด็กยังต้องอาศัยการใช้ประสาทสัมผัส ประสบการณ์และการเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์และสังคมที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัยให้ครบสมบูรณ์ทุกด้าน (นิตยา คชภักดี, 2545)

5. เด็กปฐมวัยเป็นวัยเริ่มต้นพัฒนาการด้านบุคลิกภาพ และด้านความไว้วางใจต่อจากวัยทารก เด็กในช่วงวัยนี้ควรได้รับการตอบสนอง เช่น ได้รับประทานนมเมื่อหิว มีผู้สนใจและเอาใจใส่ เพราะเด็กที่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการพื้นฐานที่จำเป็น ส่งผลต่อพัฒนาการทำให้เป็นผู้ที่มองโลกในแง่ที่ดีและมีบุคลิกภาพที่เหมาะสม เป็นต้น

6. เด็กปฐมวัยเป็นวัยแห่งการเรียนรู้ตนเองและผู้อื่น เด็กเริ่มรู้จักแยกเพศ รู้ลักษณะของเพศหญิงและเพศชาย เรียนรู้การปรับตัว รู้จักการช่วยเหลือและควบคุมตนเอง เช่น การควบคุมอารมณ์ การควบคุมการขับถ่าย เรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องและมีความสัมพันธ์กับเด็กคนอื่น ๆ การเรียนรู้ดังกล่าวช่วยให้เด็กสะสมข้อมูลเป็นประสบการณ์เดิมและนำมาใช้ประโยชน์ เมื่อมีเหตุการณ์หรือประสบการณ์ใหม่เข้ามาเกี่ยวข้อง

7. เด็กปฐมวัยเริ่มเรียนรู้จากการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า และการเคลื่อนไหวร่างกาย เด็กในวัยนี้จึงเป็นวัยที่ซุกซน อยากรู้อยากเห็น มีพฤติกรรมชอบลอกเลียนแบบ และอยู่ไม่นิ่ง เกิดอุบัติเหตุได้บ่อย คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูควรดูแลและมัดระวัง ปกป้องกัน และไม่ปล่อยให้เด็กให้เล่นอยู่ตามลำพัง

กล่าวโดยสรุป เด็กปฐมวัย เป็นช่วงวัยที่ควรได้รับความสนใจและเอาใจใส่เป็นพิเศษ เนื่องจากเด็กจะมีพัฒนาการไปพร้อมกันหลาย ๆ ด้าน อาทิ ด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม สติปัญญา และบุคลิกภาพ คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูควรให้การดูแลอย่างใกล้ชิด ให้ความเข้าใจ ให้ความรัก ความอบอุ่น ระวังอันตราย เอาใจใส่สุขอนามัยและสุขภาพของเด็ก การให้ภูมิคุ้มกันโรค ให้วิตามินต่าง ๆ ให้สารอาหารที่จำเป็นอย่างครบถ้วนและเพียงพอ เพื่อช่วยให้เด็กเจริญเติบโตได้สมวัย มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง มีพัฒนาการและบุคลิกภาพ

เหมาะสมตามวัย ซึ่งจะส่งผลดีต่อพ่อคุณแม่สำหรับการเลี้ยงดูเด็กในช่วงวัยที่กำลังเติบโตต่อไป



ภาพที่ 1 เด็กปฐมวัย

พัฒนาการและ การเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัย

ลักษณะพัฒนาการของเด็กปฐมวัย

พัฒนาการของเด็ก คือ กระบวนการเปลี่ยนแปลงลักษณะและพฤติกรรมที่มีทิศทางและรูปแบบที่แน่นอนจากช่วงระยะเวลาหนึ่งไปสู่อีกระยะเวลาหนึ่ง ซึ่งเป็นพัฒนาการตามธรรมชาติของมนุษย์เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตรอดอยู่ได้ พัฒนาการของเด็กปฐมวัย จึงหมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตัวมนุษย์ตามลำดับขั้นตอนโดยธรรมชาติ เป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านโครงสร้างของร่างกายและแบบแผนของร่างกายทุกส่วน การเปลี่ยนแปลงนี้จะก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ เป็นขั้นตอน จากระยะหนึ่งไปอีกระยะหนึ่ง (สุชา จันทน์เอม, 2544: 40)

สำหรับพัฒนาการของเด็กปฐมวัยในที่นี้ ยังครอบคลุมการเปลี่ยนแปลงทางปริมาณที่เกี่ยวข้องกับการเพิ่มจำนวนหรือขนาดรูปร่างและอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายอีกด้วย นับว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงในทางคุณภาพที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเพิ่มความสามารถของบุคคลให้ทำหน้าที่ต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ทำสิ่งที่ยากและซับซ้อนยิ่งขึ้นได้ ทำให้เด็กปฐมวัยมีลักษณะและความสามารถใหม่ๆ เกิดขึ้น ซึ่งมีผลทำให้เจริญก้าวหน้าตามลำดับทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2555)

เด็กปฐมวัยที่มีอายุตั้งแต่ 2-5 ปี ลักษณะการเคลื่อนไหวร่างกายและอวัยวะต่าง ๆ จะทำได้ดีกว่าวัยทารก เนื่องจากการทำงานของระบบกล้ามเนื้อและระบบประสาทตามีการประสานการทำงานได้ดีกว่า และเด็กในวัยนี้ยังสามารถช่วยเหลือตัวเองได้มากขึ้น พัฒนาการรวมถึงการเปลี่ยนแปลงหลาย ๆ ด้านที่เกิดขึ้นอย่างผสมผสานในช่วงเวลาเดียวกัน คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูจะสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงและลักษณะพฤติกรรมของเด็กปฐมวัยที่แสดงออกมาได้อย่างชัดเจน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของเด็กแต่ละคนอาจมีอัตราการเปลี่ยนแปลงช้าหรือเร็วแตกต่างกัน แต่ส่วนใหญ่พฤติกรรมของเด็กในช่วงวัยนี้มักจะเป็นไปตามแบบแผนและมีรูปแบบที่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน สำหรับพัฒนาการในเด็กปฐมวัยสามารถจำแนกได้เป็น 4 ด้าน มีรายละเอียดต่อไปนี้ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2555; นกเนตร ธรรมบวร, 2549)

1. พัฒนาการด้านร่างกาย (Physical หรือ Psycho-motor Development) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงลักษณะทางร่างกาย เริ่มต้นจากส่วนบนไปสู่ส่วนล่าง (Cephalo-Caudal Development) และจากแกนกลางไปสู่ส่วนข้าง (Proximal-Distal Development) สำหรับความสามารถทางการเคลื่อนไหวของร่างกายจะพัฒนาจากทักษะทางการเคลื่อนไหวทั่วไป ไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวแบบเจาะจง ซึ่งเป็นพัฒนาการที่เป็นไปตามช่วงอายุ รวมทั้งพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงถึงความสามารถของร่างกายในการทรงตัวในอิริยาบถต่าง ๆ และการเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ไป โดยการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ (Gross Motor) และการใช้ตาและมือประสานกันในการทำกิจกรรมต่าง ๆ (Fine Motor Adaptive) อาทิ การ

ระบายสีไม่ออกนอกกรอบ การจับช้อน ส้อมรับประทานอาหาร หรือการติดกระดุม ผูกเชือกทรงเท่าได้คล่อง เป็นต้น

2. พัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ (Emotional Development)

หมายถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึก โดยพัฒนาการของเด็กปฐมวัยจะเริ่มจากการรับรู้ความรู้สึกทั่ว ๆ ไปก่อน และพัฒนาสู่การรับรู้ความรู้สึกที่ละเอียดลึกซึ้งจากการรับรู้ความรู้สึกของตนเองไปสู่การรับรู้ความรู้สึกของคนอื่น อาทิ การยิ้ม ร้องไห้ หัวเราะ กลัว เศร้า เสียใจ โกรธ รวมถึงการสร้างความรู้สึกที่ดี การนับถือตนเอง (Self Esteem)

3. พัฒนาการด้านสังคม (Social Development) หมายถึง การ

เปลี่ยนแปลงความสามารถในการติดต่อและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยเริ่มพัฒนาจากความผูกพันใกล้ชิด พี่พาคู่คุณแม่ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดู รวมทั้งคนในครอบครัวไปสู่การพึ่งตนเอง มีความสามารถช่วยเหลือตัวเองในการใช้ชีวิตประจำวัน (Personal-Social) และมีทักษะต่อการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม สามารถช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน (Self Help and Self Care) และรู้จักผิดชอบชั่วดี ประกอบด้วย พัฒนาการด้านสังคม (Social Development) และพัฒนาการด้านคุณธรรม (Moral Development)

4. พัฒนาการด้านสติปัญญาหรือภาษา (Cognitive Development)

หมายถึง การเปลี่ยนแปลงความสามารถในการรู้ด้วยประสาทสัมผัสและการรู้คิดเชิงรูปธรรม (Concrete Thought) เป็นความสามารถในการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่าง ๆ กับตนเอง ไปสู่ความเข้าใจการใช้สัญลักษณ์ (Symbolic Thought) รู้จักสังเกต จดจำ วิเคราะห์ พัฒนาความคิดที่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (Egocentric Thought) ไปสู่การใช้ความคิดที่มีเหตุผล (Reasoning)

กล่าวโดยสรุป การศึกษาพัฒนาการเด็กปฐมวัย เป็นการศึกษาพัฒนาการของเด็กที่มีอายุตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 6 ปี เพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับความต้องการที่เป็นไปตามธรรมชาติของเด็กในวัยนี้ การเข้าใจพัฒนาการแต่ละช่วงวัยจะส่งผลดีต่อการ

อบรมเลี้ยงดูให้เด็กปฐมวัยได้รับการพัฒนาอย่างเต็มที่ ตามศักยภาพทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ พัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์และจิตใจ ด้านสังคมและด้านสติปัญญา โดยพัฒนาการของเด็กปฐมวัยจะเจริญเติบโตตั้งแต่อยู่ในครรภ์กระทั่งหลังคลอด ร่างกายและสมองจะเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วในช่วง แรกเกิด-6 ปีหรือซึ่งอยู่ในช่วง ปฐมวัย



ภาพที่ 2 เด็กปฐมวัยทำกิจกรรม พร้อมทั้งเรียนรู้ไปด้วยกัน

ตารางที่ 1 พัฒนาการทางด้านต่าง ๆ ของเด็กปฐมวัย

อายุ	พัฒนาการด้านร่างกาย	พัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ	พัฒนาการด้านสังคม	พัฒนาการด้านสติปัญญาและภาษา
1 เดือน	-ได้ยินชัดเจน ผงกศีรษะ หันหน้า ซ้ายขวาขณะนอน หงาย -6 วันหลังคลอด มองเห็นแสงสว่างไม่ เร้าประทານ 45 วินาที และสีवाद้าชัดใน ระยะ 10-13 นิ้ว กำมือแน่น	-แสดงความพอใจด้วย การยิ้ม และไม่พอใจ ด้วยการร้องไห้	-จ้องหน้าสบตาคุณแม่ หยุดฟังเสียงแล้วหัน หาเสียงของคุณแม่ -มองหน้าผงกศีรษะ	-แสดงความพอใจ ด้วยการยิ้ม และไม่ พอใจด้วยการร้องไห้
2 เดือน	-เมื่อนอนคว่ำสามารถ ชันคอได้ 45 องศา - หันหาเสียงได้ถูก ทิศทาง และสามารถ แยกเสียงได้ว่านี่คือ เสียงคุณแม่หรือเสียง ของคนอื่น	-หยุดร้องไห้เมื่อได้ยิน เสียงของคุณแม่ -แสดงอาการไม่สบาย ใจเมื่อคุณพูดเสียงดัง หรือดุ	-ชอบจ้องมองหน้าคน มากกว่ามองสิ่งของ -ยิ้มเมื่อพูดด้วย	-หยุดร้องไห้เมื่อได้ ยินเสียงของคุณแม่ -แสดงอาการไม่ สบายใจเมื่อคุยพูด เสียงดังหรือดุ
3 เดือน	-ชันคอได้ดีและนาน ขึ้น -ชอบฟังเสียงพูดคุย ยิ้มตอบ เริ่มจำเสียง คุณแม่ได้ -พยายามคว้าและตี สิ่งของโดยคลายมือ ออกและสำรวจส่วน ต่างๆ ของคุณแม่ด้วย มือ	-หยุดร้องไห้เมื่อเห็นหน้า คนคุ้นเคย แสดง อารมณ์ทางสีหน้า -หัดทำเสียงในลำคอ เมื่อมีคนพูดคุยด้วย	-ฟังเสียงคุยและหัน หน้าไปตามเสียง	-หยุดร้องไห้เมื่อเห็น หน้าคนคุ้นเคย แสดงอารมณ์ทางสี หน้า -หัดทำเสียงในลำคอ เมื่อมีคนพูดคุยด้วย

อายุ	พัฒนาการ ด้านร่างกาย	พัฒนาการ ด้านอารมณ์และ จิตใจ	พัฒนาการ ด้านสังคม	พัฒนาการ ด้านสติปัญญาและ ภาษา
	-สนใจการเคลื่อนไหว ทำซ้ำๆ อย่างไม่มี จุดหมาย			
4 เดือน	-ชันคอได้ 90 องศา ในท่านอนคว่ำโดยใช้ แขนทั้งสองข้างยันพื้น -หันหน้ามองตามของ เล่น และหันหน้าตาม เสียงได้ถูกต้อง -ไขว่คว้าของใกล้ตัว เอื้อมมือคว้าของเล่น และกำมือของด้วยมือ ข้างเดียวได้	-ทำท่าดีใจเมื่อเห็น คุณแม่และคนคุ้นเคย -หัวเราะ และทำท่าดี ใจเมื่อมีคนเล่นด้วย	-สนใจการเคลื่อนไหว -ยิ้มทักคนอื่น และยิ้ม ตอบเมื่อมีใครยิ้มด้วย -ร้องไห้เมื่อถูกทิ้งไว้ ตามลำพัง	-ชอบฟังเสียงพูด และส่งเสียงอ้อแอ้ โต้ตอบ
5 เดือน	-หัดพลิกคว่ำ พลิก หงายได้ด้วยตนเอง ถ้านั่งฟังจะใช้มือคว้า ของเล่นมาเล่น -มองตามสิ่งที่ผ่านไป เร็วและมองตามของที่ หายไป -ใช้มือและตา ประสานกันได้ดี	-แสดงความไม่แน่ใจ โกรธ หรือแสดง ปฏิกิริยาต่อต้านเมื่อ ถูกแย่งของเล่นไป	-เมื่อเด็กเริ่มคลาน จะทำให้อยากเรียนรู้ สิ่งต่าง ๆ มากขึ้น	-พยายามขยับปาก เลียนแบบคนที่พูด ด้วย
6 เดือน	-เริ่มนั่งเอง แต่ยังต้อง ใช้มือทั้งสองยันพื้นไว้ เพื่อพยุงตัว -สามารถหยิบของ ด้วยมือข้างเดียวได้ -มองเห็นได้ทั้ง ระยะใกล้หรือไกล ตา สองตาทำงาน ประสานกันได้ดี	-เริ่มแยกแยะการ แสดงอารมณ์บน ใบหน้า แสดงความ โกรธและกลัว	-เล่นกับทุกคน ไม่ว่า จะเป็นคนรู้จักหรือคน แปลกหน้า	-เล่นน้ำลาย เพราะ พินกำลังขึ้น เตรียมพร้อมสำหรับ การออกเสียงที่ผ่าน ไรฟัน -หันตามเสียง เรียกชื่อ

อายุ	พัฒนาการ ด้านร่างกาย	พัฒนาการ ด้านอารมณ์และ จิตใจ	พัฒนาการ ด้านสังคม	พัฒนาการ ด้านสติปัญญาและ ภาษา
	-สามารถนอนยาวได้ ตลอดคืนโดยไม่ตื่น ขึ้นมาดูนมในเวลา กลางคืน			
7 เดือน	-นั่งหลังตรงได้นาน และมั่นคงขึ้น -เริ่มยืนตัวขึ้นในท่า คลานได้ -ถือสิ่งของได้ทั้งสอง มือ และจับมาเคาะ กัน -สำรวจร่างกายด้วย ปากและมือ	-แสดงอารมณ์ความ ต้องการได้มากขึ้น เช่น ดีใจ ไม่พอใจ เสียใจ ฯลฯ	-สนใจรายละเอียด เล็ก ๆ น้อย ๆ ของสิ่ง ต่าง ๆ	-พยายามเลียน เสียงพูดได้มากขึ้น เข้าใจคำว่า “ไม่” คือ ให้หยุดทำ
8 เดือน	-คลานได้คล่องขึ้น และสามารถถลุนั่งได้ เอง -ใช้มือในการหยิบ จับ สัมผัสสิ่งของต่าง ๆ และใช้นิ้วในการหยิบ จับสิ่งของชิ้นเล็ก ๆ ได้ -ชอบปาของเล่นให้มี เสียงดัง แล้วให้คุณแม่ หยิบคืนให้ -ถือของมือเดียวได้ และสามารถเปลี่ยน มือถือของได้	-ติดคุณแม่ กลัวการ แยกจาก ขี้อาย กลัว คนแปลกหน้า	-ตะโกนเรียกร้อง ความสนใจ -ตอบสนองต่อการ เรียกชื่อ	-พยายามเลียนเสียง พยัญชนะ แต่ยังไม่มีความหมาย -ส่งเสียงดังเพื่อ เรียกร้องความสนใจ

อายุ	พัฒนาการ ด้านร่างกาย	พัฒนาการ ด้านอารมณ์และ จิตใจ	พัฒนาการ ด้านสังคม	พัฒนาการ ด้านสติปัญญาและ ภาษา
9 เดือน	-นั่งตัวตรงได้มั่นคงขึ้น -เริ่มหาที่ยึดเกาะเพื่อยืน -หยิบของชิ้นเล็กโดยใช้นิ้วหัวคุณแม่มือและนิ้วชี้ได้ -มองตามของที่ตกพื้น -เปิดหาของที่ถูกซ่อนไว้	-แสดงอารมณ์ความรู้สึกด้วยการส่งเสียง	-เข้าใจสีหน้าท่าทางของคนรอบข้าง	-ส่งเสียงหลายพยางค์ซ้ำๆ ที่คุณแม่พูดด้วยบ่อยๆ เช่น หม่ำๆ -เข้าใจความหมายของคำง่ายๆ ที่ใช้ในชีวิตประจำวันและตอบกลับได้ เช่น คำว่า สวัสดี บ๊ายบาย
10 เดือน	-สามารถเกาะยืน เดิน และปีนขึ้นลงเก้าอี้ได้ -สามารถใช้มือข้างหนึ่งถือของส่วนมืออีกข้างหนึ่งทำอย่างอื่นไปพร้อมกันได้	-กังวลกับการยอมรับและไม่ยอมรับของคนอื่น -เลียนแบบสีหน้าและท่าทางของคนใกล้ชิด	-สนใจการเคลื่อนไหวของวัตถุและผลที่เกิดจากการเคลื่อนไหวนั้น -สนใจการกระทำของผู้ใหญ่มากขึ้น	-เลียนแบบเสียงที่ได้ยินและสนใจฟังคำพูดที่คล้ายๆ กัน -ใช้ภาษากายแทนการร้องได้ เช่น แสดงสีหน้าให้รู้ว่าเจ็บหรือเสียใจ -เชื่อมโยงคำพูดกับท่าทาง เช่น พูดว่า “ไม่” พร้อมกับสั่นศีรษะ
11 เดือน	-สามารถยืนได้เอง แต่ยังต้องมีที่ยึดเกาะ -สามารถงมมือคุณแม่เดินได้คล่องขึ้น -นั่งโยกๆ ได้ -จับดินสอขีดเขียนได้	-รู้จักการยับยั้งการกระทำของตนเอง -จะแสดงความอิจฉาถ้าเห็นคุณแม่อุ้มเด็กอื่น -ชอบทดลองทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อดูผลที่เกิดขึ้น	-เชื่อฟังคำสั่ง ต้องการการยอมรับ	-เลียนแบบการออกเสียงและจังหวะการพูดของผู้ใหญ่
12 เดือน	-สามารถก้มลงมองลอดหว่างขาของตัวเองได้	-ต้องการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง ไม่ชอบให้	-แยกแยะหน้าคนคุ้นเคย และคนแปลกหน้าได้แม่นยำ	-แยกแยะหน้าคนคุ้นเคยและคนแปลกหน้าได้แม่นยำ