



คู่มือการปฏิบัติงาน การเข้าร่วมอบรม
โครงการบูรณาการเด็กเล็กคุณภาพ
พัฒนาการที่ดีมี EF อำเภอเวียงชัย



ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลเมืองชุม
สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลเมืองชุม
อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย

แบบรายงานสรุปผลการเข้ารับการฝึกอบรม

สรุปเนื้อหาสาระ ที่ได้รับการฝึกอบรม

วันที่ ๒๒ มิถุนายน ๒๕๖๘ เวลา ๐๘.๕๐ - ๐๙.๐๐ น. โดยนางสุพรรณ พันธุ์ประสิทธิกิจ ท้องถิ่นอำเภอเวียงชัย เป็นประธานเปิด การประชุมอบรมโครงการบูรณาการเด็กเล็กคุณภาพ พัฒนาการที่ดีมี EF อำเภอเวียงชัย

เวลา ๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น. โดยวิทยากร นางพัชรินทร์ รัฐอนันต์พินิจ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ กล่าวถึงการสร้างความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการโดยใช้เครื่องมือ DSPM และการพัฒนาทักษะ EF (Executive Function)

การส่งเสริมพัฒนาการโดยใช้เครื่องมือ DSPM

๑. ความหมายของ DSPM

DSPM ย่อมาจาก Developmental Surveillance and Promotion Manual

เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการ ติดตาม เฝ้าระวัง และส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย (อายุ ๐-๕ ปี) ซึ่งพัฒนาโดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข เพื่อให้ครู ผู้ปกครอง และบุคลากรทางการแพทย์ใช้ประเมินพัฒนาการของเด็กได้อย่างเป็นระบบ

๒. วัตถุประสงค์ของการใช้ DSPM

- เพื่อเฝ้าระวังพัฒนาการเด็กอย่างต่อเนื่องในทุกช่วงวัย
- เพื่อให้ทราบว่าเด็กมีพัฒนาการสมวัย ล่าช้า หรือมีความเสี่ยง
- เพื่อวางแผน ส่งเสริมพัฒนาการเฉพาะด้าน ตามที่เด็กต้องการ
- เพื่อสร้างความร่วมมือระหว่างครู ผู้ปกครอง และหน่วยงานสาธารณสุขในการดูแลเด็กอย่างรอบด้าน

๓. ด้านพัฒนาการที่ประเมินด้วย DSPM

เครื่องมือ DSPM ใช้ประเมิน ๔ ด้านหลักของพัฒนาการเด็ก ได้แก่

๑. กล้ามเนื้อมัดใหญ่ (Gross Motor) เช่น การนั่ง เดิน วิ่ง กระโดด
๒. กล้ามเนื้อมัดเล็กและการใช้มือ (Fine Motor) เช่น หยิบจับของ ร้อยลูกปัด วาดรูป
๓. ภาษา (Language) เช่น การพูด การฟัง การเข้าใจคำสั่ง
๔. สังคมและอารมณ์ (Social/Emotional) เช่น การเล่นกับผู้อื่น การแสดงอารมณ์ การช่วยเหลือตนเอง

๔. ขั้นตอนการดำเนินงานด้วย DSPM

๑. คัดกรองพัฒนาการ ตามช่วงอายุของเด็ก โดยใช้แบบประเมิน DSPM
๒. บันทึกผลและวิเคราะห์ ว่าเด็กอยู่ในกลุ่ม “สมวัย” “สงสัยล่าช้า” หรือ “ล่าช้า”
๓. วางแผนส่งเสริมพัฒนาการ โดยใช้กิจกรรมที่เหมาะสมกับแต่ละด้าน
๔. ติดตามผลอย่างต่อเนื่อง ทุก ๖ เดือน หรือทุกครั้งที่มีการเปลี่ยนช่วงอายุ

๕. การนำ DSPM ไปใช้ในการส่งเสริมพัฒนาการ

๑. ใช้กิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น การเล่น การร้องเพลง การออกกำลังกาย
๒. ใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและในครอบครัว
๓. ประสานกับหน่วยสาธารณสุขในกรณีพบเด็กที่มีพัฒนาการล่าช้า
๔. สร้างความรู้และทักษะให้แก่ผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการเด็กอย่างต่อเนื่องที่บ้าน

/๖. ประโยชน์ที่ได้รับจากการใช้ DSPM ...

๖. ประโยชน์ที่ได้รับจากการใช้ DSPM

๑. เด็กได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมตามวัย
๒. ลดปัญหาพัฒนาการล่าช้าในเด็กปฐมวัย
๓. ครูและผู้ปกครองมีแนวทางเดียวกันในการดูแลเด็ก
๔. เป็นข้อมูลสำคัญในการวางแผนพัฒนาเด็กระดับชุมชนและท้องถิ่น

สรุป: การส่งเสริมพัฒนาการโดยใช้เครื่องมือ DSPM เป็นกระบวนการสำคัญในการเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการเด็กอย่างเป็นระบบ ช่วยให้เด็กได้รับการดูแลอย่างรอบด้านทั้งร่างกาย จิตใจ ภาษา และสังคม เพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพและพร้อมเข้าสู่การเรียนรู้ในระดับต่อไป

เวลา ๐๙.๓๐ – ๑๐.๔๕ น. โดยวิทยากร นางพัชรินทร์ รัฐอนันต์พินิจ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ กล่าวถึงการส่งเสริมพัฒนาการโดยใช้เครื่องมือ DSPM

ตามช่วงอายุวัย ๒ ปี ๖ เดือน (๓๐ เดือน)

การประเมินพัฒนาการ ๔ ด้าน

๑. กล้ามเนื้อมัดใหญ่ (Gross Motor)

- เด็กสามารถเดินขึ้นบันไดสลับเท้าได้
- วิ่งได้คล่องและหยุดได้เอง
- เตะลูกบอลไปข้างหน้าได้

การส่งเสริม:

- ให้เล่นปีนป่าย วิ่ง เตะบอล หรือเดินขึ้นลงบันได
- เล่นเกมเคลื่อนไหว เช่น วิ่งผลัด กระโดดตามจังหวะ

๒. กล้ามเนื้อมัดเล็กและการใช้มือ (Fine Motor)

- ต่อบล็อกได้หลายชิ้น
- ใช้ช้อนตักอาหารกินเองได้
- ชีดเขียนด้วยดินสอได้

การส่งเสริม:

- เล่นตัวต่อไม้บล็อก ร้อยลูกปัด หรือปั้นดินน้ำมัน
- ให้ฝึกวาดภาพง่าย ๆ เช่น วงกลม เส้นตรง

๓. ภาษา (Language)

- พูดเป็นประโยคสั้น ๆ ได้ (เช่น “แม่ไปไหน”)
- เข้าใจคำสั่ง ๒ ขั้นตอน เช่น “เก็บของแล้วมานั่ง”
- รู้จักชื่อสิ่งของและคนใกล้ตัว

การส่งเสริม:

- อ่านนิทานให้ฟังทุกวัน
- ขวนพุดคุย ซักถามและตอบคำถามง่าย ๆ

๔. สังคมและอารมณ์ (Social/Emotional)

- เล่นกับเพื่อนได้โดยไม่แย่งของกัน
- แสดงอารมณ์ เช่น ยิ้ม หัวเราะ หรือโกรธ
- เริ่มช่วยเหลือตนเอง เช่น ถอดรองเท้า

การส่งเสริม:

- เล่นกลุ่มกับเพื่อน เช่น ต่อบล็อกร่วมกัน
- ให้ฝึกช่วยเก็บของหรือแต่งตัวเอง

วัย ๓ ปี ๖ เดือน (๔๒ เดือน)

๑. กล้ามเนื้อมัดใหญ่

- กระโดดสองขาพร้อมกันได้
- เดินต่อเท้าเป็นเส้นตรงได้
- ขี่จักรยานสามล้อได้

การส่งเสริม:

- เล่นกลางแจ้ง เช่น กระโดดเชือก ปีนป่าย วิ่งแข่ง
- ฝึกทรงตัวด้วยเกมเดินบนเส้น

๒. กล้ามเนื้อมัดเล็กและการใช้มือ

- ใช้กรรไกรตัดกระดาษตามแนวได้
- วาดรูปวงกลมหรือเส้นขวางได้
- ต่อบล็อกหรือเรียงของเล่นตามลำดับได้

การส่งเสริม:

- ฝึกจับดินสอวาดรูป ตัดแปะภาพ
- ทำกิจกรรมศิลปะ เช่น ปั้น ระบายสี

๓. ภาษา

- พูดประโยคยาวขึ้น (๓-๔ คำ)
- ฟังและเล่าเรื่องสั้น ๆ ได้
- รู้จักใช้คำถาม “ใคร” “อะไร” “ที่ไหน”

การส่งเสริม:

- ขวนสนทนาเกี่ยวกับสิ่งรอบตัว
- เล่นบทบาทสมมติ เช่น “ขายของ” หรือ “คุณหมอ”

๔. สังคมและอารมณ์

- เล่นร่วมกับเพื่อนได้ดีขึ้น
- เข้าใจการรอคอยและแบ่งปัน
- ช่วยเหลือตัวเองในการแต่งตัวหรือแปรงฟัน

การส่งเสริม:

- สร้างกิจกรรมกลุ่มเล็ก ๆ ให้เด็กได้ทำร่วมกัน
- ชมเชยเมื่อเด็กมีน้ำใจหรือช่วยเพื่อน

/วัย ๕ ปี (๖๐ เดือน)...

วัย ๕ ปี (๖๐ เดือน)

๑. กล้ามเนื้อมัดใหญ่

- กระโดดขาข้างเดียวได้
- ขว้างและรับลูกบอลได้
- ทรงตัวขาข้างเดียวได้นาน ๕ วินาที

การส่งเสริม:

- เล่นเกมกีฬาเบา ๆ เช่น โยนบอล วิ่งข้ามสิ่งกีดขวาง
- ฝึกเดินตามจังหวะเพลง

๒. กล้ามเนื้อมัดเล็กและการใช้มือ

- วาดรูปคนมีแขนขาได้
- เขียนชื่อตัวเองหรือเขียนเส้นตรง เส้นโค้งได้
- ใช้ช้อนส้อมตักอาหารได้ดี

การส่งเสริม:

- ฝึกวาด เขียน ระบายสี
- ทำงานประดิษฐ์ง่าย ๆ เช่น พับกระดาษ ตัดแปะ

๓. ภาษา

- พูดเป็นประโยคสมบูรณ์
- สนทนาโต้ตอบได้ถูกต้อง
- ฟังเรื่องราวและเล่าเรื่องตามลำดับเหตุการณ์ได้

การส่งเสริม:

- เล่านิทานให้เด็กสรุปหรือทบทวนเรื่อง
- ฝึกพูดหน้าชั้นหรือเล่าเรื่องจากภาพ

๔. สังคมและอารมณ์

- เล่นตามกติกาในกลุ่มได้
- รู้จักแสดงความเห็นและแก้ปัญหา
- มีความมั่นใจและช่วยเหลือตนเองได้ดี

การส่งเสริม:

- จัดกิจกรรมกลุ่มที่มีกติกา เช่น เกมการละเล่นไทย
- ฝึกให้มีความรับผิดชอบ เช่น ดูแลของใช้ส่วนตัว

สรุปการใช้เครื่องมือ **DSPM** แยกตามช่วงอายุช่วยให้ครูและผู้ปกครองรู้ว่าควรส่งเสริมพัฒนาการด้านใดของเด็กในแต่ละวัย เด็กจะได้รับการกระตุ้นอย่างเหมาะสมทั้งด้านร่างกาย ภาษา อารมณ์ และสังคม ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าเรียนระดับประถมศึกษา

เวลา ๑๑.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. โดยวิทยากร คุณกันยารัตน์ ศีลาวงค์ นักโภชนาการ จากโรงพยาบาลสมเด็จพระญาณสังวร กล่าวถึงอาหารตามวัยในเด็ก ๒-๕ ปี

ความหมายของอาหารตามวัย“อาหารตามวัย” หมายถึงการให้อาหารที่ **เหมาะสมกับอายุและ** **พัฒนาการของเด็กแต่ละช่วงวัย** ทั้งในด้าน **ชนิด ปริมาณ และวิธีการให้อาหาร**เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารครบถ้วนตามความต้องการ และสนับสนุนการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างสมบูรณ์

ความสำคัญของอาหารตามวัย

อาหารที่เหมาะสมตามวัยมีความสำคัญต่อเด็กในหลายด้าน ดังนี้

๑. ส่งเสริมการเจริญเติบโตของสมองและร่างกาย
 - เด็กวัยนี้สมองเติบโตเร็วที่สุด การได้รับสารอาหารครบช่วยให้เรียนรู้และพัฒนาการดี
๒. เสริมสร้างภูมิคุ้มกันและความแข็งแรงของร่างกาย
 - เด็กที่ได้รับอาหารครบหมู่และเพียงพอ จะมีภูมิต้านทานโรคดี
๓. ป้องกันภาวะทุพโภชนาการและโรคจากการขาดสารอาหาร
 - เช่น ขาดธาตุเหล็ก วิตามินเอ หรือพลังงานไม่เพียงพอ
๔. ส่งเสริมนิสัยการกินที่ดีตั้งแต่วัยเล็ก
 - ฝึกให้เด็กรู้จักอาหารหลากหลาย ไม่เลือกกิน
๕. เป็นรากฐานของสุขภาพที่ดีในอนาคต
 - เด็กที่ได้รับอาหารเหมาะสม มีแนวโน้มเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่แข็งแรง ไม่อ้วนหรือผอมเกินไป

แนวทางโภชนาการสำหรับเด็กแรกเกิด-๕ ขวบ

ช่วงวัย	แนวทางการให้อาหาร	จุดเน้นสำคัญ
แรกเกิด - ๖ เดือน	ให้นมแม่อย่างเดียวเพียงพอ (ไม่ต้องเสริมน้ำหรืออาหารอื่น)	นมแม่มีสารอาหารครบ เสริมภูมิคุ้มกัน และช่วยสร้างสายสัมพันธ์แม่-ลูก
๖ - ๘ เดือน	เริ่มอาหารเสริม (อาหารบดละเอียด) ควบคู่กับนมแม่ เช่น ข้าวบด ผักบด ไข่แดง	ฝึกกลืน ฝึกการกินอาหารกึ่งแข็ง เพิ่มทีละน้อย
๙ - ๑๑ เดือน	อาหารบดหยาบหรือข้าวต้มข้น มีเนื้อสัตว์ ผัก ผลไม้	เพิ่มปริมาณและความหยาบของอาหาร
๑๒ - ๒๓ เดือน (๑-๒ ปี)	กินอาหารเหมือนผู้ใหญ่ได้ แต่สไลด์มี ๓ มื้อหลัก + ๑-๒ มื้อว่าง	ให้อาหารครบ ๕ หมู่ เน้นโปรตีนจากปลา ไข่ และผักผลไม้
๒ - ๕ ปี	กินอาหารได้ตามปกติ แต่ต้องควบคุมปริมาณ และคุณค่าโภชนาการ	ฝึกนิสัยการกินที่ดี หลีกเลี่ยงขนมกรุบกรอบ น้ำหวาน และอาหารรสจัด

แนวทางสำคัญตามหลักโภชนาการ

- เด็กควรได้รับ อาหารครบ ๕ หมู่ ทุกวัน
- รับประทาน อาหารสด สะอาด ปลอดภัย
- หลีกเลี่ยงอาหารหวาน มัน เค็มจัด
- ดื่มนมวันละ ๒-๓ แก้ว (นมแม่หรือนมรสจืด)
- จัดอาหารให้มี สี สันและรสชาติอ่อนนุ่ม เหมาะกับวัย
- ส่งเสริมการ ออกกำลังกายและเล่นกลางแจ้ง เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อและกระดูก

สรุปใจความสำคัญอาหารตามวัยคือรากฐานของสุขภาพที่ดีในอนาคตเด็กที่ได้รับอาหารครบถ้วน เหมาะสมกับอายุ จะเติบโต แข็งแรง สมวัย และมีพัฒนาการสมบูรณ์ทั้งกาย ใจ และสติปัญญา

เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น. วิทยากรแบ่งกลุ่มให้ผู้เข้าอบรมโครงการบูรณาการเด็กเล็กคุณภาพ พัฒนาการที่มี EF อำเภอเวียงชัย เข้าฐานการฝึกการใช้เครื่องมือ DSPM โดยสาธิตการใช้เครื่อง DSPM เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้นำไปฝึกใช้กับเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กของตนเอง

เวลา ๑๕.๑๕ – ๑๖.๐๐ น. วิทยากรแบ่งกลุ่มให้ผู้เข้าอบรมโครงการบูรณาการเด็กเล็กคุณภาพ พัฒนาการที่มี EF อำเภอเวียงชัย ทำกิจกรรมการออกแบบการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะ EF

๘. ประโยชน์ที่ทางราชการ/ประชาชนได้รับจากการฝึกอบรม/เข้าร่วมสังเกตการณ์

- ๘.๑ นำความรู้ที่ได้มาใช้นำไปปฏิบัติงานจริงเช่นการประเมินพัฒนาการเด็กโดยใช้เครื่องมือ DSPM
- ๘.๒ นำความรู้ ความเข้าใจในหลักการ วิธีการ ขั้นตอนการปฏิบัติเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะ EF
- ๘.๓ นำความรู้ ความเข้าใจในการจัดอาหารที่มีคุณภาพปลอดภัยได้ตามมาตรฐานโภชนาการ ให้กับเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลเมืองชุม
- ๘.๓ ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการอบรมให้แก่เพื่อนร่วมงาน เพื่อให้ทุกคนมีความรู้ความเข้าใจในการใช้เครื่องมือ DSPM ในการประเมินพัฒนาการให้กับเด็ก การส่งเสริมทักษะ EF และการจัดอาหารที่มีคุณภาพปลอดภัยได้ตามมาตรฐานโภชนาการ

๙.ข้อเสนอแนะ แนวคิดที่นำไปปรับใช้ในการปฏิบัติงานหรือพัฒนางานที่สอดคล้องกับข้อ ๘

- นำไปปรับใช้ในการประเมินพัฒนาการเด็กโดยใช้เครื่อง DSPM มาช่วยประเมินพัฒนาการให้กับเด็ก และการส่งเสริมทักษะ EF ให้กับเด็กได้มีพัฒนาการทั้ง ๔ ด้านให้เหมาะสมกับวัย พร้อมทั้งจัดทำเมนูอาหารที่มีคุณภาพปลอดภัยได้ตามมาตรฐานโภชนาการให้กับเด็กนักเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลเมืองชุม ต่อไป