

เด็กเล็กๆ ควรให้เค้าเล่นทั้งวันค่ะ และปล่อยให้เค้าเล่นอย่างมีอิสระ วัยนี้เค้าจะชอบคลานเล่น ก็จัดพื้นที่ให้เค้าคลานได้อย่างสนุกและปลอดภัย อาจจะวางของเล่นชิ้นเล็กๆ ที่ไม่เป็นอันตรายให้เค้าได้หยิบจับ



านได้อย่างสนุกและปลอดภัย อาจจะวางของเล่นชิ้นเล็กๆ ที่ไม่เป็นอันตรายให้เค้าได้หยิบจับ กดเล่น หรือวางลูกบอลไว้ให้เค้าปาเล่น ก็จะช่วยพัฒนาทักษะความสามารถต่างๆ ให้เค้าได้อย่างดี แต่อุปกรณ์แต่ละชิ้นก็จะเน้นเสริมสร้างพัฒนาการแต่ละส่วนที่แตกต่างกัน ดังนั้นเราจะมาดูกันค่ะ ว่าควรเสริมของเล่นชิ้นไหนให้เหมาะกับวัยของเขา และต้องเล่นอย่างไรจึงจะได้ผลดีที่สุด

ความแข็งแรงของคอ แขน และขา

ตัวน้อยวัยนี้ส่วนใหญ่จะชันคอได้แข็งแล้ว เงยมองนานๆ ได้ หันมองไปรอบๆ ได้ แต่หลายคนก็ยังชันคอได้ไม่ดีนัก เงยแป๊บๆ แล้วก็ลดศีรษะลงไปคลานเล่นเหมือนเดิมต่อ การชันคอได้แข็งนั้นเป็นกุญแจสำคัญของการพัฒนาการต่อๆ ไปของเด็ก ยิ่งยกศีรษะขึ้นสูง หลังของเขาก็จะแข็งแรง ทำให้หน้าอกยกลอยจากพื้นได้ แขนที่แข็งแรงสามารถยันตัวขึ้นสูง จะเห็นว่าเด็กบางคนเวลาคลาน บางครั้งจะหยุดนิ่งแล้วดันแขนและเท้าเหยียดตรงจนตัวโก่งเป็นสะพานโค้งได้ นี่ก็เป็นอีกลักษณะการเล่น การออกกำลังกายของเขา ดังนั้น ถ้าเห็นลูกทำท่าโก่งตัวเหยียดแขนขาดันตัวเองบ่อยๆ ก็อย่าตกใจ เค้ากำลังสนุก หลังรู้ว่าเค้าทำท่านี้ได้เท่านั้นละค่ะ

จอมขยันปาข้าวของประจำบ้าน

คุณแม่หลายคนอาจจะเผลอทำท่าดุ ยกมือขู่จะตี เวลาตัวน้อยหยิบข้าวของมาปา และกลัวว่าถ้าปล่อยให้เค้าปาบ่อยๆ จะเคยชินจนกลายเป็นนิสัยเสีย ใจเย็นๆ ค่ะ เอาไว้ค่อยปรามตอนเค้าโตสักขวบก็ได้ค่ะ ส่วนวัยนี้ให้เค้าเล่นปาไปเถิด แต่ของที่ให้เค้าปา ก็ต้องเป็นพวกผ้านุ่มๆ ตุ๊กตาตัวเล็กๆ หรือไม่ก็ลูกบอลพลาสติกขนาดพอดีมือนะคะ อย่าเอาพวกของเล่นที่แตกหักได้ไว้ใกล้มือเค้าเชียว

คุณพ่อคุณแม่ต้องสังเกตด้วยว่าเค้ากำลังสนุกหรือเค้ากำลังหงุดหงิด ถ้าเค้าแสดงท่าทางสีหน้าหงุดหงิด ปาด้วยความฉุนเฉียว ก็อย่าให้เค้าปาค่ะ นั่นจะทำให้ติดเป็นนิสัยที่ไม่ดี แต่ถ้าเค้าปาด้วยความสนุก ซึ่งสังเกตไม่ยาก หลังปาเสร็จ เค้าจะมองพ่อแม่ว่ามีท่าทีอย่างไร ถ้าปรบมือให้เค้า ชมเค้า เค้าจะหัวเราะเอิ๊กอ๊าก มีท่าทีพอใจ นั่นคือเค้ากำลังเล่นอยู่ค่ะ ก็ปล่อยให้เค้าปาเล่นไป คอยหยิบให้เค้าก็ได้ หรือให้คลานไปหยิบมาเองก็ได้ แต่ทั้งนี้ก็ต้องจัดพื้นที่ภายในบริเวณที่เล่นของเขา ไม่ให้ปาไปถูกกระจกหรือปาแล้วไปหล่นในที่เก็บยาก เป็นอันตรายด้วยค่ะ

เล่นกับลูก สนุกกว่าเยอะ

รู้ๆ กันอยู่ ว่าของเล่นที่ดีที่สุดของลูก ก็คือ พ่อแม่ เค้าจะยิ่งรู้สึกสนุกค่ะ ถ้ามีคุณพ่อคุณแม่มาเล่นด้วย ช่วงวัยคลาน วิธีเล่นง่ายๆ

ก็เอาของมาวางให้เค้าคลานมาหยิบค่ะ พยายามหลอกล่อดึงดูดความสนใจของเขา หรือก็คลานเล่นไปกับเขาเหมือนจะแข่งกันแย่งของก็ได้ หรือคอยส่งลูกบอลให้เขาให้เขาโยนหรือกลิ้งกลับมา นอกจากนี้ยังเอาของใช้ในบ้านมาเล่นกับลูกได้ เช่น เอาฝาขวดนมมาหมุน ให้ลูกสนใจแล้วคลานไปหยิบมา
วิธีนี้ผู้เขียนก็ใช้เล่นกับลูกบ่อยค่ะ คลานเล่นสนุกได้ทั้งวัน หรือเอาแกนด้ายก็ได้ ใช้นิ้วกดให้หมุนติ้วๆ หรือกดให้วิ่งไปข้างหน้าแล้วถอยกลับมา
รับรองตัวน้อยจะหันมองและรีบคลานไปหยิบมาดูอย่างสนุก หรือจะเล่นแบบเบสิคง่ายๆ ก็ได้ คือ การเล่นจ๊ะเอ๋ ใช้ผ้าขนหนูผืนเดียวก็เล่นซ่อนตัวกับลูกได้แล้วค่ะ
พอตัวน้อยคลานเล่นบ่อยๆ ฝึกใช้มือหยิบข้าวของบ่อยๆ ก็จะมีสุขภาพแข็งแรงเพราะได้ออกกำลังกายมาทั้งวันค่ะ

แสดงแบบ : ด.ญ.ลีนา แอนนาเบล ฮัทลาพา