



กรมอนามัย  
DEPARTMENT OF HEALTH

# เด็กไทยเล่นเปลี่ยนโลก



# เล่นตามวัย พาเด็กไทยเปลี่ยนโลก

## Family

### เล่นกับครอบครัว/เพื่อน

พ่อแม่ ผู้เลี้ยงดูเด็กมีทักษะ/  
สร้างแรงจูงใจในการเล่น

## Free

### เล่นอิสระ

เปิดโอกาสให้เด็กเล่นอิสระตามความต้องการ  
การอยากจะทำอะไร  
มุมเล่น ลานเล่น สนามเด็กเล่น  
"เล่นที่ไหนก็ได้ขอให้อดภัย"  
บ้าน โรงเรียน ชุมชน

## Fun

### สุข สนุก

กิจกรรม/สื่อของเล่น  
หลากหลาย หาง่าย ไม่ซับซ้อน  
เป็นไปตามวัย เน้นธรรมชาติ



## Intervention

| ช่วงอายุ  | บ้าน<br>“เล่นกับลูกทุกวัน เล่นได้<br>ทุกที่ ทุกช่วงเวลา”   | WCC  | สถานเด็กปฐมวัย<br>“หลักสูตรการเล่น”   | ชุมชน/<br>สวนสาธารณะ  |
|---|--|--|---|---|
| 0-1<br>Autocosmic เป็นการ<br>เล่นเกี่ยวกับตนเอง                                       | - เล่นจ๊ะเอ๋   | - รร.พ่อแม่<br>มีมุมสาธิตการ<br>เล่น ให้ความรู้<br>การเล่นกับพ่อ   | - หลักสูตรการเล่น ส่งเสริม<br>ทักษะการคิดสร้างสรรค์<br>เช่น การเล่นบทบาทสมมติ   | มีพื้นที่ปลอดภัยเล่น<br>สำหรับเด็กใน<br>สวนสาธารณะ/<br>ชุมชน เช่น ลานเล่น |
| 1-2<br>Microsphere เป็นการ<br>เล่นอยู่กับโลกใบเล็กๆ<br>ของตนเอง จินตนาการ<br>ของตนเอง | - เล่นกระโดด<br>- เล่นขี่ม้าขาว  | แม่ “เล่นกับลูก<br>ทุกวัน เล่นได้<br>ทุกที่ ทุก<br>ช่วงเวลา” และ<br>การเป็นผู้ร่วม                         | - หลักสูตรการเล่นส่งเสริม<br>ทำงานเป็นทีมและภาวะ<br>ผู้นำ<br>- หลักสูตรส่งเสริมการสื่อสาร<br>- หลักสูตรส่งเสริมทักษะการ<br>คิดอย่างมีเหตุผล | อิฐ หิน ทราย น้ำ  |
| >2<br>Macrosphere เป็นการ<br>เล่นโดยมีคนอื่นเข้ามา<br>เกี่ยวข้อง เข้าสังคม            | - เล่นสื่อ/เทคโนโลยี<br>อย่างฉลาดรู้เท่าทัน<br>- เล่นบทบาทสมมติ<br>(กิจวัตร งานบ้าน วินัยการ<br>ใช้เงิน) | เล่นโดยเน้นให้<br>ลูกมีอิสระ มี<br>ความสุข และ<br>สนุก 3F  | - In door พื้นที่เล่นมีความ<br>ปลอดภัย<br>- ลานเล่นตามรอยพระยุคล<br>บาท/ลานเล่นสร้างปัญญา   |   |
| สัมพันธภาพ EF EQ EF<br>Financial literacy<br>Computing & Media literacy               |  | - Critical thinking ,Creativity, Communication/Public speaking<br>- Collaboration/teamwork<br>- Leadership |   |   |

# กรอบการดำเนินงาน “เล่นตามวัย พาเด็กไทยเปลี่ยนโลก”

ขับเคลื่อนด้วยกลไกมหัศจรรย์ 1,000 วันแรกของชีวิต และมาตรฐานสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยแห่งชาติ โดย อปท. ร่วมลงทุนและภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วมแบบบูรณาการ

สื่อสาร ธารรงค์ สร้างกระแส

การเล่นในชุมชนทุกระดับ

- พัฒนาสื่อความรู้/Info
- เผยแพร่สื่อผ่านช่องทาง (แกลงข่าว/9 ย่างเพื่อสร้างลูก /วิทยุชุมชน/เยี่ยมบ้าน ฯลฯ )



จัดพื้นที่เล่นตามวัย

(เล่นตามรอยพระยุคลบาท)

- คลินิก WCC
- สถานพัฒนาเด็กปฐมวัย
- ชุมชน

สนับสนุนการเปิดรั้วโรงเรียน  
ให้พ่อแม่พาเด็กเข้ามาเล่น

พัฒนาหลักสูตรการเล่นทุกระดับ

- คลินิก WCC
- สถานพัฒนาเด็กปฐมวัย
- โรงเรียนผู้สูงอายุในชุมชน

พัฒนาทักษะผู้นำการเล่น

- เจ้าหน้าที่ WCC
- ครูผู้ดูแลเด็ก
- ผู้สูงอายุในชุมชน

สนับสนุนสื่อของเล่นตามวัย

- คลินิก WCC
- สถานพัฒนาเด็กปฐมวัย
- ในชุมชน

# บทบาทการดำเนินงาน “เด็กไทยเล่นเปลี่ยนโลก”

## ส่วนกลาง (กรมอนามัย)

- พัฒนาและผลิตสื่อความรู้การเล่น
- เผยแพร่สื่อ คู่มือการเล่นแก่ศูนย์อนามัยและสสจ
- จัดแถลงข่าวรณรงค์ สื่อสารสร้างกระแสเล่นเปลี่ยนโลก
- สร้างความร่วมมือกับภาคีเครือข่าย สนับสนุนสื่อ/พื้นที่เล่นสำหรับเด็ก
- ประชุมพัฒนาหลักสูตรการเล่น
- อบรมทักษะผู้นำการเล่น
- นิเทศเยี่ยมเสริมพลังร่วมกับส่วนภูมิภาค
- จัดทำฐานข้อมูลการเล่นภาพรวม

## ส่วนภูมิภาค

### ศูนย์อนามัยและสสจ

- เผยแพร่สื่อ คู่มือการเล่นแก่สถานพัฒนาเด็กปฐมวัย/หน่วยบริการ/อปท
- จัดรณรงค์ สื่อสารสร้างกระแสเล่นเปลี่ยนโลก (ร่วมมือกับ อปท.)
- พัฒนาศักยภาพบุคลากร (จนท)
- ขับเคลื่อนตำบล 1,000 วัน และมาตรฐานสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยแห่งชาติ ให้ครอบคลุมทุกจังหวัด
- เยี่ยมเสริมพลังร่วมกับส่วนกลาง
- จัดทำฐานข้อมูลการเล่นในพื้นที่

# แผนการดำเนินงาน ปีงบประมาณ 2563 (ส่วนกลาง)

| ลำดับ | กิจกรรม  | ธค | มค | กพ | มีค | เมษ | พค | มิย | กค | สค | กย |
|-------|--|----|----|----|-----|-----|----|-----|----|----|----|
| 1     | ประชุมคณะทำงานเล่นเปลี่ยนโลก   | ■  |    |    |     |     |    |     |    |    |    |
| 2     | จัดทำโครงการเล่นเปลี่ยนโลก   | ■  |    |    |     |     |    |     |    |    |    |
| 3     | ประชุมพัฒนาและผลิตสื่อความรู้การเล่น   | ■  |    |    |     |     |    |     |    |    |    |
| 4     | จัดแถลงข่าวรณรงค์ สื่อสารสร้างกระแสเล่นเปลี่ยนโลก                                      |    | ■  |    |     |     |    |     |    |    |    |
| 5     | ประชุมความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายสนับสนุนสื่อของเล่น และการจัดพื้นที่เล่นแก่เด็กตามวัย |    | ■  | ■  |     |     |    |     |    |    |    |
| 6     | ประชุมพัฒนาหลักสูตรการเล่น   |    |    | ■  | ■   |     |    |     |    |    |    |
| 7     | อบรมทักษะผู้นำการเล่น  |    |    |    | ■   | ■   |    |     |    |    |    |
| 8     | นิเทศ ติดตาม เยี่ยมเสริมพลังพื้นที่  |    |    |    |     |     |    |     | ■  | ■  |    |
| 9     | รายงานผลการดำเนินงานโครงการ  |    |    |    |     |     |    |     | ■  | ■  | ■  |



# “เล่น” ให้ได้ “เรื่อง”

## พ่อแม่ ๔.๐ รู้ทันเรื่องเล่นจนอัลฟ่า



กรมอนงมัย



มหาวิทยาลัยมหิดล  
Mahidol University



กรมอนงมัย



for every child



มหาวิทยาลัยมหิดล  
Mahidol University

คู่มือ

## ข้อเสนอแนะกิจกรรมทางกายและการจัดสภาพแวดล้อม ที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายของเด็ก สำหรับสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย

Recommendations on Options and Environmental Adjustments  
for Physical Activity and Play Promotion of Young Children  
for Early Childhood Development Services



# ข้อเสนอแนะการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย การลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง และการนอนหลับ สำหรับสตรีตั้งครรภ์และหลังคลอด

Thailand Recommendations on Physical Activity,  
Non-Sedentary Lifestyles and Sleeping  
for Pregnant and Postpartum women



**iHPP**  
Thailand

**สสส**  
สำนักงานกองทุนสนับสนุน  
การสาธารณสุข



# ข้อเสนอแนะการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย การลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง และการนอนหลับ สำหรับเด็กปฐมวัย (แรกเกิด - 5 ปี)

Thailand Recommendations on Physical Activity,  
Non-Sedentary Lifestyles and Sleeping  
for Pre-school Children (New born - 5 years old)



**iHPP**  
Thailand

**สสส**  
สำนักงานกองทุนสนับสนุน  
การสาธารณสุข





# คลิป..ชวนพ่อแม่..เล่นกับลูก



**แม่แอฟ**  
คุณแม่ลูกสาววัย 4 ปี

<https://youtu.be/m94uzMMKCm0>



Thank  
you