

ร่าง ประเด็นเนื้อหา ปัญหาสำคัญ หารจัดทำหลักสูตรการสร้างความรอบรู้ Smart kids 4.0 สำหรับผู้ปกครอง
เด็กอายุ แรกเกิด – 6 เดือน

ประเด็น	ปัญหาสำคัญ	ประเด็นเนื้อหา
กิน/นอน/ ฟัน	เด็กไม่ได้กินนมแม่อย่างเดียวยุติ 6 เดือน	
	- อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ร้อยละ 23	
	- แม่เข้าใจว่านมแม่อย่างเดียวไม่เพียงพอสำหรับเด็ก	- ปริมาณและความต้องการของน้ำนมแม่ต่อลูก + กลไกการสร้างน้ำนม - อาหารแม่ควรกินเพื่อเพิ่มน้ำนม ตามบริบท
	- ทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ + <u>ช่วงเวลาให้นม/นอน</u> + ทำความสะอาดช่องปาก	- ยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก ไอโอดีน และโพลีค ระหว่างให้นมลูก - ทักษะ/วิธีการให้นมที่ถูกต้อง - การปลุกลูกกินนม - การทำความสะอาดช่องปาก เช็ดด้วยการใช้ผ้าชุบน้ำ
	- การสนับสนุนของครอบครัว สามี ปู่ตา ย่ายาย	- วิธี/แนวทางแก้ไขปัญหาจากการให้นมลูก (เช่น น้ำนมไม่พอ เต้าคั้ดตั้ง หัวนมแตก - สร้างการมีส่วนร่วม และแรงสนับสนุนของครอบครัว
	- แม่ต้องทำงาน ย่ายาย เลี้ยงดูที่บ้าน - สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อแม่ให้นมลูก วิธีการบีบเก็บ น้ำนม การปั้มนม เก็บนม	- วิธีการบีบเก็บน้ำนม - ระบบอำนวยความสะดวกในการขนส่งนมแม่
- การให้คำปรึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ใกล้บ้าน	- ช่องทางให้คำปรึกษา (เครือข่ายคลินิกนมแม่ อสม. นมแม่ รพสต)	
- ผลจากการโฆษณานมผง สร้างความเข้าใจ คลาดเคลื่อนของประโยชน์ของนมผง	- สร้างทัศนคติใหม่ในการเลี้ยงลูกด้วยนมผง (พรบ. นมผง)	
- สื่อรูปแบบต่างๆ ที่แฝงการโฆษณานมผง		
กอด	- กลัวลูกติดมือ - ไม่เห็นความสำคัญของการกอด - อุ้มเด็กไม่เป็น ไม่กล้าที่จะอุ้มเด็ก (กลัว ไม่มั่นใจ)	- ประโยชน์และวิธีการอุ้ม/โอบกอด
เล่น/เล่า		เด็กเบ้ตามอง ยิ้มย่องผ่องใส หันหัวร่าไป มองไกลยกหัว คว่ำตัวนอน เหม่อ ทรานส์เฟอร์มือเดียว นั่งเดี่ยวเรื่องจ้อย หนูน้อยคืบคลาน ยืน นานต้องเหนียว ยืนเดี่ยวเองได้ เดินไกลต้องเกาะ อย่างเขาะอาจหาญ
	- ไม่คิดว่าการเล่นสำคัญ/ไม่รู้ว่าจะเล่นอย่างไร	- ความสำคัญของการเล่นในเด็กแรกเกิด ถึง 6 เดือน
	- ของเล่นที่เหมาะสมในวัยนี้ต้องเป็นอย่างไร	- วิธีการเล่นที่เหมาะสมกับในเด็กแรกเกิด ถึง 6 เดือน (ตามพัฒนาการ)
	- การมีส่วนร่วมของคนในครอบครัว	1. เล่นจ๊ะเอ๋ คลิบในยูทูบ 2. ร้องเพลงกล่อมเด็ก 3. พุดคุย เรียกชื่อ มองหน้า สบตาห่าง 1 ฟุต - ช่วงเวลาที่เหมาะสมและจำนวนครั้งในการเล่น เช่น ก่อนกินนม
	- สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเล่น (มีพื้นที่ มีความปลอดภัย)	
ความปลอดภัย	- การปิดกั้นทางเดินหายใจ เนื่องจากที่นอนนิ่ม เกินไป	- การดูแลเกี่ยวกับการจัดหาที่นอนไม่นุ่มเกินไป เพื่อป้องกันการอุดกั้น ทางเดินหายใจ - การจัดที่นอนเพื่อป้องกันการสำลัก
	- ปัญหาเด็กตัวเย็น จากสาเหตุการเปียกชื้นจากการ การขับถ่าย	- การดูแลเสื้อผ้าให้เหมาะสมกับอากาศ

ช่วงอายุ 6-12 เดือน

ประเด็น	ปัญหาสำคัญ	ประเด็นเนื้อหา
กิน	- เด็กได้รับอาหารไม่เพียงพอ - ขาดความรู้ในการให้อาหารตามวัย - เด็กไม่กินผัก	- ชนิด และปริมาณของอาหารตามวัยในสมุดสีชมพู - คิดคำ ผัก ไข่ ปลา ตับ อย่าน้ำมัน ปริมาณตามช่วงวัย - ประโยชน์ของการกินผัก เทคนิคการจูงใจการกินผัก
	- เข้ากินซีเรียล แหนอาหารบด เทียงกิน อาหารบด เย็นกินนม	- ประโยชน์ของสารอาหารจากอาหารชนิดต่างๆ
	- เด็กกินนมปริมาณมาก ไม่กินอาหารมื้อหลัก	
	- เด็กมีภาวะโลหิตจาง	- ประโยชน์ของอาหารธาตุเหล็ก การกินอาหารที่มีธาตุเหล็กสัปดาห์ละ ครั้ง และกินยาน้ำเสริมธาตุเหล็ก สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ช้อแนะนำในการกินยาน้ำเสริมธาตุเหล็ก
	- การเคี้ยวข้าวป้อนเด็ก	- ผลเสียของการเคี้ยวข้าวป้อนเด็ก
	- เด็กไม่ได้รับการฝึกการกินอาหารด้วยตนเอง	- Finger Food - ฝึกรับประทานอาหารมื้อหลักร่วมกับครอบครัว
กอด	- ไม่ให้ความสำคัญกับการกอดลูก	- การกอดเพื่อเสริมสร้างสุข สร้างกำลังใจ สร้างความไว้วางใจ และรู้สึกปลอดภัย (กอดตลอดเวลา ทุกที่ ทุกโอกาส) - กอดพร้อมบอกรัก สั่งสอน พุดคุย
นอน	- เด็กนอนดึก เด็กนอนไม่เพียงพอ - ไม่ทราบปัญหาและประโยชน์ของการนอน	- เด็กควรนอนก่อนสามทุ่ม ตื่นก่อนเจ็ดโมงเช้า - ปัญหา ประโยชน์ ระยะเวลาการนอนที่เหมาะสม
เล่น	- เด็กไม่ได้รับโอกาสเล่นอย่างอิสระ (ผู้ปกครองกลัวเด็กเปื้อน กลัวบาดเจ็บ กลัวป่วย)	- การเข้าใจประโยชน์และความจำเป็นของการเล่นในเด็ก - เล่นกับคนในครอบครัว โยกเยก ชี่หลัง ตบมือ) - ของเล่นเล่นตามวัย เพื่อส่งเสริมพัฒนาการ (ลูกบอล รถ ทrolley อุปกรณ์ในบ้าน) จัดไว้เป็นสัดส่วน หรือใส่ตะกร้าไว้
เล่า	- เด็กไม่ได้รับฝึกภาษาจากการเล่า พุดคุย ชี่ชวน เนื่องจากคิดว่าเด็กไม่น่าจะรู้เรื่อง	- การชี่ชวนให้เด็กรู้จักสิ่งแวดล้อมรอบตัว คน สัตว์ สิ่งของ อวัยวะ
	- ไม่ร้องเพลงกล่อมเด็ก กล่อมไม่เป็น	- ผู้ปกครองร้องเพลงกล่อมเด็ก ร้องเพลงกับเด็ก
ฟัน	- เด็กไม่ได้รับการแปรงฟันตั้งแต่ชี่แรก	- ทำความสะอาดช่องปากด้วยผ้าชุบน้ำอุ่น วันละ 2 ครั้ง - แปรงสีฟันอันแรกของหนู (เลือก ขนาด ขนแปรง ยาสีฟัน การฝึกแปรงฟัน)
	- กลัวเด็กกลืนยาสีฟันกลัวเป็นอันตราย	- ความปลอดภัยของยาสีฟันเด็ก
สวล./ ความ ปลอดภัย	- หยิบของชี่เล็กๆเข้าปาก	
	- สิ่งของลึ้มทับ/ เหลี่ยมมุม	- การจัดสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยตามวัย เช่น ปลั๊กไฟ
	- รูปลั๊กไฟฟ้า	
	- อุบัติเหตุจากรถหัดเดิน	

ช่วงอายุ 1-2 ปี

ประเด็น	ปัญหาสำคัญ	ประเด็นเนื้อหา
กิน	- ไม่กินอาหารมือหลัก - ไม่กินผัก - กินนมมากกว่า 3 กล่อง	ชนิดอาหารแนะนำ นม ไข่ ไอโอดีน ธาตุเหล็ก จำเป็นสำหรับเด็กอัจฉริยะ กินกล้วยวันละใบ ไข่วันละฟอง นมจืดวันละ 2 กล่อง อย่าให้พร่องเกลือเสริม ไอโอดีน ปลา เลือด ตับ สัปดาห์ละครั้ง - เรียนรู้ชนิด และประโยชน์ของผัก เพิ่มกิจกรรมเรียนรู้ผัก เช่น ปลูก ทำอาหาร - ส่วนสูงตามช่วงอายุ
	- กินนมกรูบกรอบ น้ำอัดลม	- อาหารที่ทำให้ฟันผุ (ขนมกรูบกรอบ น้ำหวาน)
	- เด็กไม่ได้รับยาน้ำเสริมธาตุเหล็ก	- ประโยชน์ของอาหารธาตุเหล็ก การกินอาหารที่มีธาตุเหล็กสัปดาห์ละ ครั้ง และกินยาน้ำเสริมธาตุเหล็ก สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ข้อแนะนำในการกินยาน้ำเสริม ธาตุเหล็ก
	- เด็กไม่ยอมกินอาหาร ติดโทรศัพท์	
	- เด็กไม่ได้รับการฝึกการกินอาหารด้วยตนเอง (เสียเวลา เลอะเทอะ เลือกกิน)	- การฝึกการกินอาหารด้วยตนเอง ใช้ช้อน ส้อม แก้วมีหูจับ - ฝึกรับประทานอาหารมือหลักร่วมกับครอบครัว ครอบครัวกินเป็นตัวอย่าง
กอด	- ไม่ให้ความสำคัญกับการกอดลูก - ไม่กอดลูกเนื่องจากดีใจ ไม่ยอมให้กอด	- การกอดเพื่อเสริมสร้างสุข สร้างกำลังใจ สร้างความไว้วางใจ และรู้สึก ปลอดภัย - การกอดเพื่อลดอารมณ์โกรธ หรือโมโห
นอน	- เด็กนอนไม่เพียงพอ/เด็กนอนดึก เนื่องจากดู ทีวี หรือพ่อแม่ยังไม่เข้านอน - ไม่ทราบปัญหาและประโยชน์ของการนอน - เด็กติดนอนเปล	- เด็กควรนอนก่อนสามทุ่ม ตื่นก่อนเจ็ดโมงเช้า - ปัญหา ประโยชน์ ระยะเวลาการนอนที่เหมาะสม
เล่น	- เด็กไม่ได้เล่นอย่างอิสระ (ผู้ปกครองกลัวเด็ก เพื่อน กลัวบาดเจ็บ กลัวป่วย	- ให้เด็กเลือกการเล่นด้วยตนเอง (เป็นป้าย เก็บของเข้ากล่อง การเล่นตัวต่อ จิ๊กซอว์ กระโดดยาง วิ่งกลิ้งล้อ มอญซ่อนผ้า วาดภาพ ชิดเขียน ระบายสี นับ จำนวน ปั้นจกยาน เล่นดิน ททราย ไม้ น้ำ) - จัดมุมเล่นที่บ้าน - วินัยในการเล่นและการเก็บของเล่น การปฏิบัติตามกติกา การเล่นร่วมกับ ผู้อื่น การแบ่งปัน การรอคอย
	- กลัวเด็กประสบอุบัติเหตุ	- วิธีการป้องกันอันตรายจากการเล่น
	- การฝึกทักษะการช่วยเหลือตนเองจากอุปกรณ์ ในบ้าน	- การเล่นที่บ้าน ทำกิจวัตรเอง ตัดกระดาษเส้น ใส่รองเท้า แปรงฟัน ตักข้าว กินเองด้วยช้อน ส้อม กวาดบ้าน ถูบ้าน สวมรองเท้า ใส่เสื้อผ้า เก็บของ
	- เด็กติดจอ	- ข้อเสียของการให้เด็กต่ำกว่า 2 ปี ดูหน้าจอ
เล่า	- ผู้ปกครองไม่เล่าเรื่อง/เล่านิทาน/หนังสือภาพ ให้เด็กฟัง	- ความสำคัญของการเล่า - ความสำคัญของการตอบคำถามเด็ก (เจ้าหนูทำไม)
	- ผู้ปกครองไม่รู้เทคนิคการเล่านิทาน	- เทคนิคการเล่า น้ำเสียง รูปแบบการเล่า - ช่วงเวลา และความถี่ของการเล่า
	- ผู้ปกครองไม่มีเนื้อเรื่องในการเล่านิทาน หรือ แต่งนิทานด้วยตนเองได้	- เนื้อหานิทาน เน้นการแปรงฟัน จริยธรรม การกินที่ดี - นิทานพื้นบ้านเนื้อหาเชิงบวก นิทานชาดก - จัดหาแหล่งนิทาน หรือต้นแบบของคนเล่าเรื่องหรือนิทาน
ฟัน	- เด็กติดจุกนม กินนมนอน ฟันผุ เลิกยากมาก - ไม่รู้ว่าการหลับคาขวดนมทำให้ฟันผุ	- วิธีการเลิกขวดนม
	- ผู้ปกครองไม่แปรงฟันให้เด็ก อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง	- วิธีการแปรงฟันที่ถูกวิธี โดยให้เด็กแปรงก่อน ผู้ปกครองค่อยแปรงให้สะอาด อีกครั้ง

ช่วงอายุ 3-5 ปี

ประเด็น	ปัญหาสำคัญ	ประเด็นเนื้อหา
กิน	- ไม่กินอาหารมื้อหลัก - ไม่กินผัก - กินนมมากกว่า 3 กล่อง	- ฝึกรับประทานอาหารมื้อหลักร่วมกับครอบครัว นม ไข ไอโอดีน ธาตุเหล็ก จำเป็นสำหรับเด็กอัจฉริยะ กินกล้วยวันละใบ ไข่วันละฟอง นมจืดวันละ 2 กล่อง อย่าให้พร่องเกลือเสริม ไอโอดีน ปลา เลือด ตับ สัปดาห์ละครั้ง - ส่วนสูงตามช่วงอายุ
	- กินขนมกรุบกรอบ น้ำอัดลม	- อาหารที่ทำให้ฟันผุ (ขนมกรุบกรอบ น้ำหวาน)
	- เด็กไม่ได้รับยาน้ำเสริมธาตุเหล็ก	- อาหารที่มีธาตุเหล็ก - ประโยชน์ของอาหารธาตุเหล็ก การกินอาหารที่มีธาตุเหล็กสัปดาห์ละ ครั้ง และกินยาน้ำเสริมธาตุเหล็ก สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ช้อแนะนำในการกินยาน้ำเสริม ธาตุเหล็ก
กอด	- ไม่ให้ความสำคัญกับการกอดลูก - ไม่กอดลูกเนื่องจากคือ ไม่ยอมให้กอด	- การกอดเพื่อเสริมสร้างสุขและบอกความรู้สึกขณะกอด สร้างกำลังใจ สร้าง ความไว้วางใจ และรู้สึกปลอดภัย - ครูกอดเด็กทุกวันเป็นตัวอย่าง และแนะนำให้พ่อแม่รู้จักกอดเด็กก่อน-หลัง กลับจากโรงเรียน
นอน	- เด็กนอนไม่เพียงพอ/เด็กนอนดึก เนื่องจากดู ทีวี หรือพ่อแม่ยังไม่เข้านอน หรือไม่มีเวลา กำหนดในการเข้านอน	- เด็กควรนอนก่อนสามทุ่ม ตื่นก่อนเจ็ดโมงเช้า (งนอนช่วงหัวค่ำ) สร้างวินัย การนอน กำหนดเวลาเข้านอน
	- ไม่ทราบปัญหาและประโยชน์ของการนอน	- ปัญหา ประโยชน์ ระยะเวลาการนอนที่เหมาะสม
เล่น	- เด็กติดจอ - เด็กมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง	- ข้อเสียของเด็กติดจอ - ข้อเสียเด็กที่มีพฤติกรรมเนือยนิ่ง - สร้างกิจกรรมการเล่นระหว่างคนในครอบครัวเบี่ยงเบนความสนใจการใช้จอ
	- กลัวเด็กประสบอุบัติเหตุ	- วิธีการป้องกันอันตรายจากการเล่น
เล่า	- ผู้ปกครองไม่เล่าเรื่อง/เล่านิทาน/หนังสือภาพ ให้เด็กฟัง	- ความสำคัญของการเล่า
	- ผู้ปกครองไม่รู้เทคนิคการเล่านิทาน	- เทคนิคการเล่า รูปแบบการเล่า - ช่วงเวลา และความถี่ของการเล่า
	- เด็กไม่มีโอกาสได้เลือกหนังสือนิทาน หรือ เรื่องเล่าเอง	- เนื้อหานิทาน เน้นการแปร่งฟัน จริยธรรม การกินที่ดี - นิทานพื้นบ้านเนื้อหาเชิงบวก นิทานชาดก - การเปิดโอกาสให้เด็กได้เลือกนิทานหรือเรื่องเล่า และเลือกบทบาทสมมติ ด้วยตนเอง - ความสำคัญของการตอบคำถามเด็ก (เจ้าหนูทำไม)
ฟัน	- เด็กมีฟันผุ	- ความแตกต่างของฟันดี ฟันผุ
	- เริ่มแปรงฟันตอน 2-3 ขวบ (หลังจากที่เข้า โรงเรียนแล้ว) โดยให้เด็กแปรงเอง - เด็กไม่ยอมแปรงฟัน หรือผู้ปกครองให้เด็ก แปรงฟันเองโดยผู้ปกครองไม่แปรงซ้ำให้สะอาด อีกครั้ง	- วิธีการแปรงฟันที่ถูกวิธี โดยให้เด็กแปรงก่อน ผู้ปกครองคอยแปรงให้สะอาด อีกครั้งจนอายุครบ 6 ปี