

วัยประถม... สรรค์สร้างนิสัยที่ดีและมีคุณค่า

“สิ่งแวดล้อมของเด็กวัยประถมนั้นมีการเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจนจากเดิมที่ ใช้เวลาส่วนใหญ่ อยู่ที่บ้านครอบครัว มีสังคมนอกบ้านที่น้อย มาใช้เวลาเต็มวันอยู่ที่โรงเรียน รู้จักครู สร้าง ความสัมพันธ์กับเพื่อนและพัฒนาทักษะด้านการเรียน ”

เด็กต้องปรับตัวที่โรงเรียน อยู่ในกฎระเบียบ มีการพัฒนาความมั่นใจในตนเอง โดยเด็กจะ ค่อยๆ พัฒนาทักษะการประเมินตนเองว่ามีความสามารถเพียงพอในการจะเป็นที่ยอมรับในสังคม หรือไม่ และมีการรับรู้ว่าคนต่างๆ รอบตัวนั้นมองเด็กเป็นอย่างไร เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตใน สังคมได้อย่างมั่นคงและเป็นพื้นฐานสำคัญในการเข้าสู่วัยรุ่นต่อไป

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของลูกน้อยวัยประถม

เด็กวัยนี้จะมีการเพิ่มขึ้นของน้ำหนักประมาณ 3-3.5 กิโลกรัมต่อปี และมีความสูงเพิ่มขึ้นปี ละประมาณ 6 เซนติเมตร เส้นรอบศีรษะอาจโตขึ้นอีกเพียงประมาณ 2-3 เซนติเมตรในช่วงนี้ จนมี ขนาดประมาณ 55 เซนติเมตรเมื่ออายุประมาณ 5-12 ปี ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าสมองมีแนวโน้มเจริญ น้อยลง

การขึ้นของฟันแท้ ลูกจะเริ่มมีฟันแท้ขึ้นซึ่งเป็นฟันกรามซี่แรกเมื่ออายุ 6 ปี พร้อมทั้งค่อยๆ มีการหลุดของฟันน้ำนมตามมา โดยฟันแท้ที่ขึ้นจะมีประมาณ 4 ซี่ต่อปี

พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อ กล้ามเนื้อต่างๆ ของเด็กวัยประถมจะมีกำลังและทำงาน ประสานกันอย่างซับซ้อนมากขึ้น จนทำให้สามารถพัฒนาทักษะการโยนลูกบอลเสกบอลใส่ห่วง หรือเล่นเครื่องดนตรีได้ ซึ่งการพัฒนาทักษะของกล้ามเนื้อขั้นสูงนี้เป็นผลมาจากการเจริญเติบโต อย่างสมบูรณ์และการฝึกฝนจนเกิดความชำนาญในการทำหน้าที่ต่างๆ เด็กบางคนที่มีอุปนิสัยใน การนั่งอยู่เฉยๆ หรือไม่ค่อยมีการออกกำลังกายจะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคอ้วนมากขึ้น โดยเฉพาะเด็กที่มีแนวโน้มน้ำหนักตัวมากตั้งแต่เล็กและมีประวัติโรคอ้วนในครอบครัว เด็กวัยนี้ ควรส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเล่นกีฬาเพื่อช่วยพัฒนาทักษะต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับกีฬา ประเภทนั้นๆ รู้จักการเล่นเป็นทีมและเพื่อให้มีความสุขภาพแข็งแรง

พัฒนาการทางด้านสติปัญญา เด็กจะเริ่มมีการพัฒนาความคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผลมากยิ่งขึ้น ซึ่งประยุกต์มาจากการสังเกตสถานการณ์จริง เช่น เด็กอายุตั้งแต่ 7 ปีขึ้นไปจะเริ่มมีความเข้าใจ เกี่ยวกับการคงที่ในเรื่องของปริมาณหรือปริมาตร ถึงแม้ว่าจะมีการถ่ายเทของเหลวเท่ากันในภาชนะ ต่างรูปแบบกัน หรือแบ่งดินน้ำมันเป็นสองก้อนเท่ากัน อันหนึ่งปั้นดินน้ำมันเป็นแท่งยาวเรียว อีก อันหนึ่งเป็นแท่งอ้วนสั้น เด็กวัยนี้จะมีความเข้าใจว่าน้ำและดินน้ำมันดังกล่าวยังมีปริมาณและ

ปริมาตรเท่าเดิมตามลำดับ เพราะไม่ได้มีการเติมเข้าไปจากภายนอกหรือเอาออกมา

เด็กที่เรียนหนังสือชั้น ป.1 ถึง ป.3 สิ่งสำคัญคือการเรียนรู้ถึงวิธีให้สามารถอ่าน เขียน และ คำนวณพื้นฐานได้ แต่หลังจากนั้นเด็กจะต้องอ่านเพื่อเรียนรู้ ทำความเข้าใจ คิดวิเคราะห์ มีความคิดสร้างสรรค์เพื่อทำให้เกิดการพัฒนาแนวคิดใหม่ และสังเคราะห์ให้เกิดความรู้ใหม่ๆ จากข้อมูลที่ได้จากการอ่านและการวิเคราะห์ ซึ่งเด็กจะมีงานหรือการบ้านที่ต้องรับผิดชอบเพิ่มมากขึ้น แต่ถ้าเด็กมีความรู้พื้นฐานที่ดีจะสามารถใช้สมองในการบริหารจัดการได้อย่างอัตโนมัติเพื่อทำงานดังกล่าวได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น เด็กชั้น ป.4 ถึง ป. 6 สามารถอ่านหนังสืออย่างเข้าใจได้โดยไม่ต้องมาอ่านสะกดหรือถอดรหัสทีละคำ หรือเด็กสามารถแต่งเรียงความได้โดยไม่ต้องมาเขียนสะกดทีละคำ ความสามารถทางสติปัญญาพร้อมกับปัจจัยทางด้านอารมณ์และการมีทัศนคติในการเรียนที่ดีจะเป็นตัวกำหนดถึงความสำเร็จทางการศึกษา เช่น เด็กมีความอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับการเรียนเพื่อที่จะทำให้พ่อแม่หรือครูรู้สึกพึงพอใจ ความตั้งใจใฝ่เรียน ความร่วมมือในการเรียนที่ดี และความรู้สึกที่ต้องการแข่งขันกับเพื่อนในการเรียนให้ได้ดี การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล หรือมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองและของผู้อื่น มีความพยายามไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทั้งหมดจะนำมาซึ่งความสำเร็จในการเรียนของเด็กต่อไป

นอกเหนือจากการเรียนในห้องเรียนแล้ว พ่อแม่ควรส่งเสริมให้เด็กได้มีกิจกรรมนันทนาการที่เด็กชอบและเป็นผู้เลือกที่จะทำเอง เช่น การเล่นกีฬา ละครเวที เล่นดนตรี ทำงานศิลปะ เพื่อช่วยให้เด็กผ่อนคลายจากการเรียนและยังเปิดโอกาสให้เด็กได้มองเห็นศักยภาพของตนเองในด้านอื่นๆ ด้วย พ่อแม่ควรมอบหมายงานบ้านง่ายๆ ให้ลูกมีส่วนช่วยรับผิดชอบ เพื่อทำให้เด็กรู้สึกว่าคุณค่าเมื่อได้ทำประโยชน์ พ่อแม่ควรมองหาจุดเด่นหรือข้อดีของลูกมากกว่าดุด่าจุดด้อยหรือข้อเสียของเด็ก เพราะจะได้ช่วยทำให้เด็กมีความมั่นใจในตนเองและยอมรับขีดความสามารถของตนตามความเป็นจริง รู้จักเรียนรู้ที่จะเป็นผู้แพ้และผู้ชนะซึ่งเป็นทักษะสำคัญที่ทำให้เด็กสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

พัฒนาการด้านบุคลิกภาพ เมื่อเด็กวัยประถมสามารถปรับตัวจนเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนได้ จะทำให้เด็กพัฒนาความมั่นใจในตนเองและนำไปสู่ภาพลักษณ์แห่งตนในที่สุด เพื่อนยังมีอิทธิพลต่อบุคลิกลักษณะของเด็กด้วย การสังเกตรุ่นพี่ ผู้ใหญ่ และสื่อหรือโทรทัศน์โดยเฉพาะด้านวัตถุนิยม เรื่องเพศ และความรุนแรงก้าวร้าว จะมีอิทธิพลต่อวิถีการดำเนินชีวิตของเด็ก ดังนั้นพ่อแม่ควรอบรมสั่งสอนหรือให้คำแนะนำที่เหมาะสมเพื่อให้เด็กมีการพัฒนาไปสู่วัยรุ่นด้วยดีต่อไป