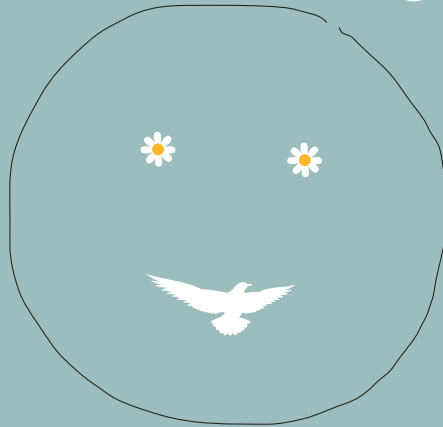




Kanton Bern
Canton de Berne



เตรียมพร้อมสำหรับการเข้าโรงเรียนอนุบาล
Thai

Impressum

Herausgeberin und Copyright
Bildungs- und Kulturdirektion
Amt für Kindergarten Volksschule und Beratung
akvb.bkd@be.ch

Illustration
Peter Gärtl, Thun

Auflage 2020
2019.ERZ.1598 / 276256

เด็กๆต้องมีกิจกรรม

ที่จะช่วยส่งเสริมพัฒนาการและการเจริญเติบโตของเขา

เขาต้องการบุคคลที่เขาสามารถถือเป็นแบบอย่างได้

เขาต้องการชุมชนที่รักห่วงใยเขาและทำให้เขารู้สึกมั่นคงปลอดภัย

ศาสตราจารย์ ดร. เกราลด์ ฮีทเธอร์ (ศาสตราจารย์ ดร. Gerald Hüther)

เรียน ท่านผู้ปกครองและบิดามารดาของเด็กๆทุกท่าน

บุตรของท่านกำลังจะเข้าศึกษาในโรงเรียนอนุบาลในเร็วๆนี้

ช่วงเวลานี้เป็นช่วงเวลาที่สำคัญเพราะเด็กวัยนี้สามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆได้มากมายโดยไม่ต้องใช้ความพยายามมากนัก ทางเราใคร่ขอให้คำแนะนำว่า

ในฐานะผู้ปกครองท่านสามารถส่งเสริมพัฒนาการของบุตรของท่านได้อย่างไรบ้าง ความผูกพันด้านอารมณ์เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับเด็กเล็ก โดยธรรมชาติของเด็ก

เขาย่อมมีความต้องการที่จะเรียนรู้โลก เรียนรู้สิ่งใหม่ๆอยู่แล้ว

ความรู้สึกใกล้ชิดสนิทสนมกันของคนในครอบครัวจะช่วยให้การก้าวสู่โลกภายนอกของบุตรของท่านเป็นไปอย่างราบรื่นยิ่งขึ้น

เด็กๆหลายคนอาจจะได้มีโอกาสสร้างสมประสบการณ์แรกๆ

จากการเข้าเล่นรวมกลุ่มกับเด็กคนอื่นมาบ้างแล้ว เช่น

เขาอาจจะเคยเล่นกับพี่ๆน้องๆของตนเอง หรือกับเด็กอื่นๆในละแวกบ้าน

หรือในกลุ่มการเล่นที่เขาเคยเข้าร่วมมา ในโอกาสเช่นนั้น

เขาย่อมจะได้เรียนรู้จักบุคคลใหม่ๆที่ต่อไปจะมีความใกล้ชิดกับเขา เช่น ผู้ใหญ่ที่เป็นหัวหน้ากลุ่มการเล่นสำหรับเด็กๆ เป็นต้น เมื่อกลับมาถึงบ้าน

เด็กจะรู้สึกมีความสุข และมักมีเรื่องราวที่อยากจะเล่าให้พ่อแม่ฟัง

หรืออาจจะอยากซักถามพ่อแม่มากมาย

ในชั้นอนุบาลบุตรของท่านจะใช้เวลาค่อนข้างมากในการอยู่ร่วมกับเด็กอื่นๆ

สภาพแวดล้อมในโรงเรียนอนุบาลถือเป็นสิ่งใหม่ และน่าตื่นเต้นสำหรับเด็ก บางครั้ง

บุตรของท่านอาจจะต้องอดทนรอ

จนกว่าจะถึงเวลาที่เขาเองจะมีโอกาสได้ทำอะไรให้เพื่อนๆฟังบ้าง

บุตรของท่านจะมีโอกาสได้เรียนรู้ว่า ไม่ใช่ทุกคนทุกคนจะรู้สึกเหมือนกัน

(หรือเท่าเทียมกัน) ไปหมด และสิ่งที่คนอื่นเห็นว่าสำคัญนั้น

อาจจะไม่เหมือนกับสิ่งที่ตนเองเห็นว่าสำคัญก็ได้

เด็กในวัยนี้เรียนรู้สร้างสมประสบการณ์จากการเล่น

และสามารถทำความเข้าใจกฎเกณฑ์และความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันของสิ่งต่างๆได้เป็นอย่างดี

เด็กเล็กมักจะชอบเลียนแบบคนอื่น ดังนั้น พฤติกรรมของบิดามารดา

รวมทั้งพฤติกรรมของผู้ใหญ่อื่นๆที่ใกล้ชิดเด็ก จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก

ผู้ใหญ่ที่ปฏิบัติตนให้เด็กเห็น ว่าเขาสามารถปล่อยให้คนอื่นพูดให้จบก่อนได้

ก่อนที่จะพูดเองบ้าง ย่อมจะช่วยส่งเสริมให้เด็กๆได้ฝึกการรู้จักฟังผู้อื่นอย่างตั้งใจ

และฝึกความสามารถในการตั้งสมาธิด้วย

การปฏิบัติต่อตนเองและต่อผู้อื่น

Umgang mit sich und anderen

บุตรของท่านต้องการมีเวลาอยู่ร่วมกับเด็กอื่นๆ

เขาต้องการเรียนรู้ที่จะทำความตกลงกับคนอื่น เกรงใจคนอื่น
หาแนวทางของตนเองให้พบ และสามารถอดทนต่อการรอคอยได้
เด็กๆต้องเรียนรู้สิ่งเหล่านี้
ซึ่งเป็นสิ่งที่จะช่วยให้เขาสามารถอยู่กับกลุ่มได้อย่างราบรื่น
ในกลุ่มเด็กๆที่บุตรของท่านเล่นด้วย หรือในสถานรับเลี้ยงเด็ก
เขาจะเรียนรู้ที่จะปฏิบัติกับคนในวัยเดียวกับเขา
ท่านควรปล่อยให้เขาได้เล่นกับเด็กอื่นๆที่สนามเด็กเล่น
หรือท่านอาจจะเชิญเด็กอื่นๆให้มาเที่ยวที่บ้านท่านก็ได้

บุตรของท่านต้องการจะเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน

ในการที่บุตรของท่านเข้ามาอยู่ในกลุ่มเด็กจำนวนมาก
บุตรของท่านจำเป็นจะต้องเรียนรู้ที่จะแบ่งปันความสนใจของครูหรือผู้สอนกับเด็กอื่
นๆ บางครั้ง บุตรของท่านจำเป็นจะต้องเรียนรู้ที่จะให้โอกาสคนอื่นก่อน
และให้ความต้องการของตนมาทีหลัง หรือเรียนรู้ที่จะรอคอย
จนกว่าจะถึงคราวของตนเองบ้าง

บุตรของท่านต้องการแสดงออกถึงสิ่งที่เขารู้สึก

และนั่นถือเป็นสิ่งที่ดี ท่านควรช่วยให้บุตรของท่านได้รับรู้ถึงความรู้สึกที่เขามี
ให้เขาได้รู้จักคำศัพท์หรือคำพูดที่บ่งบอกความรู้สึกที่เขามี
และให้เขาสามารถเรียนรู้ที่จะจัดการกับความรู้สึกต่างๆของตนด้วย
ท่านควรให้เขาได้เรียนรู้ว่า
พฤติกรรมที่เขามีต่อบุคคลอื่นนั้นจะต้องอยู่ภายในขอบเขต
เช่นเดียวกับที่เขาต้องการให้คนอื่นปฏิบัติต่อเขาอย่างเคารพ
เขาก็ต้องเรียนรู้ที่จะปฏิบัติต่อคนอื่น ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ด้วยความเคารพเช่นกัน



การเป็นตัวของตัวเองและการมีความไว้วางใจ

Selbstständigkeit und Vertrauen

บุตรของท่านต้องการทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง

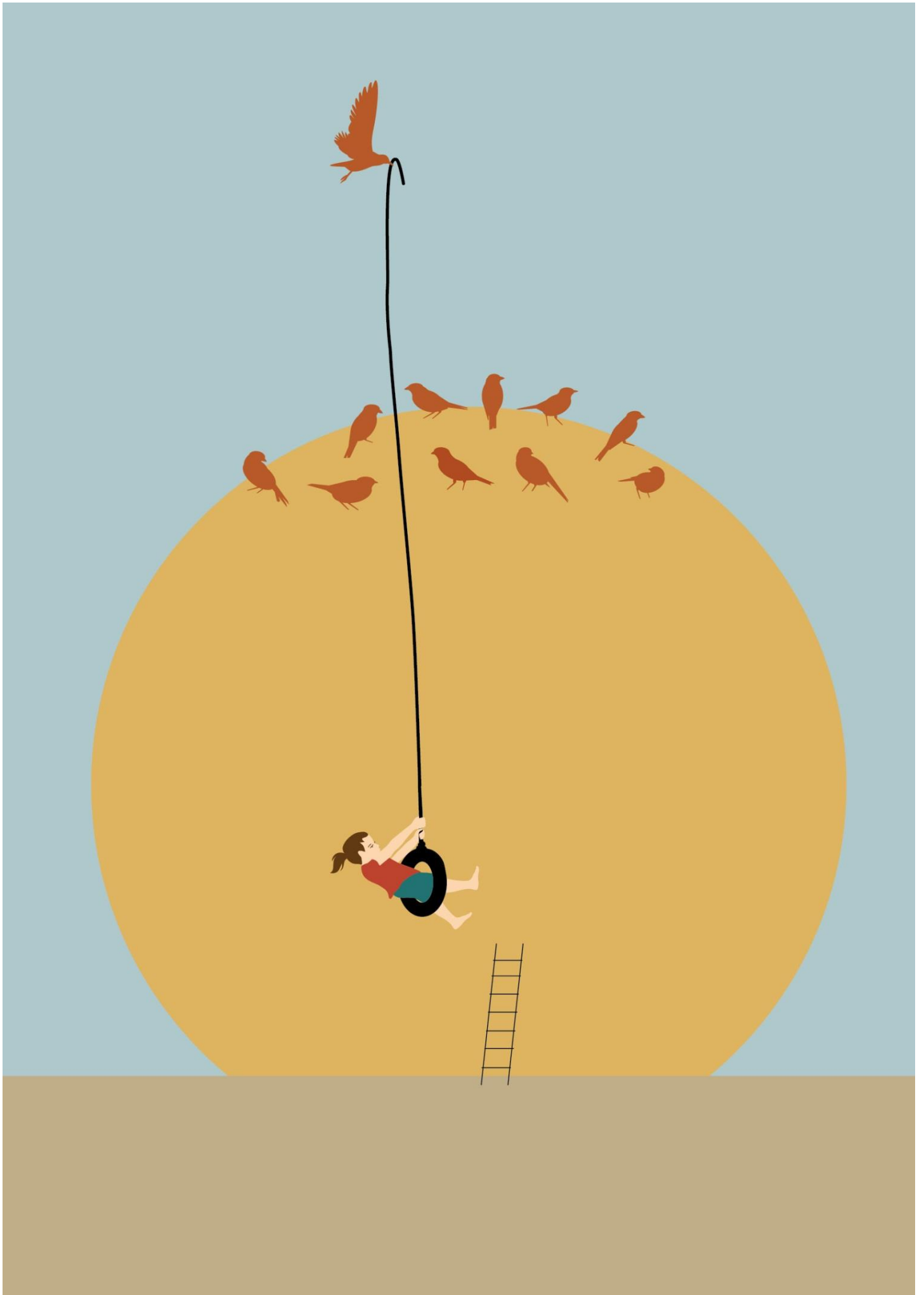
ท่านควรเปิดโอกาสให้บุตรของท่านได้ลองสิ่งต่างๆ และให้เขาได้ลองทำอะไรด้วยตัวเอง เช่น อาจให้เขาลองสวมใส่เสื้อผ้า หรือถอดเสื้อผ้า ด้วยตนเอง การเข้าห้องน้ำก็เป็นอีกสิ่งหนึ่งที่เขาจะต้องฝึกฝน เพื่อที่เขาจะได้สามารถไปห้องน้ำได้เองเมื่อมาอยู่ในชั้นอนุบาล ท่านควรจะช่วยเหลือเขาเฉพาะแต่ในเวลาที่จำเป็นจริงๆเท่านั้น

บุตรของท่านต้องการเป็นตัวของตัวเอง

ท่านควรมีความเชื่อมั่นในความสามารถของบุตรของท่าน ถ้าเขาทำอะไรไม่สำเร็จ ท่านควรให้กำลังใจเขาและให้เขาได้มีโอกาสลองทำใหม่อีกครั้ง ท่านอาจจะฝึกเดินไปโรงเรียนอนุบาลกับเขา เพื่อให้เขาได้รู้จักหนทาง หรืออาจมอบหมายหน้าที่ง่ายๆให้เขาทำ เช่น ให้เขาเป็นผู้เปิดตู้จดหมายและนำจดหมายออกมาจากตู้ หรือให้เขาเป็นผู้จัดวางช้อนและช้อมลงในลิ้นชักในครัว เป็นต้น

บุตรของท่านต้องการลองและทดลองสิ่งต่างๆ

ท่านควรหาวัสดุ เช่น ดินสอสี กระดาษ ชอล์ก ดินเหนียว เทปเหนียว หรือกรรไกร มาให้บุตรของท่านได้ใช้เล่น การให้เขาช่วยท่านทำงานบ้านหรืองานในครัว ไม่ว่าจะเป็น - การช่วยเตรียมของ การช่วยตัดโน้มนี่ ช่วยกวาด หรือช่วยล้างผักสลัด - ย่อมเป็นวิถีทางที่จะช่วยให้เด็กได้ฝึกทักษะ และสร้างสมประสบการณ์ให้กับตนเอง



การเรียนรู้และการเล่น

Spielen und Lernen

บุตรของท่านต้องการเล่น

บุตรของท่านชอบที่จะมีความรู้สึกกระตือรือร้น เขาต้องการมีใจจดจ่อกับกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งๆ จนลืมเรื่องของตนเองไปชั่วขณะ เวลาที่บุตรของท่านละเล่น เขาจะเรียนรู้ที่จะมีใจจดจ่อกับการละเล่นนั้น เขาจะเรียนรู้ที่จะวางแผนและทำกิจกรรมดังกล่าวเป็นเวลานาน ท่านควรปล่อยให้เขาได้มีเวลาและอิสระภาพที่จะทำสิ่งนั้นๆ ให้เขาได้มีโอกาสเล่นกับวัสดุหลากหลายประเภทในชีวิตประจำวัน ให้เขาได้มีโอกาสลอง นอกจากนี้แล้ว เวลาที่ท่านเล่นกับบุตรของท่านถือเป็นเวลาที่มีค่าอย่างยิ่ง

บุตรของท่านต้องการเรียน

การเรียนคือการเรียนรู้ว่าสิ่งต่างๆ ที่ตนทำอาจจะสำเร็จหรือล้มเหลวก็ได้ ทุกคนล้วนต้องผ่านประสบการณ์ดังกล่าวและทุกคนควรฝึกฝนให้เข้าใจประสบการณ์ดังกล่าวอย่างลึกซึ้ง บุตรของท่านเรียนรู้การเดิน จากการที่เขาเคยหกล้ม แล้วก็ลุกขึ้นมาได้ ท่านสามารถส่งเสริมประสบการณ์การเรียนรู้ของบุตรของท่าน โดยการชมเขาเมื่อเขาทำอะไรได้สำเร็จ และคอยสนับสนุนให้กำลังใจเขาให้เขาได้ลองสิ่งใหม่ๆ

บุตรของท่านมีความต้องการ

การที่คนเรามีความต้องการนั้นถือเป็นสิ่งสำคัญ แต่บุตรของท่านไม่ควรจะได้ทุกสิ่งทุกอย่างตามที่เขาต้องการ ควรให้เด็กได้เรียนรู้จักการรอคอยบ้าง ให้เขาได้ผ่านความผิดหวังและเรียนรู้ที่จะจัดการกับความผิดหวังของตนเองบ้าง ความรู้สึกโกรธหรือคับข้องใจถือเป็นส่วนหนึ่งของความรู้สึกที่ทุกคนมี แต่บุคคลไม่ควรจะต้องได้รับความทุกข์และวัตถุไม่ควรจะต้องได้รับความเสียหายเนื่องมาจากความรู้สึกนั้นๆ การเรียนรู้ที่จะยอมรับและอยู่ให้ได้กับการที่ความต้องการของตนไม่ได้รับการตอบสนอง ถือเป็นประสบการณ์ที่จะช่วยให้บุตรของท่านเข้มแข็งขึ้น



การสื่อสารกับบุคคลอื่นและทำให้บุคคลอื่นได้เข้าใจตน

Sich verständigen und verstanden werden

บุตรของท่านต้องการบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตัวเขา

ท่านควรให้ความสนใจต่อสิ่งที่บุตรของท่านทำหรือประสบพบเห็น

และควรรับฟังเรื่องราวของเขาอย่างตั้งใจ

ท่านควรจะได้พูดคุยกับเขาเกี่ยวกับสิ่งต่างๆในชีวิตประจำวัน และควรใช้โอกาสนี้อธิบายให้เขาฟังถึงสิ่งที่ท่านกำลังทำอยู่ หรือสิ่งที่บุตรของท่านกำลังดูอยู่

บุตรของท่านต้องการรับฟังคนอื่น

ท่านควรอ่านหนังสือภาพกับบุตรของท่าน

ควรมีเวลาเล่าเรื่องหรือนิทานต่างๆให้เขาฟัง และร่วมร้องเพลงกับเขา โดยวิธีนี้

เด็กจะรู้สึกว่าเขาได้ใกล้ชิดพ่อแม่ และทำให้เขาได้ฝึกทักษะทางภาษาอีกด้วย อนึ่ง

ท่านควรพูดคุยกับบุตรเป็นภาษาของตนเอง

ต่อเมื่อเด็กได้ภาษาแม่อย่างแน่นแฟ้นแล้ว

เขาก็จะสามารถเรียนรู้ภาษาต่างประเทศได้ง่ายขึ้น

บุตรของท่านต้องการมีประสบการณ์ทางภาษา

เด็กเล็กไม่สามารถจดจำคำศัพท์ใหม่ๆได้

ถ้าหากเขาเพียงได้เห็นหรือได้ยินคำเหล่านั้นผ่านทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์เท่านั้น

เด็กๆจำเป็นจะต้องมีคนที่ย่อยพูดคุยกับเขา โดยวิธีนี้

เขาจะสามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ๆได้ดีกว่าและยังยืนกว่าโดยฟังจากผู้ที่เกี่ยวข้องเขา

และเมื่อเด็กได้เรียนรู้โดยวิธีดังกล่าวแล้ว

เขาก็สามารถนำสิ่งที่เขาเรียนรู้ไปใช้ในทางปฏิบัติได้มากกว่า



การออกกำลังกายและการพักผ่อนหลับนอน

Bewegung und Schlaf

บุตรของท่านต้องการออกกำลังกาย

ท่านควรปล่อยให้บุตรของท่านได้ปีนป่าย และเรียนรู้ที่จะทรงตัวให้สมดุล ให้เขาได้เล่นลูกบอลหรือหกคะเมน ตีลังกา

ท่านอาจจะพาบุตรของท่านไปเล่นนอกบ้าน เพื่อค้นพบธรรมชาติร่วมกันกับเขา ทั้งนี้ไม่ว่าวันแม่แต่วันที่มีฝนตก

บุตรของท่านต้องการนอนให้เต็มอิ่ม

เพื่อให้เด็กดำเนินชีวิตประจำวันของเขาในชั้นอนุบาลได้อย่างราบรื่น

ท่านควรดูแลให้เขาได้พักผ่อนหลับนอนอย่างเต็มที่และเพียงพอ

ประมาณสิบถึงสิบสองชั่วโมงต่อวัน และเพื่อให้เขามีพลังงานเพียงพอ

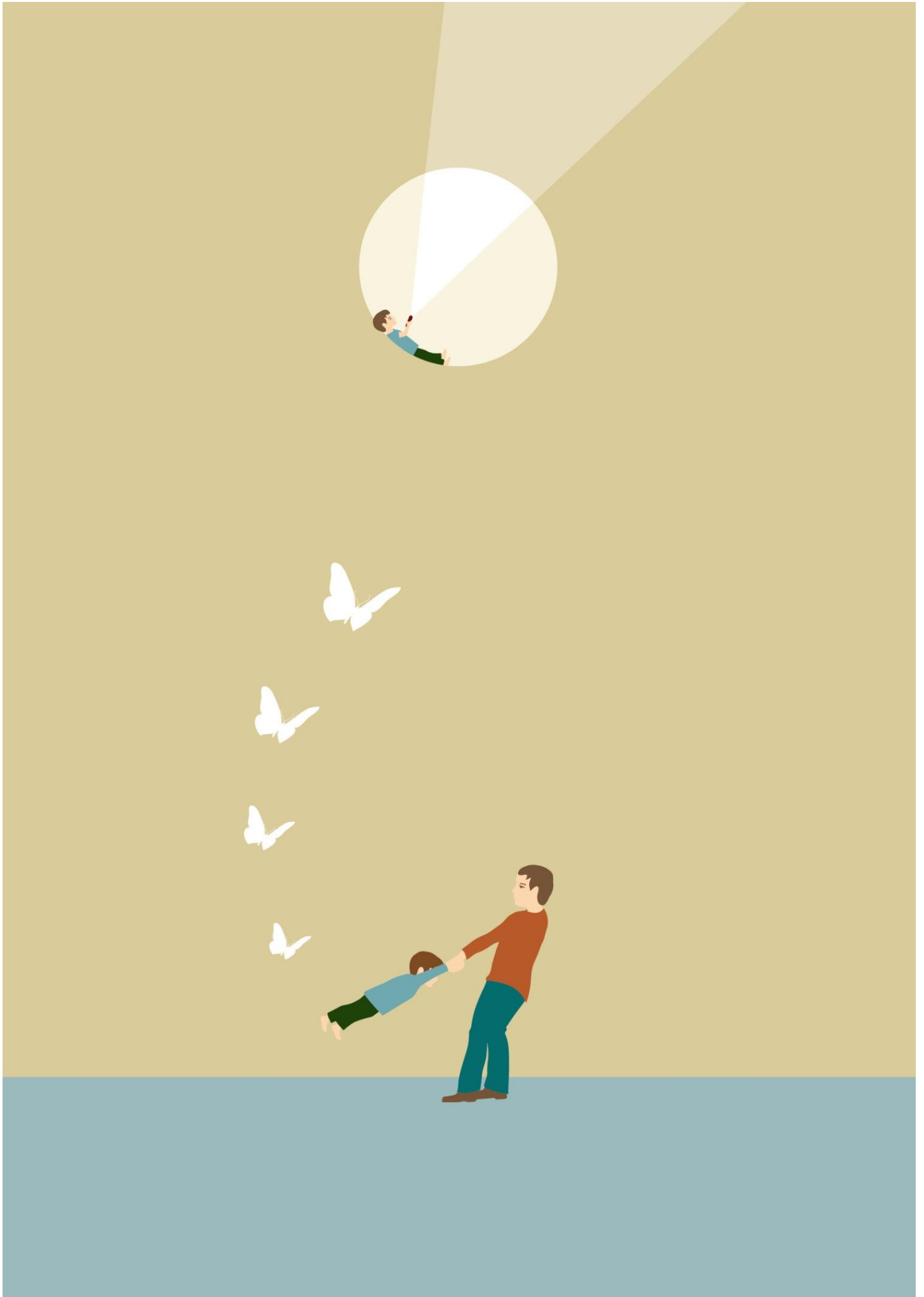
ควรให้เขาได้รับประทานอาหารเช้าที่มีคุณค่าทางโภชนาการและที่ช่วยให้เขาอิ่มท้องทุกวัน

บุตรของท่านต้องการมีกิจวัตรประจำวัน

การดำเนินชีวิตประจำวันที่มีกิจวัตรที่สม่ำเสมอ

เช่นการรับประทานอาหารเช้าตรงตามเวลา และการเข้านอนตรงตามเวลา

จะช่วยให้บุตรของท่านรู้สึกมั่นคงปลอดภัยและมีที่ยึดเหนี่ยว



หากท่านประสงค์จะได้ข้อมูลเพิ่มเติม
ท่านสามารถเปิดดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ต่อไปนี้:
www.be.ch/volksschule-mediacenter

ขออวยพรให้ทุกอย่างดำเนินไปอย่างน่าเพลิดเพลินทั้งสำหรับท่านและสำหรับบุตรข
องท่าน

