



สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ

หนังสือเดินทางสร้างสุขเพื่อเด็กปฐมวัย

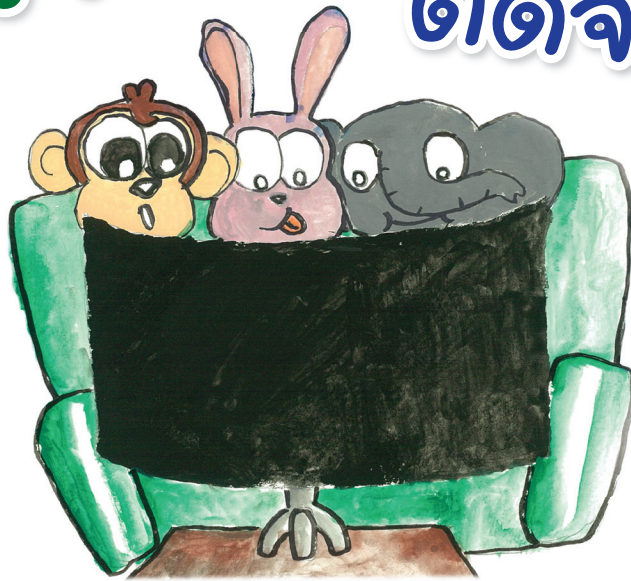
เจ๊ยก เจ๊ยก ติดจอ



เรื่อง : ตูบปอง

ภาพประกอบ : ไผท ชุณหวัดดีกุล ศิลปินน้อยวัย ๑๐ ปี

เจ๊ยก เจ๊ยก ติดจอ



เรื่อง : ตูบปอง

ภาพประกอบ : ไพท ชุณหสวัสดิกุล ศิลปินน้อยวัย ๑๐ ปี



เจี้ยก เจี้ยก จ้อ จ้อ ล.ลิ่ง
โดดเต๋นเล่นวี่ง กลิ่ง กลิ่ง สนุกดี



เหลือบเห็น กระต่าย หูยาว
นั่งหน้าจอขาว อ๊ะ อ้าว..ทีวี

เจี๊ยกเจี๊ยก สนอก สนใจ
ชวนแปร้นแปร้น ไป ดูไหม ทวี





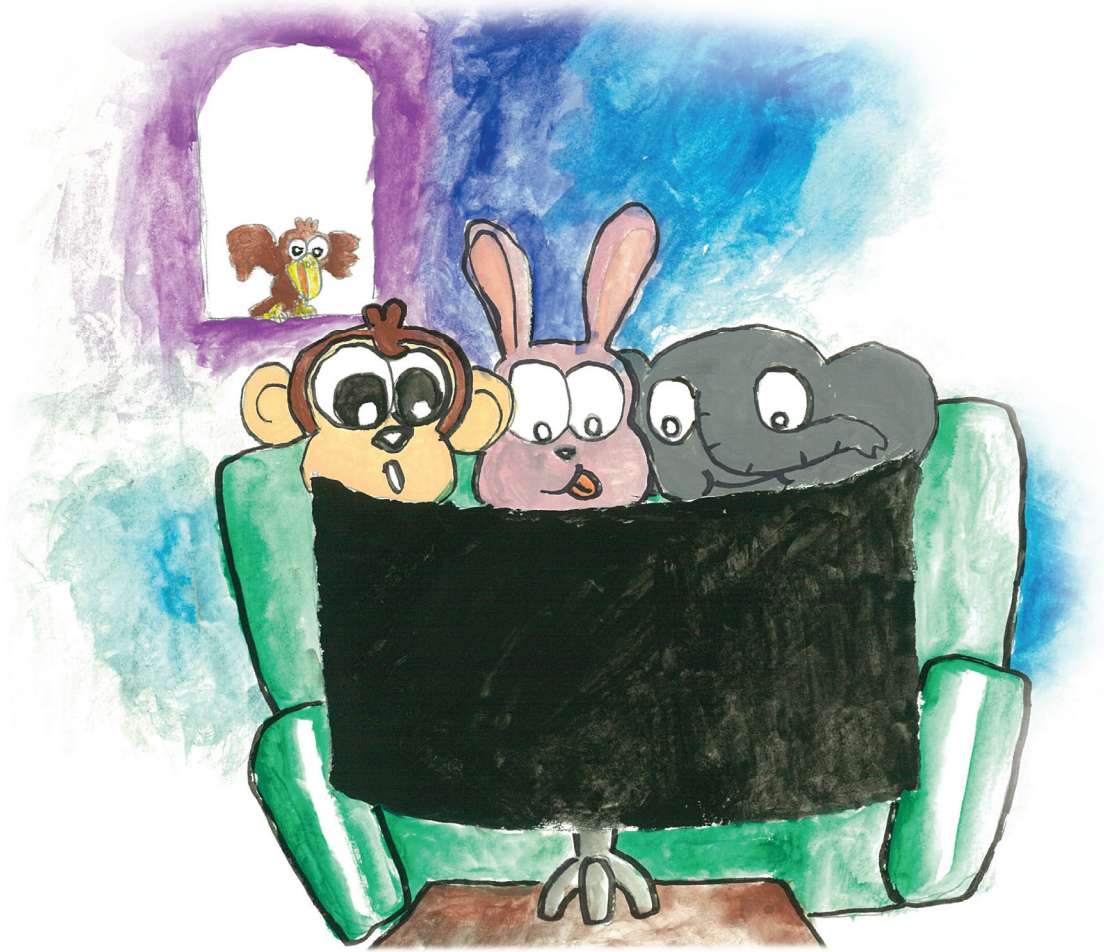
ไม้ลี้ม ของกิน สะด้วย
เจี้ยก เจี้ยก หยิบกล้วย น้ำว่า สองหวิ



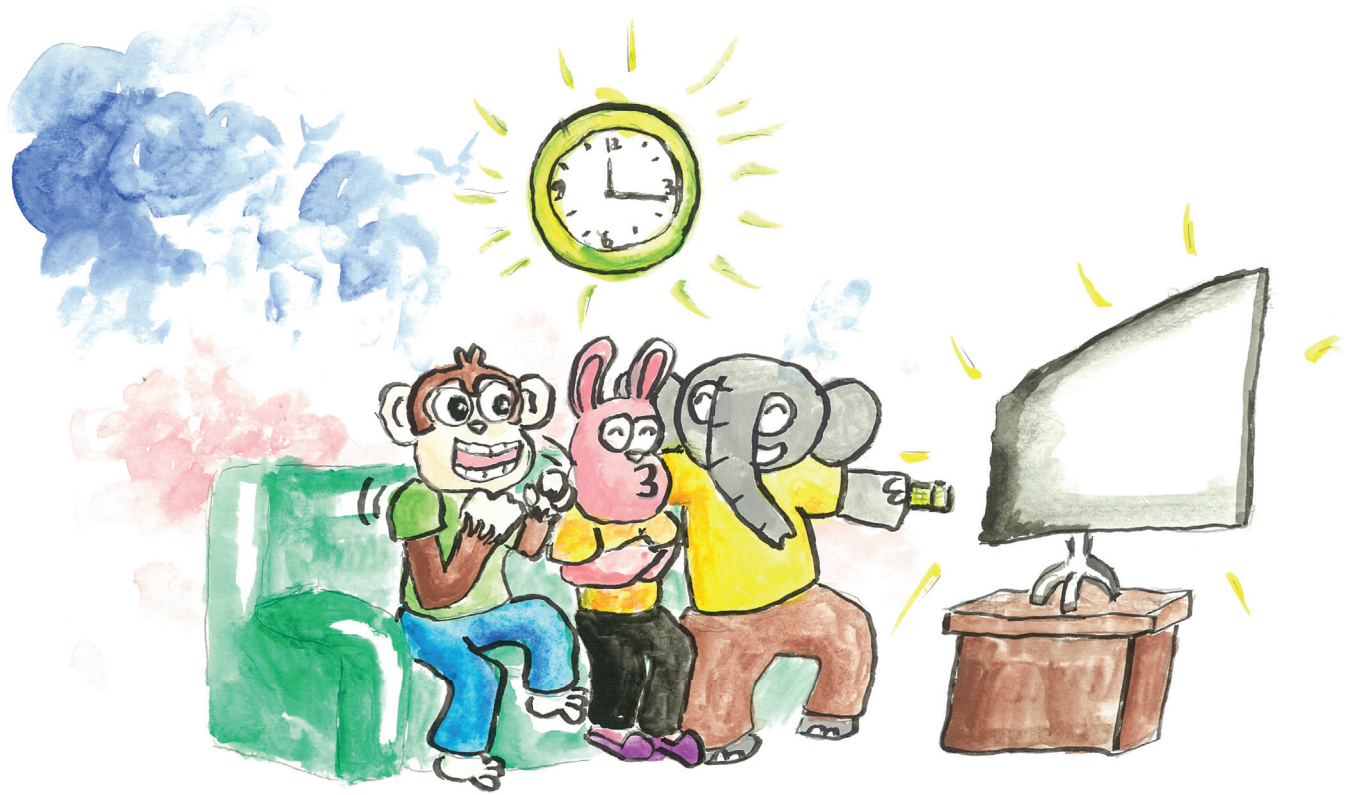
ดุ่ม ดุ่ม เดินเข้าไปหา
“กระต่าย เจ้าขา ขอดู ด้วยสิ”



กระต่าย ดีใจ มากมาก
สองตัว เพื่อนรัก มาดู ทีวี



สามตัว ไม่พูดคุยกัน
ตาแป๋ว จ้องกัน ที่จอทีวี



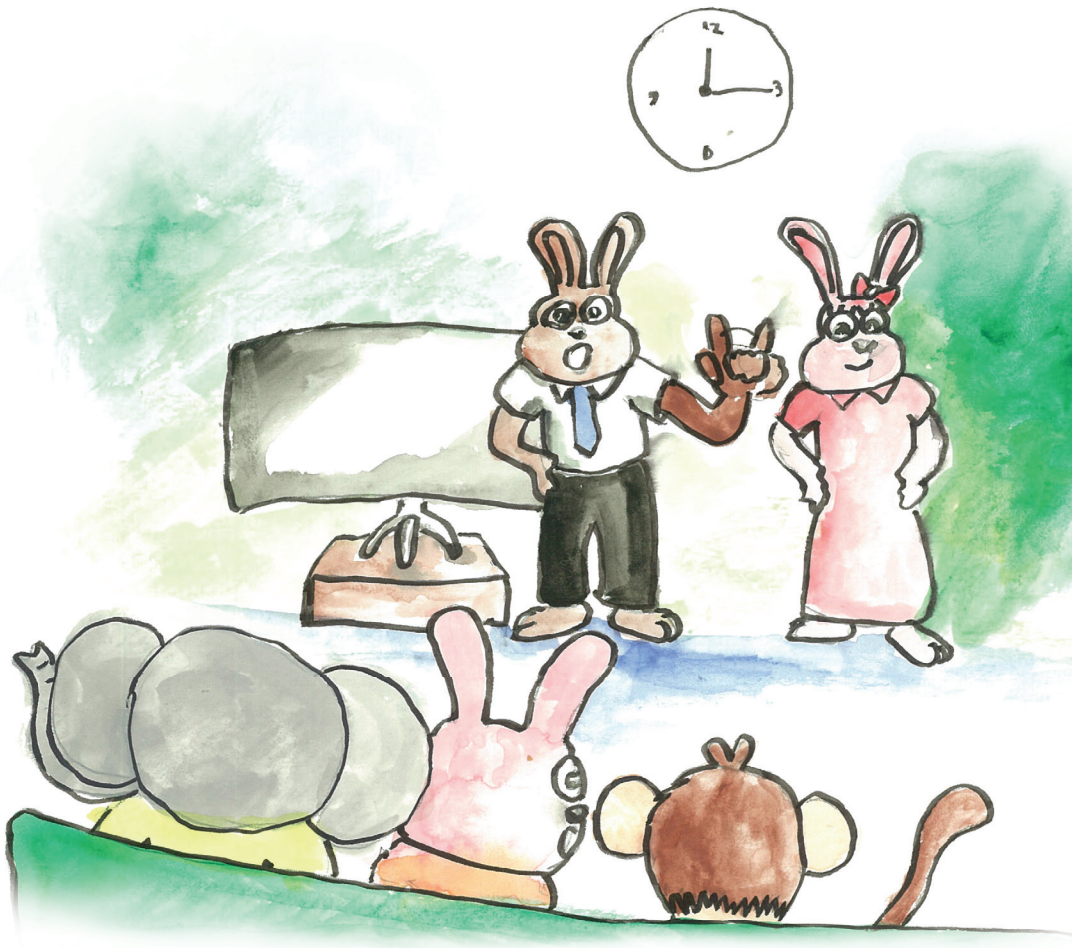
ดูกัน จนดึก จนตื่น
ไม่ลุก ไม่ยืน นั่งนิ่ง อย่างนี้

แสงจ้า แสงจัด เกินไป
ช่างน้ำตาไหล กระพริบตา ถี ถี



พ่อแม่ กระจาย มาหา

บอก “พอเถิดจ้า ดูนาน ไม่ดี”





ตาแดง น้ำตา คลอตา

พรงนี้ ต้องพา หาป่า หมอหมี

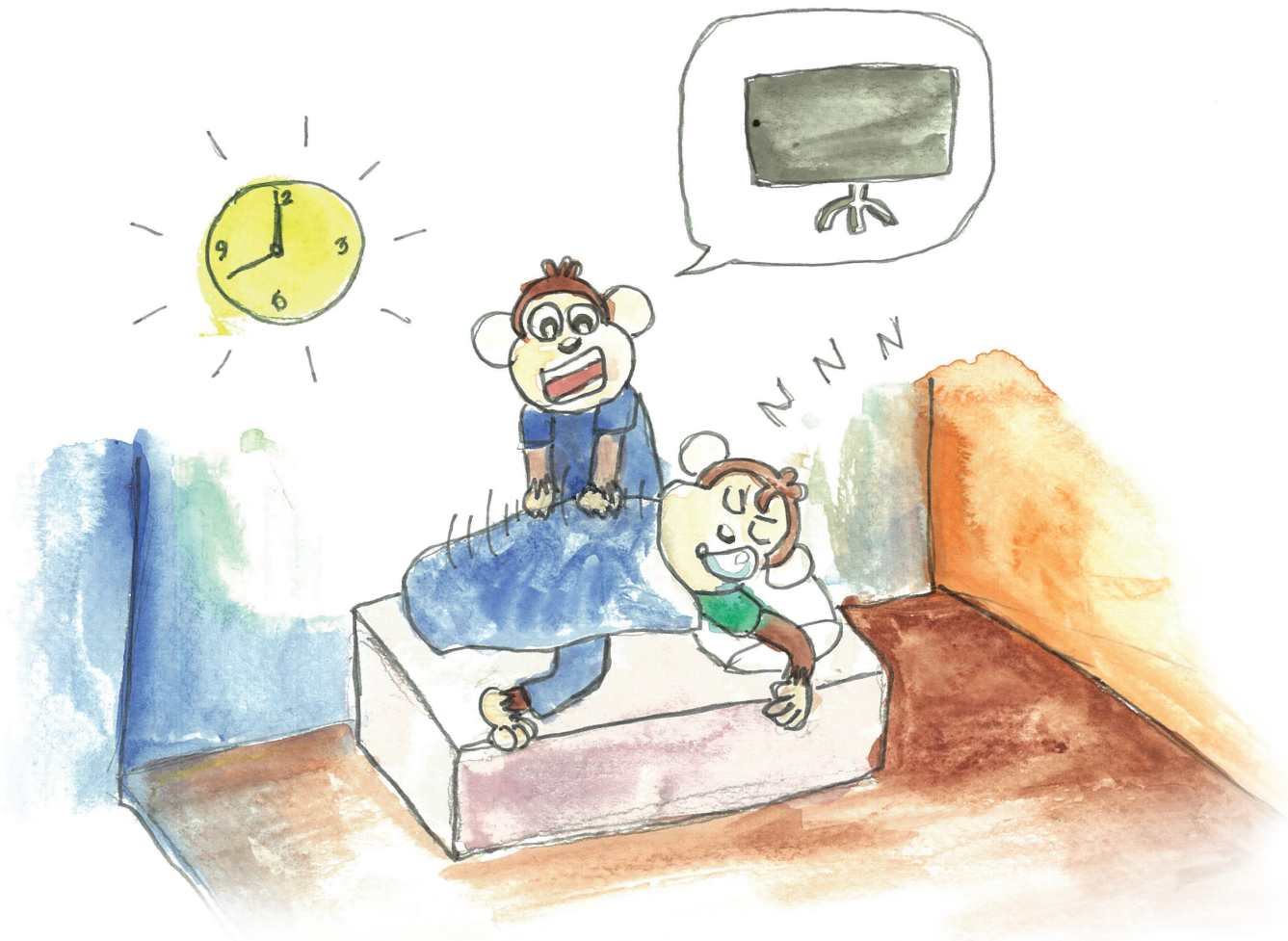


พ่อ พ่อ พาลูก กลับบ้าน
ดูทีวีนาน ไม่ดี ไม่ดี
พ่อข้าง ลุงวง ลูกข้าง
พ่อลิง ลุงหาง ลาก่อน วันนี้

ทุกตัว พอลกลับ ถึงบ้าน
ชวนกัน ชวนกัน เข้านอน ทันที

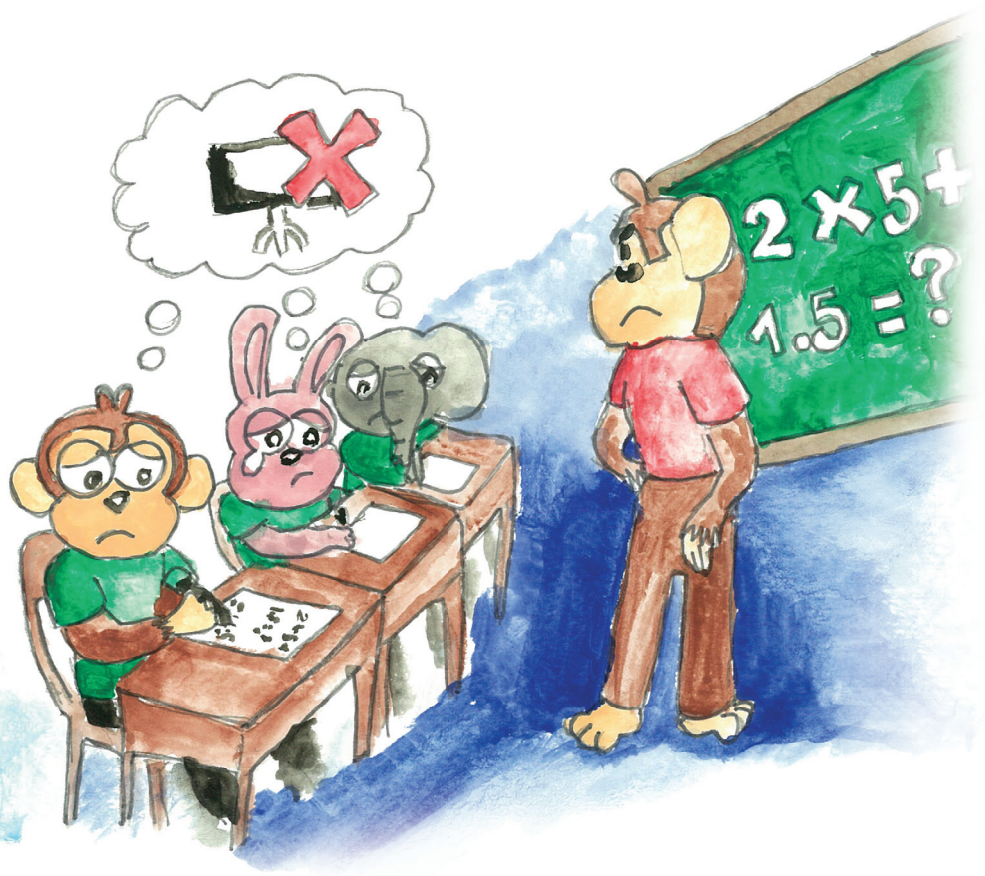


ตอนเช้า เด็กเล็ก ไม่ตื่น
นอนดึก เมื่อคืน นั่งดู ทิว





ทุกตัว ไปโรงเรียนสาย



อู๋ อู๋ อ้าย อาย ไม่เอา แล้วทีวี

คุยสร้างสุข เพื่อการอ่านสร้างสุข



สื่อเทคโนโลยีมีคุณอนันต์ทำให้การเข้าถึงข้อมูลได้ง่ายขึ้น สร้างความสนใจ และกระตุ้นเร้าการเรียนรู้

ขณะเดียวกัน โทษมหันต์ก็ตามมา หากพ่อแม่และผู้แวดล้อม ขาดความรู้ ความเข้าใจ ส่งผลให้เด็กมีพัฒนาการล่าช้า อาทิ ด้านภาษา สมาธิ สติปัญญา พัฒนาการด้านสังคม การควบคุมตนเอง รวมถึงสุขภาพ กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ขาดการทำงานเต็มที่ตามช่วงวัย ยังไม่รวม ทัศนคติและค่านิยมต่าง ๆ ที่เกิดจากการเสพสื่อที่ไม่เหมาะสม

คำแนะนำจากองค์กรด้านกุมารแพทย์จากทั่วโลกเห็นพ้องต้องกันว่า เด็กก่อนวัย ๒ ขวบ ไม่ควรดูโทรทัศน์ หรือ จออิเล็กทรอนิกส์อื่นเลย การมีทักษะเท่าทันสื่อ จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งขจรในยุคของดิจิทัล แต่เราสามารถพุ่มพอก บ่มเพาะทักษะนี้ให้แก่เด็ก ๆ ได้ตั้งแต่ช่วงปฐมวัย โดยอาจใช้หลักการพื้นฐานด้านการวิเคราะห์และสร้างสรรค์สื่อ เช่น ชักชวนพูดคุยให้เด็กรู้ว่าใครกำลังเล่าเรื่อง มีตัวละครใดบ้าง เด็ก ๆ ชอบหรือไม่ชอบตัวไหน เพราะอะไร เปิดโอกาส หรือ ชักจูงให้เด็ก ๆ เล่าเรื่องที่ได้ดู ได้รับรู้ซ้ำ เพื่อฝึกพูด ฝึกสื่อสารจากสิ่งที่เปิดรับ เสมือนให้เด็กได้ทดลองเป็นผู้ผลิตสื่อเอง ฯลฯ



วิธีการทั้งหมดเริ่มต้นง่าย ๆ ได้จากการอ่านหนังสือภาพ - หนังสือ นิทาน วารสารฐานจากสื่อที่ปลอดภัย แล้วค่อย ๆ ขยับสู่สื่อจอไอทีต่าง ๆ ด้วยการกำหนดวินัยด้านการใช้สื่อร่วมกัน ทั้งการจัดเวลาที่เหมาะสม ไม่ปล่อยให้ลูกอยู่กับสื่อจอไอทีตามลำพัง สร้างสรรค์กิจกรรมการเล่นอื่น ๆ ฯลฯ ดังนี้ จึงจะทำให้เกิดการใช้สื่อจอไอที สื่ออิเล็กทรอนิกส์เพื่อพัฒนาลูก ได้อย่างเต็มศักยภาพ

สติใจ พรหมเกิด

ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส.

“๓ ต้อง - ๓ ไม่” สกัดภัย “สื่อจอไอที”

โดย นพ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์
นายแพทย์ผู้ทรงคุณวุฒิ กรมสุขภาพจิต
และนายกสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย

๑. ต้องกำหนดเวลาในการเล่น ว่าการเล่นในแต่ละวันไม่ควรเกิน ๑ ชั่วโมง

๒. ต้องสามารถตกลงโปรแกรมการเล่นกับลูก ได้ว่าในแท็บเล็ต - สื่อจอไอที มีโปรแกรมใดบ้าง

๓. ต้องมีเวลาเล่น แท็บเล็ต สื่อจอไอที กับลูก

๓ ต้อง

หาก ๓ ต้องนี้ทำไม่ได้ ก็ไม่ต้องซื้อ

๑. ไม่เป็นแบบอย่าง ในการเล่น ที่ผิด เช่น ใช้เวลาการเล่นมากเกินไป เล่นเกมที่มีความรุนแรง ก้าวร้าว หรือท่องเว็บไป

๒. ไม่ให้ลูกมีแท็บเล็ต - สื่อจอไอที ในห้องนอน ถ้าจะเข้าห้องต้องทิ้งไว้ในนอกห้อง

๓. ไม่ใช้อินเทอร์เน็ต ในเวลาของครอบครัว

๓ ไม่

ผู้สร้างสรรค์เรื่อง



ตีบปอง (นายเรื่องศักดิ์ ปิ่นประทีป)

ทำงานด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิต ด้วยการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และส่งเสริมการอ่านสำหรับเด็ก ครอบครัว และชุมชน มาเป็นเวลากว่า ๓๐ ปี

เขียนนิทานสนุก ๆ สำหรับเด็ก ๆ มากกว่า ๑๐๐ เรื่อง และเกือบทุกเรื่องได้รับการคัดสรรจากองค์กรต่าง ๆ ว่าเป็นผลงานที่ดีสำหรับเยาวชน อาทิ เรื่อง “ขอบคุณ” ได้รับรางวัลหนังสือดีเด่น หนังสือสำหรับเด็กเล็ก อายุ ๓ - ๕ ปี พ.ศ. ๒๕๖๒ และกว่า ๑๐ เรื่อง ชายลีขลิทธีต่างประเทศ นอกจากนี้ ยังเขียนเรื่องสั้น ๓ เรื่อง งานเพลงสำหรับเด็ก และเพลงสถาบัน ๗ เพลง โดยทุกเรื่อง และ ทุกเพลงได้รับการคัดสรรจากองค์กรต่าง ๆ ว่าเป็นผลงานที่ดีสำหรับเยาวชน

ปัจจุบัน เป็นกรรมการผู้จัดการมูลนิธิหนังสือเพื่อเด็ก ผู้จัดการโครงการหนังสือเล่มแรก Bookstart ประเทศไทย และเป็นวิทยากรให้แก่หน่วยงานต่าง ๆ

ผู้สร้างสรรค์ภาพ



ดช.ไพท ชุณหสวัสดิกุล อายุ ๑๐ ปี

ดช.ไพท หรือ “พีไท” ชอบวาดรูปมาตั้งแต่จำความได้ หลายครั้งที่รูปของเขาโดนใจผู้ใหญ่หลายคน จนถูกจับจองไปไว้ที่บ้าน เวลาที่ว่างมักเจอ พีไท วาดรูปอยู่เสมอ พีไทเริ่มฝึกทักษะตั้งแต่สี่เทียน สี่ไม้สีน้ำ พอเริ่มโตขึ้นจึงอยากลองวาดรูปในรูปแบบอื่น ทั้งสีน้ำมัน สีอะคริลิก จนถึงการสร้างโมเดลและร่วมทำฉากละครในงานโรงเรียน

วันหนึ่ง เขาพบว่าพ่อของเขาวาดรูปประกอบหนังสือเด็กตั้งแต่วัยประถม... เขาจึงอยากลองทำภาพประกอบหนังสือบ้าง จึงหัดวาดภาพประกอบเรื่องราวต่าง ๆ เรื่อยมา เมื่อมีโอกาสได้ทำงานที่รัก พีไทจะทำสิ่งนั้นจนสำเร็จด้วยความเพียรและความสุข และอยากให้ภาพเป็นสื่อให้ทุกคนได้มีความสุขเช่นกัน

หนังสือเดินทางสร้างสุขเพื่อเด็กปฐมวัย

เจ๊ยก เจ๊ยก ติดจอ



เริ่มเผยแพร่ทางอินเทอร์เน็ต : เมษายน ๒๕๖๒

เรื่อง : คุกกี้บอง

ภาพประกอบ : โผน ชุนทสวัสดิกุล (ศิลปินน้อยวัย ๑๐ ปี)

บรรณาธิการ : สุดใจ พรหมเกิด

รูปเล่ม : ธรรมนูญกานต์ สันติสุขไพธา

กองบรรณาธิการ : หทัยรัตน์ พันดาวงษ์ นันทพร ณ พัทลุง สิริภรณ์ ชาวหน้าไม้ นิตยา หอมหวาน ปนัดดา สังขทิพย์ ตร์มีชี อาหามะ นิศาตร์น อำนาคอนันต์ สุชาติพิย สรวัยล้ำ จันทิมา อินจร

ประสานงานผลิต : สิริวัลย์ เรืองสุรัตน์

จัดพิมพ์และเผยแพร่ : แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน บริหารงานโดย “มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน” ได้รับการสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน บริหารงานโดย “มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน” ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มีบทบาทหน้าที่ในการประสานกลไก นโยบาย และปัจจัยขยายผลจากทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคม และภาคเอกชน ให้เอื้อต่อการขับเคลื่อนการสร้างเสริมพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่าน ให้เข้าถึงเด็ก เยาวชน และครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงหนังสือ และกลุ่มที่มีความต้องการพิเศษ

ร่วมสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย โครงการและกิจกรรมสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน เพื่อสร้างสังคมสุขภาวะได้ที่

๔๒๔ หมู่บ้านเงาไม้ ซอยจรัญสนิทวงศ์ ๖๗ แยก ๓

ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ : ๐ ๒๔๒๔ ๔๖๑๖ โทรสาร : ๐ ๒๔๘๑ ๑๘๗๗

E - mail : happy2reading@gmail.com

Website : www.happyreading.in.th

<http://www.facebook.com/Happyreadingnews> (วัฒนธรรมการอ่าน Happyreading)

องค์กรด้านกุมารแพทย์จากทั่วโลกเห็นพ้องต้องกันว่า
เด็กก่อนวัย ๒ ขวบ ไม่ควรดูโทรทัศน์ หรือจออิเล็กทรอนิกส์อื่นเลย
การมีทักษะเท่าทันสื่อ มีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งยวดในยุคดิจิทัล
ที่เราสามารถพุ่มพักบ่มเพาะให้แก่เด็กๆ ได้ ตั้งแต่ปฐมวัย

สุดใจ พรหมเกิด

ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส.



“มอบความสุขทุกครั้งด้วยหนังสือ”

สามารถดาวน์โหลดหนังสือเดินทางสร้างสุขเพื่อเด็กปฐมวัยได้ที่

www.happyreading.in.th