



พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ทารก 6 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก

ภาษา

พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ทารก 6 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

มี.ค. 5, 2024

7 นาที

ในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิตหรือ ทารก 6 เดือนนี้ เป็นอีกช่วงของพัฒนาการรอบด้านของลูกน้อย การเปลี่ยนแปลงหลัก ๆ คือลูกสามารถเริ่มรับประทานอาหารอื่นนอกจากนมแม่ได้แล้ว ส่งผลต่อพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย สังคม อารมณ์และการสื่อสาร การส่งเสริมพัฒนาการของลูกน้อยในช่วงนี้ จึงสำคัญมาก เรามาดูกันดีกว่าว่า ทารก 6 เดือนจะมีพัฒนาการอะไรบ้าง และคุณพ่อคุณแม่ควรส่งเสริมพัฒนาการแต่ละด้านอย่างไร เรามาดูกัน

สรุป

- เด็กช่วงวัย 6 เดือนจะมีพัฒนาการทรงร่างกายมากขึ้น เริ่มยันตัวขึ้นจากท่านอนคว่ำ เอื้อมมือหยิบได้ เล่นของเล่นที่จับได้มากขึ้น
- หันตามเมื่อมีคนเรียก เลียนแบบการเล่น ทำเสียงได้ เริ่มทำเสียงพยัญคำเดี่ยวง่าย ๆ ได้
- เริ่มแยกแยะระหว่างใบหน้าที่คุณเคยและคนแปลกหน้าได้ แสดงอารมณ์ได้มากขึ้นไม่ว่าจะเป็นกลัว สนุก มีความสุข หรือเศร้า

- ลูกเริ่มกินมือแรกเสริมจากนมแม่ได้แล้ว แต่ควรเป็นอาหารอ่อนที่บดละเอียดชนิดเดียวก่อน เพื่อให้ร่างกายลูกค่อย ๆ ปรับสภาพการย่อยและลดความเสี่ยงการเกิดการแพ้อาหาร

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ด้านการเคลื่อนไหว
- พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ด้านการสื่อสาร
- พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ด้านการเรียนรู้
- พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ด้านอารมณ์
- สิ่งที่คุณแม่ควรระมัดระวัง ในการเลี้ยงทารก 6 เดือน
- เคล็ดลับเสริมสร้างพัฒนาการทารก 6 เดือน

มาดูพัฒนาการของลูกในช่วงวัย 6 เดือนกันดีกว่า ลูกจะเริ่มจำหน้าพ่อแม่ได้ รับรู้และจดจำสิ่งต่าง ๆ ไกล ๆ ตัวได้ ว่าสิ่งนั้นคืออะไร แม้จะเห็นเพียงบางส่วนก็ตาม เขาจะเริ่มรับรู้ว่ามีวัตถุอยู่ห่างจากตัวเองมากแค่ไหน การมองเห็นของทารก อยู่ในช่วงมองเห็นโลกแบบสามมิติ มองเห็นสีได้มากขึ้น และจดจำสิ่งต่าง ๆ ได้ดีขึ้น

พัฒนาการทารก 6 เดือน จะแสดงอารมณ์ได้มากขึ้น ทั้งดีใจ เสียใจ เริ่มหันตามเสียงเรียกได้ เริ่มทำเสียงพยักแผ่เดียวได้ เช่น หม่า ป๊ะ เมื่อมีของตกลงพื้นสามารถมองตามได้ ด้านร่างกายเด็ก 6 เดือน ลูกจะเริ่มมีพัฒนาการกล้ามเนื้อมัดเล็กที่แข็งแรงมากขึ้น จะสามารถคว้าของมือเดียวได้ หรือสลับมือถือของได้ ส่วนกล้ามเนื้อมัดใหญ่เด็กจะเริ่มพลิกคว่ำพลิกหงาย จะเคลื่อนไหวได้คล่องขึ้น อยากรู้ อยากเห็น และสนใจสิ่งรอบตัวมากขึ้น เด็ก 6 เดือน จะอยากหยิบจับของทุกอย่าง ลูกอาจมีอาการคันเหงือกเพราะฟันน้ำนมกำลังจะขึ้น อาจทำให้ลูกหยิบจับสิ่งของเข้าปากมากขึ้นกว่าเดิม



พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ด้านการเคลื่อนไหว

พัฒนาการทางด้านร่างกายและเคลื่อนไหวของเด็ก 6 เดือนนั้น มีดังนี้

- สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะ ตั้งศีรษะหนึ่ง คอไม่อ่อนพับไปมา
- ลูกจะสามารถเอื้อมมือหยิบของเล่นได้เมื่อนอนหงาย อาจใช้มือหรือนิ้วตึงสิ่งของเข้ามาหาตัว รวมทั้งถือสิ่งของและเปลี่ยนมือที่ใช้ถือได้
- นั่งได้มั่นคงขึ้น เริ่มจะนั่งได้โดยไม่ต้องประคองจับ แต่ก็ยังคงต้องระวังอยู่ เพราะเด็กอาจล้มขณะนั่งได้
- สามารถยันตัวจากท่านอนคว่ำโดยเหยียดแขนตรงทั้ง 2 ข้างได้ เริ่มพลิกตัวได้ทั้งสองด้าน และใช้ขาถีบพื้นเมื่อเท้าของเขายู่บนพื้นแข็ง และเริ่มโยกตัวไปมา

พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ด้านการสื่อสาร

พัฒนาการด้านภาษาและการสื่อสารของเด็ก 6 เดือนนั้น มีดังนี้

- ลูกจะเริ่มจำชื่อตัวเองได้และตอบสนอง หันตามเมื่อมีคนเรียก
- ลูกจะสามารถออกเสียงแบบ ผสมเสียงสระเข้าด้วยกัน และชอบออกเสียงเหล่านั้นโต้ตอบกับคุณพ่อคุณแม่ เริ่มทำเสียงพยางค์เดียวได้เช่น หม่า ป๊ะ

- ส่งเสียงตอบต่อเสียงที่ได้ยิน หรือเลียนแบบการเล่นทำเสียงได้ ลูกจะเลียนแบบการเล่นปาก เล่นเสียง เช่น จู๊ปปาก เป๊าะปากได้
- ถ้าพูดกับลูกพร้อมของเล่น ลูกจะสามารถมองและพูดกับคุณพ่อคุณแม่ได้นานขึ้น ประมาณ 1 นาที จะส่งเสียงที่สื่อถึงอารมณ์ดีและไม่ดีได้

พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ด้านการเรียนรู้

พัฒนาการด้านสมองและการเรียนรู้ของเด็ก 6 เดือนนั้น มีดังนี้

- เจ้าตัวน้อยเริ่มอยากรู้อยากเห็น ลูกเริ่มจะมองวัตถุใกล้ตัวและพยายามคว้าสิ่งของ
- ย้ายสิ่งของจากมือข้างหนึ่งไปอีกข้างหนึ่งได้ และชอบเอาของเข้าปาก
- เริ่มแยกแยะระหว่างใบหน้าที่คุณเคยและคนแปลกหน้าได้

พัฒนาการเด็ก 6 เดือน ด้านอารมณ์

พัฒนาการด้านอารมณ์และการแสดงความรู้สึกของเด็ก 6 เดือนนั้น มีดังนี้

- ลูกมักจะมีความสุขและตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่น อาจยิ้ม หัวเราะ หรือเปล่งเสียงสั้น ๆ ได้
- ลูกจะสนุกกับการเล่นกับคุณพ่อคุณแม่และคนอื่น ๆ ได้มากขึ้น รวมถึงสนุกกับการมองตัวเองในกระจกเงาด้วย
- ลูกอาจแสดงท่าทางหวาดกลัวเมื่ออยู่กับคนแปลกหน้าหรือเมื่อเจอสถานการณ์ใหม่ ๆ
- ลูกอาจตกใจเมื่อได้ยินเสียงดัง หรือร้องไห้เมื่อรู้สึกกลัวอีกด้วย

สิ่งที่พ่อแม่ควรระมัดระวัง ในการเลี้ยงทารก 6 เดือน

- ระมัดระวังคำพูด ท่าทาง และอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

เพราะในวัยนี้ลูกจะเรียนรู้และจดจำพฤติกรรมของคนใกล้ชิด คุณพ่อคุณแม่จึงควรระมัดระวังคำพูด การแสดงออกด้วยท่าทางต่าง ๆ รวมถึงการแสดงออกทางสีหน้าด้วย เพราะลูกอาจจะเลียนแบบสิ่งที่ไม่เหมาะสมได้

- จัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านให้ปลอดภัย

เพื่อให้เหมาะสมและกระตุ้นการคลานของลูก ควรเก็บของเล่นที่มีขนาดเล็กให้อยู่ห่างจากเด็กทารกวัยนี้ เพราะลูกน้อยอาจหยิบของเข้าปากจนอาจทำให้สำลักหรือเป็นอันตรายได้

- ไม่ควรให้ลูกทานอาหารที่ย่อยยาก

รวมถึงไม่ควรให้ลูกลองกินอาหารหลายอย่างพร้อมกัน หากลูกไม่ยอมกินอาหารชนิดใด ก็ไม่ควรบังคับแต่ควรรอ 2-3 วัน จึงค่อยลองป้อนอีกครั้ง หากลูกเคยมีอาการแพ้หลังจากให้ลองกินอาหารชนิดแรก หรือใช้วิธีจัดบันทึกอาหารที่ให้ลูกลองกินไว้ด้วย เพราะหากเกิดอาการผิดปกติ อาจทำให้หาสาเหตุได้ง่ายขึ้น

เคล็ดลับเสริมสร้างพัฒนาการทารก 6 เดือน

- หัดให้ลูกน้อยทานอาหารเสริมจากนมแม่

โดยเฉพาะผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์และธัญพืชบดละเอียด โดยเบื้องต้นควรเริ่มทีละอย่าง เพื่อให้ร่างกายลูกปรับสภาพการย่อย และลดความเสี่ยงการเกิดการแพ้อาหาร

- สอนให้เข้าใจการแสดงความรู้สึกต่าง ๆ

เพื่อให้ลูกเรียนรู้การตอบสนองต่ออารมณ์ต่าง ๆ อย่างถูกต้อง เช่น เวลาสนุกให้ตบมือ เวลากลัวให้ปิดตา

- เรียกชื่อลูกบ่อย ๆ

การเรียกชื่อบ่อย ๆ เพื่อให้ลูกจดจำชื่อของตัวเองได้ และให้เขาได้เรียนรู้ว่าควรตอบสนองเมื่อได้ยินเสียงเรียกชื่อ

- ฝึกให้ลูกได้ใช้กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ

วัยนี้เป็นวัยที่ควรส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายผ่านการเล่นกับลูก เช่น ชูของเล่นในที่สูง ให้ลูกพยายามคว้า เพื่อกระตุ้นให้ลูกใช้กล้ามเนื้อทั้งมัดเล็กและมัดใหญ่ หรือวางของเล่นให้ไกลเกินกว่าลูกจะเอื้อมมือถึง เพื่อกระตุ้นให้เจ้าตัวน้อยหัดคลาน

- อ่านหนังสือนิทานให้เด็กฟังก่อนนอน

เพื่อช่วยให้ลูกเรียนรู้ด้านภาษา เล่นจ๊ะเอ๋ หรือกิจกรรมที่คล้ายกัน เพื่อสอนให้ลูกรู้ว่าสิ่งของต่าง ๆ ยังคงมีอยู่ไม่ได้หายไปไหน แม้จะไม่เห็นในขณะนั้นก็ตาม

จะเห็นได้ว่าในช่วง 6 เดือนนี้ ลูกจะมีพัฒนาการทุก ๆ ด้านมากขึ้น การส่งเสริมพัฒนาการทารกให้ลูกในช่วงนี้จึงสำคัญไม่แพ้ช่วงอื่น ๆ แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องมีเรื่องที่ต้องระมัดระวังด้วยเช่นกัน คุณพ่อคุณแม่จึงควรค่อย ๆ ส่งเสริมพัฒนาการให้รอบด้าน รวมถึงส่งเสริมเรื่องโภชนาการด้วย เพราะช่วงนี้เป็นมือแรกที่ลูกจะได้ประโยชน์จากนมแม่ และอาหารตามวัย แต่ควรเสริมอย่างค่อยเป็นค่อยไปเพื่อให้ลูกได้เรียนรู้และปรับตัวไปตามวัยด้วยเช่นกัน

บทความแนะนำสำหรับพัฒนาการลูกน้อย

- พัฒนาการเด็ก 1 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 2 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก

- พัฒนาการเด็ก 3 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 4 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 5 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 6 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 7 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 8 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 9 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 10 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 11 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 1 ขวบ พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก

อ้างอิง:

1. พัฒนาการของลูกน้อยเมื่ออายุ 6 เดือน, Unicef
2. คู่มือส่งเสริมพัฒนาการเด็กแรกเกิด - 5 ปีสำหรับผู้ปกครอง, กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
3. พัฒนาการเด็กแรกเกิด - 1 ปี และวิธีเสริมพัฒนาการเด็ก ที่พ่อแม่ต้องรู้, โรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ
4. เด็กทารกวัย 6 เดือน กับพัฒนาการการเจริญเติบโต, Pobpad
5. พัฒนาการของเด็กตามช่วงวัย, โรงพยาบาลเปาโล
6. ตารางพัฒนาการเด็กปฐมวัย, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์

อ้างอิง ณ วันที่ 19 มกราคม 2567

คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์