



เทคนิคพัฒนาสมอง เสริมสร้างศักยภาพ ให้ลูกน้อยฉลาด พร้อมเรียนรู้

ภาษา

เทคนิคพัฒนาสมอง เสริมสร้างศักยภาพให้ลูกน้อยฉลาด พร้อมเรียนรู้

รวมบทความเกี่ยวกับ แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน ตัวช่วยพัฒนาสมอง

บทความ

ส.ค. 5, 2022

สมองของลูกน้อยมีพัฒนาการ ตลอดเวลาตั้งแต่อยู่ในท้องของคุณแม่ และเมื่อคลอดออกมาแล้ว คุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยกระตุ้นให้ลูกน้อยฉลาดอย่างเต็มศักยภาพตั้งแต่แรกเกิด โดยเริ่มได้ง่ายๆ จากการให้นมแม่ เพราะ นมแม่ มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด รวมไปถึง สารอาหารที่มีส่วนช่วยสร้างสารสื่อประสาท และ ช่วยให้การส่งสัญญาณประสาทในสมองไวขึ้นอย่าง แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน และ สารอาหารสำคัญในการพัฒนาสมอง เช่น DHA ARA

วันนี้ เรามี เทคนิคพัฒนาสมองลูกน้อย มาฝาก อยากรู้ ไปดูเลยค่า

เทคนิคพัฒนาสมองของลูกน้อย

เริ่มตั้งแต่เรื่องง่าย ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานของเด็ก ไปจนถึงฝึกให้ลูกน้อยเรียนรู้ด้วยตัวเอง ดังนี้

1. เลือกอาหารที่มีโภชนาการเหมาะสม เสริมสร้างพัฒนาการทางสมอง เริ่มตั้งแต่ การให้นมแม่ และเมื่อถึงวัยที่เสริมอาหารได้ ควรเลือกอาหารที่ให้สารอาหารที่มีส่วนช่วยในการพัฒนาสมอง อาทิ DHA ARA ไอเมก้า 3 6 9 ธาตุเหล็ก โคลีน แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน วิตามิน B12 โปรตีน

2. เช็คพฤติกรรมนอน ให้ลูกนอนหลับสนิท นอนให้เพียงพอ ตามเวลาที่เหมาะสม
3. เล่นกับลูกบ่อย ๆ เพราะ คุณพ่อ คุณแม่ คือ ของเล่นของลูกที่ดีที่สุด
4. อ่านหนังสือกับลูก
5. ชวนลูกพูดคุย หรือเล่นดนตรีกับลูก
6. ให้ลูกเล่นของเล่นที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ ตามช่วงวัย
7. ลดเวลาดูจอ ทั้งจอมือถือ และ โทรทัศน์
8. เสริมการเรียนรู้นอกรบ้าน การเรียนรู้แบบนอกรอบ
9. ให้ลูกเรียนรู้มากกว่าเพียงแค่จดจำ



ยังมีอีกหลายวิธี ที่คุณพ่อคุณแม่จะช่วยปลดล็อคขีดจำกัด เสริมศักยภาพ พัฒนาสมองลูกน้อย ให้คิดเร็ว ฉลาด เรียนรู้ไว แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างดี มีพัฒนาการสมวัย โดยเริ่มจากความรัก ความใส่ใจ เพื่อให้ลูกรักเติบโตอย่างแข็งแรง ให้การเรียนรู้ของเขาพุ่งไปข้างหน้า ก้าวข้ามกรอบ

แบบเดิมๆ เพื่อปรับตัวให้ทันกับยุคสมัย และอนาคตที่กำลังเปลี่ยนไป

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

สนใจ เทคนิคสร้างสมองพร้อมเรียนรู้รอบนอกกรอบ คลิก!

