

การฝึกการแต่งกาย สำหรับเด็กกลุ่มอาการดาวน์

เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเป็นเด็กที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในเรื่องทักษะการช่วยเหลือตนเอง ซึ่งเป็นความสามารถที่ผสมผสานจากทักษะการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายระหว่างมือและตา

การจัดกิจกรรมประจำวัน กำหนดกิจกรรมประจำวันว่า สิ่งใดที่เหมาะสมกับความสามารถของเด็ก เพราะเด็กแต่ละคน ความสามารถไม่เหมือนกัน ไม่ว่าจะเป็นการแต่งกาย การกิน การอาบน้ำ จึงควรมีการจัดการวางแผนให้เหมาะกับเด็กแต่ละคน



การฝึกทักษะในการแต่งกาย ควรเริ่มจากการฝึกดังต่อไปนี้

1. การติดกระดุม
2. การรูดชิป
3. การสวมเสื้อให้ตุ๊กตา
4. การสวมเสื้อคอกลม
5. การสวมเสื้อมีกระดุม
6. การสวมเสื้อมีซิปป
7. การสวมกางเกง
8. การถอดกางเกง
9. การถอดถุงเท้า
10. การใส่รองเท้า



วิธีการฝึกทักษะในการแต่งกาย

1. วิธีการถอดเสื้อคอกลม

- ใช้นิ้วมือขวาจับแขนเสื้อด้านซ้ายออกจากแขนเสื้อ
- ใช้นิ้วมือซ้ายจับแขนเสื้อด้านขวา ดึงแขนขวาออกจากแขนเสื้อ
- ใช้นิ้วมือทั้งสองข้าง จับตัวเสื้อยกขึ้นถอดออกจากศีรษะ

2. วิธีการใส่เสื้อคอกลมและเสื้อผ่าหน้า

- สอดแขนขวาเข้าไปในแขนเสื้อด้านตรงกัน แล้วสอดแขนซ้าย
- เอื้อมมือไปเปิดชายเสื้อ
- สอดแขนเข้าไปในแขนเสื้อด้านตรงกัน แล้วสอดแขนซ้าย
- ใช้นิ้วมือทั้งสองข้างจับตัวเสื้อ ยกเสื้อขึ้นสวมศีรษะ



3. วิธีการถอดกางเกง

- ใช้มือจับบริเวณกางเกง ดึงกางเกงลงให้พื้นกันและสะโพก
- ยกขาข้างหนึ่งให้งอเข้า ดึงกางเกงให้หลุด ทำวิธีการเดียวกันกับขาอีกข้าง

4. วิธีการใส่กางเกง

- ม้วนขากางเกงขึ้น แล้วจับรวบเข้ากับขอบเอว สอดเท้าขวาวเข้าไปให้เท้าโผล่พ้นชายกางเกง สอดขาอีกข้างหนึ่งด้วยวิธีเดียวกัน
- ใช้มืองัดขอบกางเกงขึ้นมา จนถึงกึ่งกางตันขา
- ดึงขอบกางเกงขึ้นมาที่เอว



การแต่งกายเป็นสิ่งจำเป็นในการพัฒนาศักยภาพความสามารถของเด็กกลุ่มอาการดาวน์ ให้เด็กนั้นได้ช่วยเหลือตนเองได้ได้มากที่สุด ถึงบุคคลทั่วไปอาจจะไม่เข้าใจและมองข้ามการฝึกเด็กกลุ่มนี้ไป แต่สำหรับเด็กกลุ่มอาการดาวน์นี้ไม่ใช่เรื่องที่ยิ่งมองข้ามแต่กลับเป็นเรื่องที่สำคัญมากเพราะต้องหาแนวทางการศึกษาพัฒนาคนทำให้เด็กกลุ่มนี้มีพัฒนาการที่ก้าวหน้าและดีขึ้นตามลำดับของสมรรถภาพศักยภาพความสามารถของเด็กแต่ละบุคคล



เอกสารอ้างอิง.....

- พัฒนาการเด็กในด้านต่าง ๆ ตั้งแต่แรกเกิด- 5 ขวบ (สถาบันแห่งชาติเพื่อพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล)



การฝึกการแต่งกาย สำหรับเด็กกลุ่มอาการดาวน์



ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตการศึกษา 4
สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ