

รู้ไหม

เด็กก็มีสิทธิเล่น!

รู้ไหมว่าเด็กทุกคนมีสิทธิเล่น อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ในข้อที่ 31 ระบุว่า "เด็กจะมีการพักและเวลาพักผ่อน การเข้าร่วมกิจกรรม การละเล่น สันทนาการที่เหมาะสมตามวัยของเด็ก และการมีส่วนร่วมอย่างเสรีในทางวัฒนธรรมและศิลปะ"

การเล่นเป็นสิทธิเด็กที่สำคัญ เนื่องจากมีผลต่อการเติบโต และพัฒนาทั้งร่างกายและจิตใจของเด็ก ช่วยให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย ได้ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เรียนรู้สิ่งใหม่ เราจึงควรทำความเข้าใจถึงสิทธินี้ เพื่อไม่ให้มีการละเมิดสิทธิของเด็ก และเคารพกับสิทธิของเด็กให้มากยิ่งขึ้น ด้วยการสนับสนุนให้เด็กๆ ได้เล่น ดังนี้



มีเวลาเล่น

เด็กควรได้รับเวลาที่เพียงพอในการเล่น และพักผ่อน ผู้ปกครองควรเปิดโอกาสให้เด็กได้มีเวลาเล่นในแต่ละวันอย่างเหมาะสม จะส่งผลดีต่อพัฒนาการทั้งกายและจิตใจของเด็ก



ได้เลือกกิจกรรมและการเล่น

เด็กควรได้รับสิทธิในการเลือกเล่นกิจกรรมที่เหมาะสม และตามความสนใจ ด้วยตนเองจะช่วยในการพัฒนาทักษะต่างๆ เช่น การทำงานเป็นทีม การแก้ปัญหา และการคิดสร้างสรรค์ผ่านการเล่น



มีพื้นที่เล่น

มีพื้นที่ที่ปลอดภัยและมีอุปกรณ์การเล่นที่เหมาะสม เพื่อให้เด็กได้สนุกสนาน สามารถเคลื่อนไหวได้อย่างอิสระ และสร้างความปลอดภัยสำหรับเด็ก



ได้เล่นกับเพื่อน

ให้เด็กได้เข้าร่วมกิจกรรม หรือเล่นกับเพื่อน ช่วยให้เด็กสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข และเติบโตได้อย่างมีคุณภาพ ทั้งยังช่วยสร้างทักษะสังคม และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น



เล่นเพื่อการเรียนรู้

การเล่นของเด็ก คือการเรียนรู้สิ่งใหม่ที่อยู่รอบตัว การปล่อยให้เด็กได้เล่นอย่างสนุกสนาน อิสระ ได้ทดลองสิ่งใหม่ๆ จะทำให้เด็กได้เรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผู้ปกครองควรให้การดูแลเด็กบนพื้นฐานของการเคารพในสิทธิเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นอย่างอิสระ ปลอดภัย เหมาะสมกับช่วงวัย เพื่อส่งเสริมการเจริญเติบโตตามวัย



อินโฟกราฟิก : มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

โทร : 02-412-0739

เว็บไซต์ : www.thaichildrights.org



 **Partage**
avec les enfants du monde

Did you know children have a right to play?

Did you know? The United Nations Convention on the Rights of the Child, article 31 explains that **'the right of the child to rest and leisure, to engage in play and recreational activities appropriate to the age of the child and to participate freely in cultural life and the arts.'**

Play is an important right for children as it has an impact on their physical and mental growth and development. Through play, children can engage in physical activity, experience happiness, interact with others, and learn new things. Therefore, we should understand and respect this right to promote a greater respect for their rights.

 **To support children's right to play, we should**



Allow playtime

Children should have sufficient time for play and relaxation. Parents or guardians should provide opportunities for children to have appropriate playtime each day, as it has a positive impact on their overall development, both physically and mentally.



Choose their own activities

Children should have the right to choose activities and play that are suitable for their age, abilities, and interests. Proper play can help develop various skills, such as teamwork, problem-solving, and creativity.



Create play spaces

Safe play spaces and access to suitable play equipment should be provided to allow children to have fun, move freely, and ensure their safety.



Play with their friends

When children participate in activities or play with friends, it helps build social skills and positive relationships with others. Families should provide opportunities for children to interact with others and engage in age-appropriate activities with friends, enabling them to lead a happy and quality life.



Play for learning

Children's play is a means of learning new things that are present in their surroundings. Allowing children to play freely, experiment, and try new things enhances their learning effectively.

Promoting children's right to play enhances the development of a wide range of skills, encompassing physical, emotional, intellectual, and social aspects. It is essential for parents or guardians to acknowledge and respect their fundamental rights by ensuring they have opportunities to engage in play freely, safely, and in a manner suitable for their age.



Infographic: by The Center for the Protection of Children's Rights Foundation (CPCR)
Tel: +662 412 0739
Website: www.thaichildrights.org



 **Partage**
avec les enfants du monde