



โมเดลการบริหารการจัดการสุขภาวะที่ดี ของนักเรียนโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม **PAYOM Model**



โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพัทลุง เขต ๑
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

แบบเสนอนวัตกรรมเพื่อสุขภาวะที่ดีของนักเรียน

สำนักงานกองทุนเพื่อโครงการอาหารกลางวัน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

ชื่อนวัตกรรม : โมเดลการบริหารจัดการสุขภาวะที่ดีของนักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม
(PAYOM Model)

ข้อมูลทั่วไป

1. ชื่อสถานศึกษา :โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม.....

สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพัทลุง เขต 1ตำบลป่าพะยอม.....

อำเภอป่าพะยอม.....จังหวัดพัทลุง.....

รหัสไปรษณีย์.....93210.....โทรศัพท์หน่วยงาน.....074-841277.....โทรสาร...074-841277....

2. ชื่อผู้อำนวยการสถานศึกษา....นายภักดี....จำนงค์.....โทรศัพท์มือถือ....080-701-9856.....

E-mailpakdee.ja@obec.moe.go.th.....

3. ผู้รับผิดชอบโครงการ...ว่าที่ร้อยตรีหญิงนิสาชล....วิสัยพงศ์.....โทรศัพท์มือถือ....093-669-3624....

E-mail.....chol_nisa@hotmail.com.....

4. การได้รับการจัดสรรเงินดอกผลจากกองทุนเพื่อโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนประถมศึกษา

☐ เคย ปี พ.ศ.

☒ ไม่เคย

คำนำ

แบบรายงานนวัตกรรม โมเดลการบริหารจัดการสุขภาวะที่ดีของนักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม (PAYOM Model) จัดทำขึ้นตามโครงการพัฒนานวัตกรรมเพื่อสุขภาวะที่ดีของนักเรียนของสำนักงานกองทุนเพื่อโครงการอาหารกลางวัน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

เอกสารฉบับนี้ประกอบด้วย แบบเสนอนวัตกรรมเพื่อสุขภาวะที่ดีของนักเรียน ความสำคัญหรือผลงานของนวัตกรรมที่นำเสนอ วัตถุประสงค์และเป้าหมายของการดำเนินงาน กระบวนการออกแบบผลงานหรือขั้นตอนการดำเนินงาน ผลการดำเนินงาน ผลสัมฤทธิ์ และประโยชน์ที่ได้รับ ปัจจัยความสำเร็จ การเผยแพร่ผลงาน และเอกสารอ้างอิง

หวังเป็นอย่างยิ่งว่าแบบรายงานเล่มนี้คงเป็นประโยชน์แก่คณะกรรมการในการพิจารณาคัดเลือกผลงาน ผู้สนใจ และผู้ที่เกี่ยวข้องได้เป็นอย่างดี

โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ชื่อนวัตกรรม	1
1. ความสำคัญของผลงาน หรือ นวัตกรรมที่น่าสนใจ	1
2. วัตถุประสงค์และเป้าหมายของการดำเนินงาน	2
3. กระบวนการออกแบบผลงาน หรือ ขั้นตอนการดำเนินงาน	2
3.1 การออกแบบผลงาน นวัตกรรม	2
3.2 การดำเนินงานตามกิจกรรม	3
3.3 ประสิทธิภาพของการดำเนินงาน	6
3.4 การใช้ทรัพยากร	6
4. ผลการดำเนินงาน ผลสัมฤทธิ์ และประโยชน์ที่ได้รับ	7
4.1 ผลที่เกิดตามวัตถุประสงค์และเป้าหมาย	7
4.2 การแก้ปัญหาภาวะทุพโภชนาการ	7
4.3 ประโยชน์ที่ได้รับ	7
5. ปัจจัยความสำเร็จ	8
6. การเผยแพร่ผลงาน	8
อ้างอิง	
ภาคผนวก	

โมเดลการบริหารจัดการสุขภาวะที่ดีของนักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม (PAYOM Model)

การส่งเสริมและพัฒนาสุขภาวะที่ดีนั้น อาจทำได้หลากหลายวิธีการ การสร้างนวัตกรรมเป็นวิธีการหนึ่งซึ่งช่วยในการบริหารจัดการให้เกิดการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบและมีประสิทธิภาพ

1. ความสำคัญของผลงานหรือนวัตกรรมที่นำเสนอ

ตามบทบัญญัติ ใน มาตรา ๗ แห่งพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๒ แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๔๕ และ (ฉบับที่ ๓) พ.ศ. ๒๕๕๓ กำหนดว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ประกอบกับ วิสัยทัศน์ของโรงเรียน ที่กำหนดไว้ตอนหนึ่ง ว่า “..ผู้เรียนมีคุณภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน” ซึ่งมาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐานเพื่อการประกันคุณภาพภายในของสถานศึกษา โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2561 มาตรฐานที่ 1 คุณภาพของผู้เรียน 1.2 คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้เรียน ประเด็นพิจารณาที่ 4) สุขภาวะทางร่างกาย และจิตสังคม (โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม : 2561) การส่งเสริมสุขภาพจึงเป็นภารกิจสำคัญที่โรงเรียนจะต้องดำเนินการให้บรรลุตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ วิสัยทัศน์ของโรงเรียน เพราะการเสริมสร้างสุขภาพกับการศึกษา เป็นสิ่งที่จะต้องดำเนินการควบคู่กันไป การพัฒนาเด็กและเยาวชนจึงอยู่ที่กระบวนการจัดการศึกษาและการสร้างสุขภาพ ภายใต้ความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง นับตั้งแต่ระดับครอบครัว โรงเรียน ชุมชนและองค์กรในท้องถิ่น ซึ่งจะต้องมีการประสานความร่วมมือ ประสานประโยชน์ที่เอื้อต่อการพัฒนาเด็กให้มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขและปลอดภัย

จากรายงานสรุปผลภาวะโภชนาการของโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม เมื่อสิ้นปีการศึกษา 2562 จากระบบจัดเก็บข้อมูลนักเรียนรายบุคคล (DMC) พบว่า นักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 5.90 นักเรียนที่มีส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 3.73 และนักเรียนที่มีน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 23.33 (ข้อมูล ณ วันที่ 30 เมษายน 2563) จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า นักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการ ด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ค่อนข้างสูง และจากข้อมูลปัจจัยพื้นฐานนักเรียนยากจน พบว่านักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 7.35 ของจำนวนนักเรียนทั้งหมด ดังนั้นการออกแบบนวัตกรรมเพื่อพัฒนาสุขภาวะที่ดีของนักเรียนจึงมีความสำคัญและจำเป็นที่โรงเรียนจะต้องดำเนินการอย่างเร่งด่วน ด้วยเหตุนี้โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอมจึงกำหนดให้มี PAYOM MODEL เพื่อพัฒนานักเรียนดังกล่าว

2. วัตถุประสงค์และเป้าหมายของการดำเนินงาน

2.1 วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้นักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีความรู้ความเข้าใจและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ
- 2) เพื่อให้นักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีจำนวนลดลง
- 3) เพื่อส่งเสริมความร่วมมือระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง ชุมชนและองค์กรในท้องถิ่น ให้มีบทบาทร่วมกันพัฒนาสุขภาพของนักเรียนให้ดีขึ้น

เป้าหมาย

เชิงปริมาณ

- 1) ร้อยละ 50 ของนักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีความรู้ความเข้าใจและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับดีขึ้นไป
- 2) ร้อยละ 10 นักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีจำนวนลดลง
- 3) มีชุมชน องค์กรในท้องถิ่นให้ ความร่วมมือกับโรงเรียน ในการพัฒนาสุขภาพที่ดีของนักเรียน อย่างน้อย 2 หน่วยงาน

เชิงคุณภาพ

- 1) นักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีความรู้ความเข้าใจและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในทางที่ดีขึ้น
- 2) นักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ พัฒนาตัวเองให้มีน้ำหนักตามเกณฑ์มาตรฐาน
- 3) ผู้ปกครอง ชุมชนและองค์กรในท้องถิ่นให้ ความร่วมมือกับโรงเรียน ในการพัฒนาสุขภาพที่ดีของนักเรียน

3. กระบวนการออกแบบผลงานหรือขั้นตอนการดำเนินงาน

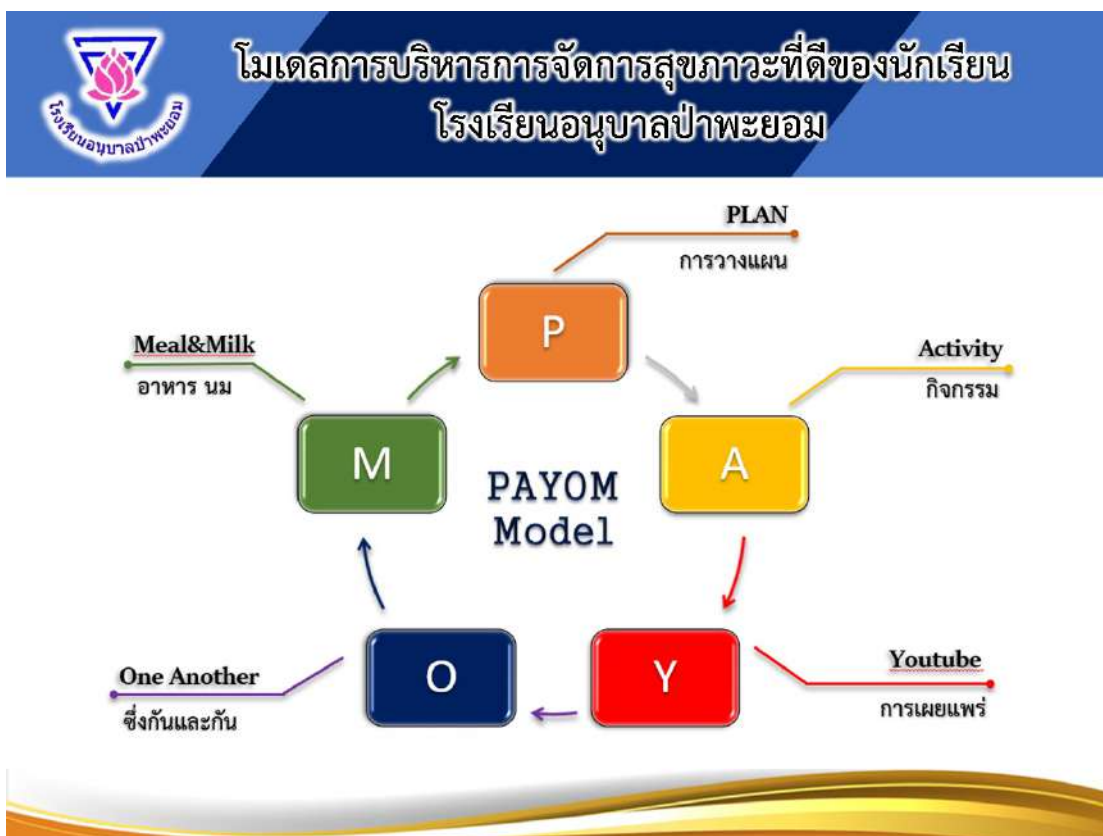
การนำรูปแบบ PAYOM Model ของโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม เพื่อสร้างสุขภาพที่ดีให้นักเรียน ได้ดำเนินการดังนี้

3.1 การออกแบบผลงาน นวัตกรรม

จากสภาพปัญหาและความต้องการในการพัฒนานักเรียนที่มีน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ของโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม คณะทำงานด้านสุขภาพได้ร่วมกันศึกษาพบว่า การสร้างเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนที่มีภาวะอ้วน ต้องการมีส่วนร่วมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทั้งการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย โดยเริ่มต้นตั้งแต่ในโรงเรียน ซึ่งผู้บริหาร ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้อง ที่มี

ความรู้ ความเข้าใจ ความตระหนักและเห็นความสำคัญในการสร้างเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียน จะสามารถแก้ไขปัญหาเด็กอ้วนในโรงเรียนได้ (รำไพ หมั่นสระเกษ : 2563)

จากหลักการดังกล่าว จึงได้ออกแบบนวัตกรรม โมเดลการบริหารการจัดการสุขภาวะที่ดีของนักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม PAYOM Model



3.2 การดำเนินงานตามกิจกรรม

โรงเรียนได้นำโมเดลการบริหารการจัดการสุขภาวะที่ดีของนักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม PAYOM Model มาใช้เพื่อสร้างสุขภาวะที่ดีให้นักเรียน โดยดำเนินการตามขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

1. การวางแผนดำเนินงาน (Plan : P) มีดังนี้ (เอกสารประกอบหน้าที่ 30)

1.1 จัดประชุมคณะครูและบุคลากรทางการศึกษาในโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอมทุกคน เพื่อชี้แจงสภาพปัญหาภาวะทุพโภชนาการของนักเรียนและวัตถุประสงค์ของการดำเนินกิจกรรม

1.2 แต่งตั้งคณะทำงานเพื่อรับผิดชอบในการดำเนินการจัดกิจกรรม

1.3 จัดประชุมคณะกรรมการเพื่อกำหนดแผนการจัดกิจกรรมและกำหนดวิธีการประเมินผล สรุปรายงานผลการดำเนินงานและเผยแพร่

2. กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity : A) โรงเรียนได้ดำเนินการกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับนักเรียนทุกคน โดยเน้นนักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ ดังนี้ (เอกสารประกอบหน้าที่ 31-40)

2.1 กิจกรรมลดและป้องกันภาวะอ้วน เป็นกิจกรรมที่โรงเรียนได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากองค์การบริหารส่วนตำบลป่าพะยอม ในการดำเนินกิจกรรมตามโครงการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนปลอดภัยทางไกลโรค รายละเอียดกิจกรรมประกอบด้วย กิจกรรมให้ความรู้เรื่องการบริโภคอาหารแก่นักเรียนที่อ้วนและเริ่มอ้วน

- ให้นักเรียนที่อ้วนทำแบบบันทึกการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และน้ำหนัก-ส่วนสูง

- ให้นักเรียนออกกำลังกายโดยการ เล่นฮูล่าฮูป กระโดดเชือก และการบิดหมุนสะเอว ฯลฯ ในเวลาหลังเลิกเรียน

- ติดตามและสรุปผลการบันทึกของนักเรียน

2.2 กิจกรรมขยับกาย ขยายสมอง เป็นกิจกรรมที่จัดให้นักเรียนได้บริหารร่างกาย โดยใช้ท่าทางประกอบบทเพลง ทำนอง จังหวะ ที่สนุกสนาน เพื่อให้ร่างกายของนักเรียนมีความพร้อมส่งผลให้สมองทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งจะเรียนรู้ โดยจัดกิจกรรม ดังนี้

- จัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายทุกวันตอนเช้าในกิจกรรมหน้าเสาธง ก่อนเข้าห้องเรียน

- นักเรียนบริหารร่างกายด้วยท่ากายบริหารพื้นฐาน ท่าแบบบาสโลบ โนราห์บิก บ็อกซิ่งแดนซ์ และท่าทางทางนาฏศิลป์มาประยุกต์ใช้ ฯลฯ

2.3 การทดสอบสมรรถภาพนักเรียน โรงเรียนจัดให้มีการทดสอบสมรรถภาพของนักเรียนทุกคนปีละ 1 ครั้ง ดังนี้

- ป.1-3 ทดสอบ ยืนกระโดดไกล ลูกนั่ง ดันพื้น วิ่งเก็บของ วิ่ง 50 เมตร

- ป.4-6 ทดสอบ วิ่งเร็ว 50 เมตร ยืนกระโดดไกล แร่งปีบมือที่ถนัด ลูกนั่ง ดึงข้อราวเดียว วิ่งเก็บของ วิ่งทางไกล งอตัวข้างหน้า

2.4 การส่งเสริมทางด้านกีฬา ศิลปะ ดนตรี นาฏศิลป์ โรงเรียนมีการสำรวจความสนใจและความสามารถพิเศษของนักเรียน

- จัดตั้งชุมนุมต่าง ๆ เช่น ชุมนุมกีฬาฟุตบอล ชุมนุมกีฬาวอลเลย์บอล ชุมนุมศิลปะ ประดิษฐ์ ชุมนุมลีลาสะบัดฟ้อน ฯลฯ

- ฝึกฝนนักเรียนทางด้านกีฬา ศิลปะ ดนตรี และนาฏศิลป์ ส่งเข้าประกวด แข่งขัน ได้รับรางวัลต่าง ๆ

- พานักเรียนที่มีความสามารถกีฬา ศิลปะ ดนตรี นาฏศิลป์ ไปเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชน

3. ยูทูบ เว็บไซต์ชื่อดังที่สามารถแลกเปลี่ยนภาพ วิดีโอ ข้อมูล คลิปสั้นยาวได้ (Youtube : Y) โรงเรียนเห็นความสำคัญของสื่อออนไลน์ในการค้นคว้าและเผยแพร่ข้อมูลได้อย่างทั่วถึงและรวดเร็ว (เอกสารประกอบหน้าที่ 41)

- นักเรียนศึกษาค้นคว้าข้อมูล และวิธีการในการสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้แก่ ตัวเอง เพื่อน และครอบครัว

- นักเรียนสามารถดูตัวอย่างขั้นตอนและเลียนแบบการทำกิจกรรมส่งเสริมสุข ภาวะที่ ดีได้

- ทำสื่อเพื่อเผยแพร่การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ผ่านทางช่องยูทูบ

4. การช่วยเหลือซึ่งกันและกันของผู้บริหาร ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และหน่วยงาน อื่น ๆ (One Another : O) ผู้บริหาร ครู และบุคลากรทางการศึกษา นักเรียน ผู้ปกครอง ผู้นำท้องถิ่น เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และหน่วยงาน อื่น ๆ ได้ประสานงานและร่วมมือซึ่งกันและกัน ในทุก ๆ ด้าน เพื่อส่งเสริมสุขภาวะที่ดีของนักเรียน (เอกสารประกอบหน้าที่ 42-45)

- ผู้บริหารเห็นความสำคัญร่วมวางแผนและกิจกรรมในการส่งเสริมสุขภาวะที่ดี

- ครูร่วมกันออกแบบกิจกรรมและร่วมปฏิบัติกิจกรรมกับนักเรียน

- นักเรียนศึกษาค้นคว้าและนำความรู้ที่ได้มาปฏิบัติร่วมกัน ช่วยดูแล แนะนำกัน

- ผู้ปกครองได้ดูแลพฤติกรรมมารับประทานอาหารที่ดี ไม่ส่งเสริมให้นักเรียน รับประทานอาหารที่ส่งผลให้เกิดภาวะทุพโภชนาการ

- องค์การบริหารส่วนตำบลจัดสรรงบประมาณในการช่วยส่งเสริมสุขภาพนักเรียน

- โรงพยาบาลมีโครงการและจัดส่งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมาดูแลด้านสุขภาพ นักเรียน

5. อาหารกลางวัน อาหารเสริมนม (Meal and Milk : M) โรงเรียนได้จัดอาหารกลางวัน ให้แก่นักเรียน เน้นให้นักเรียนทุกคนได้รับสารอาหารครบถ้วนถูกต้องตามหลักโภชนาการ โดยใช้ โปรแกรม thai school lunch เพื่อช่วยในการจัดการสารอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ และให้นักเรียนดื่ม อาหารเสริมนม เพื่อส่งเสริมสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์ แข็งแรงและมีน้ำหนักส่วนสูงเป็นไปตาม เกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย จัดให้มีกิจกรรมดังนี้ (เอกสารประกอบหน้าที่ 46-47)

- จัดรายการอาหารกลางวันให้มีคุณค่าทางโภชนาการครบ 5 หมู่ นักเรียนที่มี น้ำหนัก ต่ำกว่าเกณฑ์ สามารถดื่กอาหารเพิ่มได้

- จัดให้นักเรียนทุกคนได้ดื่มนมในช่วงระยะเวลาหลังการส่งมาถึงโรงเรียนไม่เกิน 2 ชั่วโมง และนักเรียนที่มีส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์สามารถดื่มเพิ่มได้ หากยังมีนม เหลืออยู่เนื่องจากในแต่ละ วันมีนักเรียนไม่มาโรงเรียน

- วัดอุณหภูมินม ไม่เกิน 8 °C และตรวจสอบอุณหภูมิรถขนส่งนม ไม่เกิน 4 °C

3.3 ประสิทธิภาพของการดำเนินงาน

โรงเรียนได้นำโมเดลการบริหารจัดการสุขภาวะที่ดีของนักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม PAYOM Model มาใช้เพื่อสร้างสุขภาวะที่ดีให้นักเรียน โดยดำเนินการตามขั้นตอนอย่างมีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. การวางแผนดำเนินงาน (Plan : P) จากการประชุมชี้แจงทำให้บุคลากรทุกคนทราบสภาพปัญหาภาวะทุพโภชนาการของนักเรียน และได้รับความร่วมมือจากผู้บริหารคณะครูและบุคลากรทางการศึกษาโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอมทุกคนในการดำเนินกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity : A) โรงเรียนได้ดำเนินการกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับนักเรียนทุกคน อย่างหลากหลาย ส่งผลให้นักเรียนมีสุขภาวะที่ดีขึ้น

3. ยูทูป เว็บไซต์ชื่อดังที่สามารถแลกเปลี่ยนภาพ วิดีโอ ข้อมูล คลิปสั้นยาวได้ (Youtube : Y) นักเรียนศึกษาค้นคว้าข้อมูล และวิธีการในการสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้แก่ตัวเอง เพื่อน และครอบครัว นักเรียนสามารถดูตัวอย่างขั้นตอนและเลียนแบบการทำกิจกรรมส่งผลให้นักเรียนมีสุขภาวะที่ดียิ่งขึ้น

4. การช่วยเหลือซึ่งกันและกันของผู้บริหาร ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และหน่วยงาน อื่น ๆ (One Another : O) ผู้บริหาร ครู และบุคลากรทางการศึกษา นักเรียน ผู้ปกครอง ผู้นำท้องถิ่น เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และหน่วยงาน อื่น ๆ มีการประสานงานและร่วมมือซึ่งกันและกัน ในทุก ๆ ด้าน สามารถส่งเสริมสุขภาวะที่ดีของนักเรียนเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

5. อาหารกลางวัน อาหารเสริมนม (Meal and Milk : M) โรงเรียนได้จัดอาหารกลางวันให้นักเรียน เน้นให้นักเรียนทุกคนได้รับสารอาหารครบถ้วนถูกต้องตามหลักโภชนาการ โดยใช้โปรแกรม thai school lunch เพื่อช่วยในการจัดการสารอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ และให้นักเรียนดื่มอาหารเสริมนม เพื่อส่งเสริมสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์ แข็งแรงและมีน้ำหนักส่วนสูงเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย

3.4 การใช้ทรัพยากร

ในการนำโมเดลการบริหารจัดการสุขภาวะที่ดีของนักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม PAYOM Model มาใช้เพื่อสร้างสุขภาวะที่ดีให้นักเรียน โรงเรียนได้ดำเนินการนำทรัพยากรที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างคุ้มค่าที่สุด เช่น ด้านงบประมาณ โรงเรียนได้จัดอาหารกลางวันที่มีประโยชน์และเพียงพอแก่นักเรียน ด้านบุคลากรและหน่วยงานต่าง ๆ ได้มีบทบาทและส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม ด้านวัสดุ อุปกรณ์ ได้นำวัสดุอุปกรณ์ที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ได้อย่างคุ้มค่า เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะที่ดี

4. ผลการดำเนินงาน ผลสัมฤทธิ์ และประโยชน์ที่ได้รับ

โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม มี PAYOM Model เป็นนวัตกรรมที่สามารถนำมาบริหารจัดการ
สภาวะที่ดีของนักเรียนให้เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ดังนี้

4.1 ผลที่เกิดตามวัตถุประสงค์และเป้าหมาย

1) นักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีความรู้ความเข้าใจ
และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับดีขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 72.9 ซึ่งสูง
กว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้ร้อยละ 22.9 (ตารางหน้าที่ 20-24)

2) นักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีจำนวนลดลง คิดเป็น
ร้อยละ 14.58 ซึ่งสูงกว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้ ร้อยละ 4.58 (ตารางหน้าที่ 25)

3) โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอมได้รับความร่วมมือ ในการพัฒนาสภาวะที่ดีของ
นักเรียน จากหลายหน่วยงาน เช่น

- องค์การบริหารส่วนตำบลป่าพะยอมสนับสนุนงบประมาณในการดำเนินกิจกรรม
ตามโครงการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนปลอดภัยห่างไกลโรค
- โรงพยาบาลป่าพะยอมให้บริการด้านสุขภาพและอนามัยนักเรียน
- สมาคมศิษย์เก่าโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอมสนับสนุนงบประมาณและมอบอุปกรณ์
กีฬาให้นักเรียน
- บริษัทเคพีแอร์สนับสนุนให้มีการก่อสร้างสนามฟุตบอลหญ้าเทียมในโรงเรียน

4.2 การแก้ปัญหาภาวะทุพโภชนาการ

จากระบบจัดเก็บข้อมูลนักเรียนรายบุคคล (Data Management Center : DMC)
โดยเปรียบเทียบปีการศึกษา 2562 และ 2563 พบว่า นักเรียนโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม ที่มีภาวะ
ทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีจำนวนลดลงร้อยละ 0.74 (ตารางหน้าที่ 26-27)

4.3 ประโยชน์ที่ได้รับ

PAYOM Model เป็นนวัตกรรมที่มีประโยชน์ต่อนักเรียน ช่วยให้นักเรียนสามารถ
พัฒนาตนเอง ให้มีสภาวะที่ดี โรงเรียนมีนวัตกรรมที่สามารถนำไปเผยแพร่ให้แก่ชุมชนและหน่วยงาน
อื่น ๆ

5. ปัจจัยความสำเร็จ

ความสำเร็จของการใช้ PAYOM Model ในการบริหารจัดการสุขภาวะที่ดีของนักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม เกิดขึ้นได้ด้วยการประสานงานและร่วมมือกันของทุกฝ่าย ผู้บริหารและครู ตระหนักและเห็นความสำคัญจึงร่วมวางแผน ออกแบบกิจกรรม ลงมือปฏิบัติกิจกรรมในการส่งเสริม สุขภาวะที่ดี นักเรียนมีความรู้และศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม นำความรู้ที่ได้มาปฏิบัติร่วมกัน ช่วยดูแล แนะนำซึ่งกันและกัน ผู้ปกครองได้ดูแลพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ดี ไม่ส่งเสริมให้นักเรียน รับประทานอาหารที่ส่งผลให้เกิดภาวะทุพโภชนาการ องค์การบริหารส่วนตำบลป่าพะยอมจัดสรร งบประมาณในการช่วยส่งเสริมสุขภาพให้แก่นักเรียนและโรงพยาบาลป่าพะยอมจัดส่งเจ้าหน้าที่ สาธารณสุขมาให้ความรู้และบริการดูแลด้านสุขภาพนักเรียน

6. การเผยแพร่ผลงาน

การเผยแพร่ผลงาน นวัตกรรม PAYOM Model เพื่อบริหารจัดการสุขภาวะที่ดีของ นักเรียน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม เผยแพร่ตามช่องทางดังนี้ (เอกสารประกอบหน้า 40)

1. ยูทูบ (Youtube) https://youtu.be/ΛW7G_F8mOlqQ
2. เฟสบุ๊ก (Facebook) โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม
3. เว็บไซต์ (Website) โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม (งานประชาสัมพันธ์)
4. กลุ่มไลน์ (Line) ห้องเรียน ทุกห้องเรียน

อ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ.(2542).พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 .กรุงเทพฯ:
บริษัทสยามสปอร์ต ซินดิเคท จำกัด.

_____. (2545).พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 (ฉบับที่ 2)
และที่แก้ไขเพิ่มเติม พุทธศักราช 2545.กรุงเทพฯ: บริษัทสยามสปอร์ต ซินดิเคท จำกัด.

_____. (2553).พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2553 (ฉบับที่ 3)
กรุงเทพฯ: บริษัทสยามสปอร์ต ซินดิเคท จำกัด.

รำไพ หมั่นสระเกษ, “การสร้างเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนที่มีภาวะอ้วน เพื่อลดความเสี่ยงโรคเบาหวาน
ในโรงเรียน” วารสารศูนย์อนามัยที่ 9 ปีที่ 14 ฉบับที่ 35 กันยายน-ธันวาคม 2563 (ออนไลน์).

โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม. ประกาศเรื่องให้ใช้มาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐานเพื่อการประกันคุณภาพ
ภายในของสถานศึกษา.2561.





ที่ ศธ ๐๔๐๐๓.๑๑๑๘/๓๖๔

โรงเรียนอนุบาลปทุมธานี
ถนนเอเชีย หมู่ที่ ๒ ตำบลปทุมธานี
อำเภอปทุมธานี จังหวัดพิจิตร ๓๖๒๐๐

๑๖ ธันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอนำส่งแบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น

เรียน ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลปทุมธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบเสนอโครงการ จำนวน ๑ ชุด

โรงเรียนอนุบาลปทุมธานีของนำส่งแบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น มา
พร้อมหนังสือฉบับนี้ และขออัญมิตยงบประมาณตามโครงการดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการ

เรียน ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ

นายก อบจ.พิจิตร

ผอ. ร.ร. อนุบาลปทุมธานี

ผู้อำนวยการโรงเรียน

จำนวน ๒๓๑๙ คน

- มีมติให้ส่งแบบเสนอโครงการ
กลุ่มบริหารงานทั่วไป เพื่อพิจารณาต่อไป

โทร. ๐๔๕ - ๔๔๔๔๔๔

รองผู้ทรงคุณวุฒิ

(นายภักดี จันทร์คำ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลปทุมธานี

16/12

แบบเสนอโครงการ
กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น
องค์การบริหารส่วนตำบลป่าพะยอม อำเภอบ้านพะยอม จังหวัดพัทลุง

	63 - L.8416.....
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	ส่งเสริมสุขภาพนักเรียนเชิงแรง ปอศศกัย พ่วงโกลโค
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลป่าพะยอม
	☐ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุข หน่วยงานบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข (ข้อ 10(1)) ☒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของชุมชนหรือองค์กร ประชาชน/หน่วยงานอื่น (ข้อ 10(2)) ☐ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ (ข้อ 10(3)) ☐ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุน (ข้อ 10(4)) ☐ สนับสนุนการนิยัดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ (ข้อ 10(5))
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ	☐ หน่วยงานหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. ☐ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อบต. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล ☐ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. ☒ หน่วยงานอื่นๆ ที่มิใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา ☐ กลุ่มหรือองค์กรประชาชนอื่นใด 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ศีลองค์การ โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม กลุ่มคน (อายุ 5 คน) 1. นายภิกขุ จันทะ 2. นายชัยอง จันทะ 3. นายศรารุณ เทพสุภา 4. นายภูไท พุทธศิริ 5. ว่าที่ร้อยตรีหญิงนิสาชล วิถีพงษ์
วันอนุมัติ	วันที่ 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2562
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่ 1 เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2562 ถึง วันที่ 30 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2563
งบประมาณ	จำนวน.....27,719.....บาท
หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของโครงการ) สุขภาพเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในการดำเนินชีวิต เพราะถ้าหากสุขภาพไม่ดี ชีวิตคนเราก็จะไม่มีความสุข โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม เห็นความสำคัญของการมีสุขภาพที่ดี จึงได้จัดดำเนินการ โครงการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนเชิงแรง ปอศศกัย พ่วงโกลโค โดยจัด กิจกรรม 2 กิจกรรม คือ 1. อบรมป้องกันเอดส์ เนื่องจากโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอมมีนักเรียนที่เป็นโรคเอดส์ จำนวน 24 คน ซึ่งโรคเอดส์ทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพทั้งสุขภาพกาย คือ	

ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมา เช่น ความดันโลหิตสูง ภาวะไขมันในเลือดสูง หัวใจและหลอดเลือด เบาหวาน นิ่วในถุงน้ำดี ข้ออักเสบและโรคเกาต์ และสุขภาพจิต ก็เป็นภาวะที่รุนแรงเนื่องจากตัวอ้วนมาก เคสอื่นที่พบได้บ้าง การฉีกขาดของผิวหนัง ขี้มดคัน เบริด

2. ป้องกัน กำจัดเหา เราช่วยกัน

เนื่องจากนักเรียนหญิงโรงเรียนอนุบาลปากช่องมีจำนวน 85 คน เป็นโรคเหา ซึ่งเป็นที่มาของอาการคันมากและเกาจนผิวหนังจะลอก อักเสบ และอาจเป็นแผลติดเชื้อ ทำให้เสียสมาธิในการเรียน ในการนี้จึงได้จัดกิจกรรมนี้ขึ้นเพื่อป้องกัน บรรเทาอาการที่เกิดจากโรคเหา ให้นักเรียนมีสมาธิในการเรียนมากยิ่งขึ้น

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

- ประชุมคณะกรรมการอนามัยโรงเรียน เกี่ยวกับการวางแผนดำเนินการกิจกรรม
- กิจกรรมลดและป้องกันการเหา
 - ให้ความรู้เรื่องอาการโรคพยาธิเหาแก่นักเรียนที่อ้วนและเรื้อรัง
 - ให้นักเรียนที่อ้วนในแบบบันทึกการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และน้ำหนัก ส่วนสูง
 - ให้ออกกำลังกาย โดยการเล่นลูกบอล กระโดดเชือก การปีนต้นไม้ ฯลฯ
 - ติดตามและสรุปผลจากการบันทึกของนักเรียน
- กิจกรรมป้องกัน กำจัดเหา เราช่วยกัน
 - ให้ความรู้และข้อควรปฏิบัติในการช่วยเหลือเด็กที่เป็นโรคเหา
 - สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา 1 ครั้ง
- สรุปผลการดำเนินโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- นักเรียนที่อ้วน มีน้ำหนักเป็นไปในเกณฑ์ดีขึ้น
- นักเรียนที่เป็นโรคเหาได้รับการบรรเทาอาการที่เกิดจากโรคเหา

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์	ลดการเกิดโรคเหา
ข้อที่ 1 เพื่อให้เด็กที่อ้วน มีน้ำหนัก ส่วนสูง ไปในเกณฑ์ที่ดีขึ้น	นักเรียนที่อ้วน มีน้ำหนักเป็นไปในเกณฑ์ที่ดีขึ้น
ข้อที่ 2 เพื่อป้องกันและบรรเทาอาการที่เกิดจากโรคเหาให้กับนักเรียน	นักเรียนที่เป็นโรคเหาร้อยละ 80 ขึ้นไปได้รับการบรรเทาอาการที่เกิดจากโรคเหา

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย(ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
1. กิจกรรมลดภาวะอ้วน		
กิจกรรมย่อย		
1. ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน การรับประทานอาหาร	ค่าสมาคมวิทยากร 500 บ x 3 คน = 1,500 บ.	- ทำแบบบันทึกในเดือนพฤศจิกายน
การออกกำลังกาย	ค่าวิทยากร 50 บ x 3 คน = 150 บ.	- บันทึกผล
2. จัดบันทึกภาวะโภชนาการ การรับประทานอาหารในแต่ละวัน	ค่าอาหารว่าง 25 บ x 3 คน = 75 บ.	ดำเนินการให้นักเรียนออกกำลังกาย
3. ส่งเสริมให้ออกกำลังกาย โดยการเล่นกีฬา กิจกรรมลูกบอล	ค่าวัสดุอุปกรณ์	กย 2563- มี.ค. 2563 และ พ.ค. - ส.ค. 2563
กิจกรรมเล่นจากวิดีโอเกม กิจกรรมกระโดดเชือก	1. ลูกบอลสำหรับนักเรียนขึ้น ป. 1-3 180 X 10 = 1,800 บาท ป. 4-6 250 X 14 = 3,500 บาท	

	2. จานครึ่ง $200 \times 12 = 2,400$ บาท 3. เชือกกระโดด $99 \times 24 = 2,370$ 4. กระดาษ A4 รีมละ $112 \times 5 = 560$ บาท 5. ค่าไวไฟ ขนาด 1.20×2 เมตร = 600 บาท รวมเป็นเงิน 12,956 บาท	
3. กิจกรรมป้องกัน กำจัดเหา เราช่วยกัน		
กิจกรรมย่อย ให้ความรู้และข้อคิด อุปกรณ์ในการช่วยเหลือนักเรียนที่เป็นโรคเหา โดยการสนทนด้วยตัวอาทำจิตตาสัมผัส 1 ครั้ง	ค่าวัสดุ/อุปกรณ์ 1. ภาชนะกำจัดเหาชนิดน้ำ โหลละ $780 \times 14 = 10,920$ บาท 2. ถุงมือแพทย์ ก่อละ $150 \times 3 = 450$ บาท 3. ผ้ากันเปื้อน อันละ $59 \times 5 = 295$ บาท 4. กระบอกล้างน้ำ กระบอกละ $20 \times 5 = 100$ บาท 5. ผ้าขนหนู ขนาด 15×30 ผืนละ $25 \times 85 = 2,125$ 6. กีฬา ตัวละ $5 \times 85 = 425$ บาท 7. พวงกุญแจกลม ใบละ $10 \times 5 = 50$ บาท 8. ก่อพลาสติค ใบละ $199 \times 2 = 398$ บาท รวมเป็นเงิน 14,763 บาท	ข้อคิด/อุปกรณ์ พ.อ. 2562 ตั้งแต่ พ.ศ. 2562 - 30 พ.ศ. 2563
	รวม 27,719 บาท	

7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการการหักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....

☐ 7.1.1 หน่วยงานหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

☐ 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ สป. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

☐ 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.

☒ 7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน

☐ 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภชการสนับสนุน(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- ☐ 7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข (ข้อ 10(1))
- ☒ 7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น (ข้อ 10(2))
- ☐ 7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ (ข้อ 10(3))
- ☐ 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนาชุมชน (ข้อ 10(4))
- ☐ 7.2.5 สนับสนุนการเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ (ข้อ 10(5))

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2561)

- ☐ 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ☐ 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ☒ 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- ☐ 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- ☐ 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....
- ☐ 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- ☐ 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ☐ 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- ☐ 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนาชุมชน (ข้อ 7(4))

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ☐ 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - ☐ 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ☐ 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ☐ 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ☐ 7.4.1.4 การณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ☐ 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - ☐ 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาภาวะเจ็บป่วยของลูกและแม่
 - ☐ 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ☐ 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)

() 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- ☐ 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 7.4.2.4 การณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

7.

☐ 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

☐ 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

☐ 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)

☐ 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

☒ 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☒ 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีความเสี่ยง

☒ 7.4.3.3 การเฝ้าติดตามสุขภาพ

☒ 7.4.3.4 การแนะนำ/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☒ 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการทางวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

☐ 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

☐ 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

☐ 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

☐ 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)

☐ 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

☐ 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีความเสี่ยง

☐ 7.4.4.3 การเฝ้าติดตามสุขภาพ

☐ 7.4.4.4 การแนะนำ/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพในวัยทำงาน

☐ 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตในกลุ่มวัยทำงาน

☐ 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

☐ 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

☐ 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)

☐ 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

☐ 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีความเสี่ยง

☐ 7.4.5.1.3 การเฝ้าติดตามสุขภาพ

☐ 7.4.5.1.4 การแนะนำ/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาการทางกายและใจ

☐ 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

☐ 7.4.9 อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ ว่าที่ร้อยตรีหญิง ผู้เสนอ/โครงการ/กิจกรรม

(นิสาชอล วิสัยพงศ์)

ตำแหน่ง ครู โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๖ ธันวาคม ๒๕๖๒

ลงชื่อ ผู้รับผิดชอบ/โครงการ/กิจกรรม

(นายภักดี จ้างงศ์)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม

วันที่-เดือน-พ.ศ.

ลงชื่อผู้ให้ความเห็นชอบ/โครงการ/กิจกรรม

(นายอนันต์ มณีรัตน์)

ตำแหน่ง เลขาธิการกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ

วันที่-เดือน-พ.ศ.

ใบสำคัญรับเงิน

ที่ ๒๕๖/๒๕๖๓

เขียนที่ โรงเรียนอนุบาลปทุมธานี

วันที่ ๑๖ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๓

ข้าพเจ้า นายสุวิทย์ ธรรม ๑๖๖๖ บ้านเลขที่ ๑๑๑ หมู่ที่ ๑
 ตำบล ปทุมธานี อำเภอ ปทุมธานี จังหวัด ปทุมธานี

ได้รับเงินจาก โรงเรียนอนุบาลปทุมธานี ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
ค่าตอบแทนสอนพิเศษในโรงเรียน	๕๐๐	-
โรงเรียนอนุบาลปทุมธานี		
โรงเรียนอนุบาลปทุมธานี		
โรงเรียนอนุบาลปทุมธานี		
รวม	๕๐๐	-

จำนวนเงิน (ตัวอักษร) ๕๐๐ บาท

ลงชื่อ สุวิทย์ ธรรม ผู้รับเงิน
 (นายสุวิทย์ ธรรม)

ลงชื่อ นางสาวสุภา แสงเรือง ผู้จ่ายเงิน
 (นางสาวสุภา แสงเรือง)

ใบสำคัญรับเงิน

ที่ 510 / 2563...

เขียนที่ โรงพยาบาลบ้านลาด ๒๖๖

วันที่ 19 เดือน กันยายน พ.ศ. 2563

ข้าพเจ้า นาย จิรวัฒน์ พลแก้ว บ้านเลขที่ ๓๕ หมู่ที่ ๑

ตำบล บ้านลาด อำเภอ บ้านลาด จังหวัด เพชรบุรี

ได้รับเงินจาก โรงพยาบาลบ้านลาด ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
ค่าตอบแทนการบริการ	500	-
ค่าตอบแทนการบริการให้แพทย์และบุคลากรทางการแพทย์		
ค่าตอบแทนการบริการให้แพทย์และบุคลากรทางการแพทย์		
รวม	500	-

จำนวนเงิน (ตัวอักษร) ห้าร้อยบาทถ้วน

ลงชื่อ  ผู้รับเงิน
(นาย จิรวัฒน์ พลแก้ว)

ลงชื่อ  ผู้จ่ายเงิน
(นางสาวสุภา แสงเรือง)



แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน

โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม อำเภอป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง

คำชี้แจง แบบประเมินนี้มีจุดมุ่งหมาย ใช้เพื่อประเมินความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับความสามารถ ปฏิบัติตนด้านสุขภาพของนักเรียน ซึ่งประกอบด้วย 3 ตอน จำนวน 23 ข้อ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบ จำนวน 3 ข้อ

ตอนที่ 2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ จำนวน 10 ข้อ

ตอนที่ 3 พฤติกรรมด้านสุขภาพของนักเรียน จำนวน 10 ข้อ

ข้อมูลที่ได้จะนำมารวบรวมและวิเคราะห์ผล เพื่อให้ทราบระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรม ซึ่งจะไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบ จึงขอให้นักเรียนตอบข้อคำถามตามความเป็นจริง เพื่อนำข้อมูลมาประเมินกิจกรรมด้านสุขภาพให้นักเรียนเกิดทักษะและมีการปฏิบัติทางสุขภาพได้ถูกต้องต่อไป

คำนิยาม : ความรอบรู้ด้านสุขภาพ หมายถึง นักเรียนมีความสามารถและทักษะในการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ มีความรู้ ความเข้าใจ เลือกปฏิบัติเพื่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง และสามารถชี้แนะเรื่องสุขภาพต่อบุคคล ครอบครัว และชุมชนนำไปปฏิบัติตามเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

พฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง หมายถึง นักเรียนมีการปฏิบัติตัวเพื่อการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติ 10 ประการ ได้แก่ 1.ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด 2.รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง 3.ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย 4.กินอาหารสุก สะอาด ปราศจากสารอันตรายและหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสันฉูดฉาด 5.งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ 6.สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น 7.ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท 8.ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี 9.ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ และ 10.มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมินโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

1. เพศ ☐ 1.ชาย ☐ 2. หญิง
2. ปัจจุบันนักเรียนอายุ.....ปี
3. นักเรียนกำลังศึกษาชั้น.....

ตอนที่ 2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

ข้อคำถามประเมินจากการรับรู้ความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถ หรือทักษะด้านสุขภาพของตนเอง	ระดับความเป็นจริงตรงกับท่าน				
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. นักเรียนสามารถไปพบแพทย์ บุคลากรสาธารณสุข หรือผู้ให้บริการด้านสุขภาพของนักเรียน					
2. นักเรียนสามารถสืบค้นหาแหล่งบริการสุขภาพได้ตรงกับสภาพปัญหาที่นักเรียนและคนในครอบครัวเป็นอยู่					
3. นักเรียนรู้และเข้าใจคำอธิบายต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับข้อมูล เรื่องโรค อาการหรือการดูแลสุขภาพและบริการจากผู้ให้บริการสุขภาพได้					
4. นักเรียนสามารถปฏิบัติตามคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและป้องกันโรคได้					
5. นักเรียนเข้าใจในผลการตรวจสุขภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน					
6. นักเรียนสามารถบอกเล่าข้อมูลสุขภาพให้หมอ พยาบาล หรือคนอื่นรับรู้และเข้าใจสุขภาพของนักเรียนได้					
7. นักเรียนแลกเปลี่ยนความรู้หรือแนวทางการปฏิบัติเกี่ยวกับผู้ให้บริการด้านสุขภาพได้					
8. นักเรียนควบคุม กำกับสุขภาพตนเอง เช่น น้ำหนัก ตรวจสุขภาพประจำปี มองโลกในแง่บวก ลดอาหารทำลายสุขภาพ ออกกำลังกายเป็นต้น					
9. นักเรียนวางแผนทำกิจกรรมที่จำเป็นเพื่อการมีสุขภาพที่ดีของนักเรียน					
10. นักเรียนเป็นแบบอย่างให้ผู้อื่นเห็นความสำคัญที่จะดูแลสุขภาพตนเองให้ดียิ่งขึ้น					

ตอนที่ 3 พฤติกรรมด้านสุขภาพของนักเรียน

โปรดทำเครื่องหมาย ☒ ลงใน ☐ ที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนในรอบ 1 ปีการศึกษาที่ผ่านมา

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติเฉลี่ยต่อสัปดาห์				
	6-7 วัน (5)	4-5 วัน (4)	3 วัน (3)	1-2 วัน (2)	ไม่ ปฏิบัติ (1)
1.นักเรียนดูแลความสะอาดครบทุกส่วนทั่วร่างกายของตนเอง					
2.นักเรียนไม่รับประทานอาหารอีก หลังจากที่แปรงฟันก่อนนอนแล้ว					
3.นักเรียนล้างมือหลังจากเข้าห้องน้ำห้องส้วม					
4.นักเรียนไม่กินอาหารหรือดื่มเครื่องดื่มที่ผสมน้ำตาลหรือน้ำอัดลม					
5.นักเรียนไม่กินอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทอดกะทิ เนื้อมันข้น มีไขมันผสม เป็นต้น					
6.นักเรียนไม่กินอาหารเค็มหรือขนมกรุบกรอบ					
7.นักเรียนกินผักและผลไม้สดอย่างน้อยครึ่งกิโลกรัม					
8.นักเรียนได้รับสารอาหารครบ 5 หมู่					
9.นักเรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกันในครอบครัวอย่างใกล้ชิด เช่น ทำงานบ้าน กินข้าว ไปเที่ยว เล่นเกม เป็นต้น					
10.นักเรียนวิ่งเล่นหรือออกกำลังกายได้อย่างน้อย 30 นาทีต่อวัน					

สรุปผลการตอบแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน

ที่	ชื่อ-สกุล	ชั้น	ผลการตอบแบบประเมิน			ระดับ			
			ตอนที่ 1 (50)	ตอนที่ 2 (50)	คะแนน รวม (100)	ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี
1	เด็กชายพัสกร เพชรขาวช่วย	อ.2	30	27	57				√
2	เด็กชายกวิน ยึดยาว	อ.2	41	36	77		√		
3	เด็กหญิงจิราภรณ์ เต็มปล้อง	อ.2	40	39	79		√		
4	เด็กหญิงศุภิสรา ขำผุด	อ.2	28	26	54				√
5	เด็กหญิงนิรันดร์ลภัส ทองศรีไหม	อ.2	29	25	54				√
6	เด็กชายจตุรภัส แก้วศรีมา	อ.3	45	40	85	√			
7	เด็กชายนัฐพงศ์ สุขไข่	อ.3	40	40	80	√			
8	เด็กชายอัฐศราวุธ หนูมี	อ.3	39	32	71		√		
9	เด็กชายธนวรรณ เพชรหืด	อ.3	32	27	59				√
10	เด็กชายวชิรวิทย์ แท้สูงเนิน	ป.1	28	25	53				√
11	เด็กชายกัณฑ์พัฒน์ เทพทวี	ป.1	42	43	85	√			
12	เด็กชายธนกฤต ช่วยเนื่อง	ป.1	43	41	84	√			
13	เด็กชายวีรพงศ์ คงเอียด	ป.1	38	36	74		√		
14	เด็กชายปิยภัทร ชินพงษ์	ป.1	39	35	74		√		
15	เด็กชายภาสกร เพชรหืด	ป.1	35	29	64			√	
16	เด็กชายนุศรา ช่างคิด	ป.1	43	41	84	√			
17	เด็กชายกฤษฎพล ทองหนู	ป.2	32	30	62			√	
18	เด็กชายโพธิ์เงิน กลิ่นเขียว	ป.2	39	31	70		√		
19	เด็กชายวิชิตชัย จันทรทอง	ป.2	38	35	73		√		
20	เด็กหญิงดุขุฎี ทองปันแต่	ป.2	29	30	59				√
21	เด็กหญิงสุปรียา หาจิตร	ป.2	45	42	87	√			
22	เด็กชายจักรอมร พรหมทอง	ป.3	28	25	53				√
23	เด็กชายนนทกริช ทองขาวเผือก	ป.3	41	39	80	√			
24	เด็กชายชญานนท์ คงสง	ป.3	32	31	63			√	
25	เด็กหญิงสุพัตรา ศักดา	ป.3	40	42	82	√			
26	เด็กหญิงณิกานต์ คชภักดี	ป.3	44	42	86	√			
27	เด็กชายสิทธิโชค อภัยรัตน์	ป.4	42	40	82	√			
28	เด็กชายธนภูมิ เต็มราม	ป.4	40	38	78		√		
29	เด็กชายสุวัฒน์ เพชรประพันธ์	ป.4	45	43	88	√			

ประมวลผลน้ำหนัก-ส่วนสูง ปีการศึกษา 2562 ข้อมูลจาก ระบบจัดเก็บข้อมูลนักเรียนรายบุคคล (DMC)

ประเภท	อ.2 ชาย	อ.2 หญิง	รวมอ.2	อ.3 ชาย	อ.3 หญิง	รวมอ.3	รวมอนุบาล ชาย	รวมอนุบาล หญิง	รวมอนุบาล	ป.1 ชาย	ป.1 หญิง	รวมป.1	ป.2 ชาย	ป.2 หญิง	รวมป.2	ป.3 ชาย	ป.3 หญิง	รวมป.3	ป.4 ชาย	ป.4 หญิง	รวมป.4	ป.5 ชาย	ป.5 หญิง	รวมป.5	ป.6 ชาย	ป.6 หญิง	รวมป.6	รวมประถม ชาย	รวมประถม หญิง	รวมประถม	รวมทั้งหมด ชาย	รวมทั้งหมด หญิง	รวมทั้งหมด
นักเรียนทั้งหมด	35	29	64	28	35	63	63	64	127	37	48	85	53	37	90	48	51	99	36	49	85	54	40	94	26	37	63	254	262	516	317	326	643
น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์	3	3	6	1	3	4	4	6	10	2	4	6	1	2	3	3	7	10	2	3	5	3	0	3	1	0	1	12	16	28	16	22	38
ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์	1	0	1	0	2	2	1	2	3	3	7	10	1	0	1	2	4	6	0	2	2	1	0	1	1	0	1	8	13	21	9	15	24
น้ำหนักและส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์	1	0	1	0	1	1	1	1	2	1	3	4	0	0	0	2	4	6	0	2	2	0	0	0	0	0	0	3	9	12	4	10	14
น้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์	4	3	7	4	3	7	8	6	14	9	7	16	16	10	26	8	12	20	16	14	30	14	11	25	9	10	19	72	64	136	80	70	150
ส่วนสูงสูงกว่าเกณฑ์	2	9	11	3	3	6	5	12	17	5	8	13	8	10	18	10	12	22	15	15	30	16	16	32	5	9	14	59	70	129	64	82	146
น้ำหนักและส่วนสูงสูงกว่าเกณฑ์	1	1	2	3	2	5	4	3	7	2	6	8	3	8	11	6	9	15	10	8	18	9	7	16	5	4	9	35	42	77	39	45	84
น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์	28	23	51	23	29	52	51	52	103	26	37	63	36	25	61	37	32	69	18	32	50	37	29	66	16	27	43	170	182	352	221	234	455
ส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์	32	20	52	25	30	55	57	50	107	29	33	62	44	27	71	36	35	71	21	32	53	37	24	61	20	28	48	187	179	366	244	229	473
น้ำหนักและส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์	27	15	42	23	27	50	50	42	92	21	31	52	30	23	53	33	29	62	13	25	38	29	20	49	15	22	37	141	150	291	191	192	383

นักเรียนที่มีน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 23.33

ประมวลผลน้ำหนัก-ส่วนสูง ปีการศึกษา 2563 ข้อมูลจาก ระบบจัดเก็บข้อมูลนักเรียนรายบุคคล (DMC)

ประเภท	อ.2 ชาย	อ.2 หญิง	รวมอ.2	อ.3 ชาย	อ.3 หญิง	รวมอ.3	รวมอนุบาล ชาย	รวมอนุบาล หญิง	รวมอนุบาล	ป.1 ชาย	ป.1 หญิง	รวมป.1	ป.2 ชาย	ป.2 หญิง	รวมป.2	ป.3 ชาย	ป.3 หญิง	รวมป.3	ป.4 ชาย	ป.4 หญิง	รวมป.4	ป.5 ชาย	ป.5 หญิง	รวมป.5	ป.6 ชาย	ป.6 หญิง	รวมป.6	รวมประถม ชาย	รวมประถม หญิง	รวมประถม	รวมทั้งหมด ชาย	รวมทั้งหมด หญิง	รวมทั้งหมด
นักเรียนทั้งหมด	18	23	41	35	27	62	53	50	103	38	44	82	35	47	82	52	42	94	46	48	94	33	51	84	54	40	94	258	272	530	311	322	633
น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์	6	2	8	5	2	7	11	4	15	4	5	9	3	2	5	1	4	5	5	6	11	0	2	2	2	2	4	15	21	36	26	25	51
ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์	2	2	4	1	2	3	3	4	7	4	9	13	3	5	8	2	2	4	6	6	12	0	2	2	1	2	3	16	26	42	19	30	49
น้ำหนักและส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์	2	0	2	1	2	3	3	2	5	2	4	6	3	2	5	0	1	1	2	6	8	0	2	2	0	1	1	7	16	23	10	18	28
น้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์	1	5	6	4	3	7	5	8	13	11	3	14	7	7	14	11	11	22	9	12	21	17	15	32	18	9	27	73	57	130	78	65	143
ส่วนสูงสูงกว่าเกณฑ์	2	4	6	2	4	6	4	8	12	4	3	7	4	4	8	7	7	14	7	9	16	14	8	22	15	12	27	51	43	94	55	51	106
น้ำหนักและส่วนสูงสูงกว่าเกณฑ์	0	1	1	1	1	2	1	2	3	4	2	6	2	3	5	3	7	10	5	7	12	11	4	15	11	5	16	36	28	64	37	30	67
น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์	11	16	27	26	22	48	37	38	75	23	36	59	25	38	63	40	27	67	32	30	62	16	34	50	34	29	63	170	194	364	207	232	439
ส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์	14	17	31	32	21	53	46	38	84	30	32	62	28	38	66	43	33	76	33	33	66	19	41	60	38	26	64	191	203	394	237	241	478
น้ำหนักและส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์	10	11	21	25	19	44	35	30	65	21	30	51	23	34	57	34	26	60	26	28	54	13	30	43	29	21	50	146	169	315	181	199	380

นักเรียนที่มีน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ จำนวน 143 คน คิดเป็นร้อยละ 22.59

ดังนั้นนักเรียนโรงเรียนอนุบาลป่าพะยอมมีภาวะทุพโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์มีจำนวนลดลง ร้อยละ 0.74

สรุปผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนตามระดับชั้น
โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม ปีการศึกษา 2563

ลำดับ	ชั้น	นักเรียน ทั้งหมด	นักเรียน เข้าทดสอบ	ระดับสมรรถภาพทางกาย					รวม	หมายเหตุ
				ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก		
1	ป.1/1	27	27	5	19	2	0	0	27	
2	ป.1/2	30	30	2	22	6	0	0	30	
3	ป.1/3	25	25	3	20	2	0	0	25	
4	ป.2/1	28	28	0	27	1	0	0	28	
5	ป.2/2	27	27	5	17	5	0	0	27	
6	ป.2/3	27	27	4	19	4	0	0	27	
7	ป.3/1	30	30	5	13	11	1	0	30	
8	ป.3/2	33	33	2	17	12	2	0	33	
9	ป.3/3	29	29	0	15	11	3	0	29	
10	ป.4/1	34	34	0	12	21	1	0	34	
11	ป.4/2	30	29	1	12	16	0	0	29	
12	ป.4/3	32	32	2	6	22	2	0	32	
13	ป.5/1	31	30	0	9	20	1	0	30	
14	ป.5/2	25	25	0	10	12	3	0	25	
15	ป.5/3	27	26	0	9	14	3	0	26	
16	ป.6/1	35	35	2	19	14	0	0	35	
17	ป.6/2	30	29	1	6	19	3	0	29	
18	ป.6/3	30	29	0	10	14	5	0	29	
รวม		530	525	32	262	206	24	0	525	
คิดเป็นร้อยละ		100.00	99.06	6.10	49.90	39.24	4.57	0.00	100.00	

เมนูอาหารกลางวัน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม
จัดเมนูอาหารเป็นรายสัปดาห์

สัปดาห์ที่ ๑

วัน	รายการอาหาร	ขนมหวาน / ผลไม้	หมายเหตุ
จันทร์	แกงส้มหมูย่างผักรวม + ต้มไก่ + ไข่เจียว	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	
อังคาร	ผัดเครื่องแกงหมูถั่วฝักยาว + ไข่เจียว + พะโล้ไข่นก	รวมมิตร	
พุธ	ผัดกระเพราหมู + ต้มไก่ผักเขียว + หมูหวาน	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	
พฤหัสบดี	ข้าวหมกไก่ + น้ำซุปร	วันดำ	
ศุกร์	ข้าวผัดรวมมิตร + น้ำซุปร	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	

สัปดาห์ที่ ๒

วัน	รายการอาหาร	ขนมหวาน / ผลไม้	หมายเหตุ
จันทร์	แกงไก่หยวกกล้วย + ผักแตงกวาไข่ + แกงจืดหมูสับ	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	
อังคาร	แกงส้มกุ้งผักรวม + ไข่เจียว + หมูหวาน	รวมมิตร	
พุธ	ผัดกระเพราหมู + ต้มไก่ผักเขียว + ไข่เจียว	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	
พฤหัสบดี	ข้าวหมูแดง + น้ำซุปร	วันดำ	
ศุกร์	เครื่องแกงไก่ถั่วฝักยาว + ไข่เจียว + หมูพะโล้ไข่นก	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	

สัปดาห์ที่ ๓

วัน	รายการอาหาร	ขนมหวาน / ผลไม้	หมายเหตุ
จันทร์	แกงเขียวหวานไก่ + ผัดวุ้นเส้น + หมูหวาน	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	
อังคาร	แกงส้มหมูย่างผักรวม + ต้มไก่ผัก + ไข่เจียว	ต้มถั่วเขียว	
พุธ	ผัดกระเพราไก่ + ไข่เจียว + แกงจืดหมูสับ	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	
พฤหัสบดี	ข้าวมันไก่ + น้ำซุปร	วันดำ	
ศุกร์	ผัดเครื่องแกงหมูถั่วฝักยาว + ต้มไก่ + พะโล้ไข่นก	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	

สัปดาห์ที่ ๔

วัน	รายการอาหาร	ขนมหวาน / ผลไม้	หมายเหตุ
จันทร์	แกงไก่หยวกกล้วย + แกงจืดหมูสับ + หมูพะโล้	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	
อังคาร	แกงส้มหมูย่างผักรวม + ไข่เจียว + หมูหวาน	ต้มถั่วเขียว	
พุธ	ผัดกระเพราหมู + ต้มไก่ผักเขียว + ไข่เจียว	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	
พฤหัสบดี	ผัดซีอิ้ว หรือ ราดหน้า	รวมมิตร	
ศุกร์	ข้าวผัดรวมมิตร / น้ำซุปร	ผลไม้ (ตามฤดูกาล)	

1. การวางแผนดำเนินงาน (Plan : P)



2. กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity: A)

2.1 ลดและป้องกันภาวะอ้วน

- กิจกรรมให้ความรู้เรื่องการบริโภคอาหารแก่นักเรียนที่อ้วนและเริ่มอ้วน



- นักเรียนที่อ่านทำแบบบันทึกการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และน้ำหนัก-ส่วนสูง



- นักเรียนออกกำลังกายโดยการเล่นฮูล่าฮูป กระโดดเชือก และการบิดหมุนสะเอว

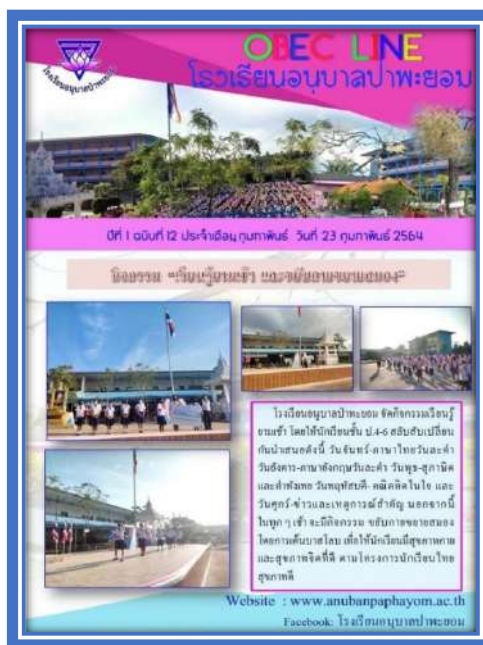


- ติดตามและสรุปผลการบันทึกของนักเรียน



2. กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity: A)

2.2 ขยับกายขยายสมอง



2. กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity: A)

2.3 ทดสอบสมรรถภาพผู้เรียน





OBEC LINE

โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม

ปีที่ 1 ฉบับที่ 25 เดือน มีนาคม วันที่ 23 มีนาคม 2564

~ ข่าวทดสอบสมรรถภาพตามแผนงานฉบับนักเรียนระดับประถมศึกษา ~

วันที่ 22 - 23 มีนาคม กลุ่มครูทุก ทุกระดับชั้น พร้อมคณะครูชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 - 4 โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม ได้ดำเนินการทดสอบสมรรถภาพตามแผนงานฉบับนักเรียนชั้นประถมศึกษา (อายุ 7-12 ปี) จำนวน 6 ฐาน ตามนโยบายการจัดกิจกรรมการสร้าง และทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียน สทฐ. ทั้งนี้ก็เพื่อความมุ่งมั่นพยายามเข้าร่วมการทดสอบสมรรถภาพแต่ละฐานเป็นอย่างดี




Website : www.anubanpaphayom.ac.th

Facebook: โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม



2. กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity: A)

2.4 กีฬา ศิลปะ ดนตรี นาฏศิลป์



2 กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity: A)
2.4 กีฬา ศิลปะ ดนตรี นาฏศิลป์



2 กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity: A)
 2.4 กีฬา ศิลปะ ดนตรี นาฏศิลป์



2. กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Activity: A)
 2.4 กีฬา ศิลปะ ดนตรี นาฏศิลป์



3. ยูทูบ (Youtube : Y)



4. การช่วยเหลือซึ่งกันและกันของผู้บริหาร ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และหน่วยงาน อื่น ๆ

(One Another: O)

- ผู้บริหารเห็นความสำคัญร่วมวางแผนและกิจกรรมในการส่งเสริมสุขภาวะที่ดี



- ครูร่วมกันออกแบบกิจกรรมและร่วมปฏิบัติกิจกรรมกับนักเรียน



- นักเรียนศึกษาค้นคว้าและนำความรู้ที่ได้มาปฏิบัติร่วมกัน ช่วยดูแล แนะนำกัน



- องค์การบริหารส่วนตำบลจัดสรรงบประมาณในการช่วยส่งเสริมสุขภาพนักเรียน
- โรงพยาบาลมีโครงการและจัดส่งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมาดูแลด้านสุขภาพนักเรียน



5. อาหารกลางวัน อาหารเสริมนม(Meal and Milk : M)



เมนูอาหารกลางวัน โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม
จัดเมนูอาหารเป็นรายสัปดาห์

สัปดาห์ที่ ๑				สัปดาห์ที่ ๒			
วัน	รายการอาหาร	นมเสริม/ผลไม้	หมายเหตุ	วัน	รายการอาหาร	นมเสริม/ผลไม้	หมายเหตุ
จันทร์	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		จันทร์	ต้มยำกุ้ง-ผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	
อังคาร	ผัดขี้เมา-ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		อังคาร	ผัดขี้เมา-ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	
พุธ	ผัดขี้เมา-ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		พุธ	ผัดขี้เมา-ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	
พฤหัสบดี	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		พฤหัสบดี	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	
ศุกร์	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		ศุกร์	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	

สัปดาห์ที่ ๓				สัปดาห์ที่ ๔			
วัน	รายการอาหาร	นมเสริม/ผลไม้	หมายเหตุ	วัน	รายการอาหาร	นมเสริม/ผลไม้	หมายเหตุ
จันทร์	ต้มยำกุ้ง-ผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		จันทร์	ต้มยำกุ้ง-ผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	
อังคาร	ผัดขี้เมา-ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		อังคาร	ผัดขี้เมา-ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	
พุธ	ผัดขี้เมา-ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		พุธ	ผัดขี้เมา-ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	
พฤหัสบดี	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		พฤหัสบดี	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	
ศุกร์	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล		ศุกร์	ข้าวเหนียวผัดขี้เมา-ไข่ต้ม-ไข่ดาว	นมไม่ใส่น้ำตาล	



5. อาหารกลางวัน อาหารเสริมนม (Meal and Milk: M)





โรงเรียนอนุบาลป่าพะยอม
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพัทลุง เขต ๑
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ