

คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
จังหวัดราชบุรี

สารนิพนธ์
ของ
นายณัฐพร สุกิจญาณ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา
พฤษภาคม 2548

คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
จังหวัดราชบุรี

บทคัดย่อ
ของ
นายณัฐพร สุกิจญาณ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา
พฤษภาคม 2548

ณัฐพร สุกิจญาณ. (2548). *คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพ
ในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ.

คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัด
ราชบุรี จัดทำขึ้นเพื่อเป็นคู่มือการบริหารงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของผู้บริหาร
โรงเรียน เนื้อหาของคู่มือประกอบด้วยคำชี้แจงการใช้คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพ การส่งเสริม
สุขภาพด้านโภชนาการ การสุขาภิบาลอาหารและการออกกำลังกายซึ่งมี 7 กิจกรรม การจัดทำคู่มือ
ผู้ศึกษาได้ศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร หนังสือคู่มือต่างๆ และงานวิจัย ได้จัดทำโครงร่างคู่มือ แล้ว
นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 6 ท่าน ตรวจสอบให้ความคิดเห็นและเสนอแนะ จากนั้นได้ดำเนินการ
จัดทำเนื้อหาสาระ รายละเอียดตามโครงร่าง และตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ เมื่อได้คู่มือแล้ว
จึงนำไปประเมินความเหมาะสมการนำไปใช้ โดยผู้บริหารโรงเรียนจำนวน 30 คน ปรากฏว่า คู่มือนี้
มีความเหมาะสมและเป็นไปได้ในการนำไปใช้อยู่ในระดับมากที่สุด จากนั้นจึงปรับปรุงแก้ไขเป็น
ฉบับสมบูรณ์

สิ่งที่ได้จากการจัดทำสารนิพนธ์ฉบับนี้คือ คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริม
สุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี เพื่อให้ผู้บริหารโรงเรียนใช้เป็นคู่มือในการบริหาร
จัดการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน

MANUAL OF QUALITY MANAGEMENT FOR HEALTH PROMOTING
IN ELEMENTARY SCHOOL OF RATCHABURI PROVINCE

AN ABSTRACT
BY
MR. NATHAPORN SUKITYAN

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Educational Administration
At Srinakharinwirot University
May 2005

Nathaporn Sukityan. (2005). *Manual of Quality Management for Health Promoting in Elementary School of Ratchaburi Province*. Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Project Advisor: Asst.Prof. Dr. Phairojana Klinkularb.

A Manual of Quality Management of Health Promotion in Elementary Schools in Ratchaburi Province. The purpose of a manual of Quality Management of Health promotion in Elementary Schools in Ratchaburi Province was to be a guideline on quality management of health promotion for school administrators. The manual was composed of instructions, health promotion on nutrition, food sanitation and exercise with 7 activities. The researcher produced this manual by following these steps: studying related documents, books and research, making a draft, having 6 experts examine the draft and give comments, making an outline of the manual, completing the manual according to the outline and having the experts check the manual. The manual was assessed for its appropriate application by 30 school administrators. The assessment it was found that the appropriate application and possibility of the manual were at highest level. After that the manual was corrected and completed.

As a consequence, the manual of quality Management of Health Promotion in Elementary School in Ratchaburi Province would be helpful for school administrators for administrating and promoting student health.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ)

คณะกรรมการการสอบ

.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ)

.....กรรมการสอบสารนิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง)

.....กรรมการสอบสารนิพนธ์
(อาจารย์สุพีพรรณ พัฒนพานิชย์)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย ชูชาติ)
วันที่..... เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2548

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ และข้อเสนอแนะ ที่เป็นประโยชน์จากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ผู้ศึกษาคู่มีอริศึกษาซึ่งในความกรุณา และขอกราบขอบพระคุณไว้เป็นอย่างสูง ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ อาจารย์สุพิพรรณ พัฒนพานิชย์ อาจารย์ ดร.มารศรี สุธานี และอาจารย์ ดร.ราชนันท์ บุญธิมา คณะกรรมการพิจารณาโครงการสารนิพนธ์ ที่ได้ให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ในการจัดทำคู่มือและขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ ผู้ช่วยศาสตราจารย์เรือโทดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง และอาจารย์สุพิพรรณ พัฒนพานิชย์ คณะกรรมการสอบสารนิพนธ์ อาจารย์ ดร.จารุวรรณ พลอยดวงรัตน์ ที่ได้คำแนะนำรูปแบบการจัดทำคู่มือ ตลอดจนคณาจารย์จาก คณะศึกษาศาสตร์ และคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทุกท่าน ที่ให้การอบรมสั่งสอน ประสิทธิ์ประสาท วิชาความรู้ และประสบการณ์อันทรงคุณค่า รวมทั้งผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่ให้ข้อเสนอแนะในการจัดทำคู่มือ และประเมินคู่มือ เพื่อให้คู่มือเสร็จสมบูรณ์

ประโยชน์และคุณค่าของสารนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้ศึกษาขอน้อมเป็นเครื่องบูชาคุณบิดา มารดา ครู-อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านที่ได้กรุณาอบรมสั่งสอนให้กำลังใจ จนสารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

ณัฐพร สุกิจญาณ

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	
	ความเป็นมาและภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการจัดทำคู่มือ.....	3
	ความสำคัญของการจัดทำคู่มือ	3
	ขอบเขตของการจัดทำคู่มือ.....	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
	การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา.....	7
	ความหมายของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา.....	7
	ความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา.....	8
	องค์ประกอบของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา.....	8
	ปัญหาของการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา.....	10
	กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา.....	12
	การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนระดับประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี.....	16
	กิจกรรมและโครงการส่งเสริมสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับสถานศึกษาระดับ	
	ประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี.....	16
	การส่งเสริมกิจกรรมการโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร (Nutrition/Food Safety)	19
	ความหมายของโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร.....	19
	ความสำคัญของการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร.....	20
	ขอบเขตของการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร.....	20
	แนวทางการจัดกิจกรรมการส่งเสริมโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร.....	20
	การประเมินและติดตามผลการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร.....	21
	การส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ.....	22
	ความหมายของการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ.....	22
	ความสำคัญของการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ.....	23
	ขอบเขตของการจัดกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และ	
	สันทนาการ.....	23
	แนวทางการจัดกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ	24
	การประเมินผลและติดตามการจัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และ	
	สันทนาการ.....	24

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
2(ต่อ)	
การบริหารจัดการคุณภาพ.....	25
ความหมายของการบริหารจัดการคุณภาพ.....	25
ความสำคัญของการบริหารจัดการคุณภาพ.....	27
วงจรการควบคุมคุณภาพ.....	27
คู่มือ.....	39
ความหมายของคู่มือ.....	39
องค์ประกอบของคู่มือ.....	40
ประเภทของคู่มือ.....	41
ขั้นตอนการจัดทำคู่มือ.....	43
การพัฒนาคู่มือ.....	44
ลักษณะของคู่มือที่ดี.....	45
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	47
งานวิจัยในประเทศ.....	47
งานวิจัยต่างประเทศ.....	49
3 วิธีดำเนินการจัดทำคู่มือ.....	50
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
4 คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา	
จังหวัดราชบุรี.....	60
ปก.....	60
คำนำ.....	61
สารบัญ.....	62
คำชี้แจงการใช้คู่มือ.....	63
การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี.....	65
ความเป็นมาของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา.....	65
ปัญหาและความจำเป็นของการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพใน	
โรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี.....	66
ความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี.....	66
กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี.....	67
ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพ.....	69

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
4(ต่อ)	
การบริหารจัดการคุณภาพ(PDCA).....	69
วงจรคุณภาพ(PDCA)คืออะไร.....	69
การนำวงจรคุณภาพ(PDCA)ไปใช้กับการจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพใน โรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี.....	70
บทบาทของผู้บริหารโรงเรียนที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพ.....	75
แผนการจัดกิจกรรมการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน ประถมศึกษา.....	75
วัตถุประสงค์.....	76
แนวทางในการดำเนินงาน.....	76
ผลที่คาดว่าจะได้รับจากการทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา จังหวัดราชบุรี.....	85
ตัวอย่างแผนการบริหารจัดการคุณภาพ(PDCA)ด้านการส่งเสริมสุขภาพใน โรงเรียนประถมศึกษา.....	86
แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร.....	86
กิจกรรมที่ 1 สวนเกษตรปลอดสารพิษ.....	86
กิจกรรมที่ 2 โรงอาหารในฝัน.....	92
กิจกรรมที่ 3 อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด.....	98
กิจกรรมที่ 4 ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล.....	103
แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและสันทนาการ.....	108
กิจกรรมที่ 1 ลานแอโรบิค.....	108
กิจกรรมที่ 2 ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ.....	113
กิจกรรมที่ 3 ลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง.....	118
บรรณานุกรม	123
บรรณานุกรม	124

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
(ต่อ)	
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก. ตัวอย่างหนังสือคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน.....	129
ภาคผนวก ข. แบบประเมินความเป็นไปได้ของกลุ่มการบริหารจัดการคุณภาพ ด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี.....	131
ภาคผนวก ค. ตัวอย่างรายการอาหารใน 7 วันสำหรับเด็กไทยสุขภาพดี.....	133
ภาคผนวก ง. แบบสำรวจโรงอาหารของกองสุขภาพิบาลอาหารกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.....	135
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	142

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 วงจรคุณภาพ (PDCA)	28
2 ความสัมพันธ์เชื่อมโยงของแผนงานต่างๆที่สถานศึกษาควรจัดทำ.....	29
3 กิจกรรมการตรวจสอบประเมินผลภายใน.....	31
4 การจัดหา/จัดทำเครื่องมือ.....	32
5 ขั้นตอนการแปลความหมาย.....	35
6 ขั้นตอนการสร้างคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษา ของจังหวัดราชบุรี.....	51
7 แสดงวงจรคุณภาพ(PDCA).....	70
8 การจัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน.....	70

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและภูมิหลัง

ปัจจุบันเป็นยุคที่มีความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ ซึ่งความเจริญก้าวหน้าในด้านต่างๆ เหล่านี้ล้วนเกิดจากการกระทำของมนุษย์ทั้งสิ้น เด็กจึงถือเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญที่สุด ความเป็นอยู่ที่ดีของเด็ก ความรู้ ความสามารถ และพลังกำลังของเด็กจึงเป็นตัวกำหนดอนาคตของประเทศชาติ ถ้าเด็กมีสุขภาพที่ไม่ดีจะเป็นสิ่งบั่นทอนความสามารถในการรับรู้วิทยาการและทักษะต่างๆ ทำให้ไม่สามารถเจริญเติบโตเป็นประชากรที่มีสมรรถภาพนำพาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยีได้ ดังนั้นเด็กจะต้องมีพัฒนาการเต็มตามศักยภาพ เด็กจะต้องได้รับการคุ้มครองป้องกัน ดูแล เอาใจใส่ทั้งทางด้านสุขภาพ และอารมณ์ เด็กจึงจะสามารถเล่าเรียนได้อย่างเต็มความสามารถ(กระทรวงสาธารณสุข. 2545 : 15) การพัฒนาทรัพยากรบุคคลจึงควรเริ่มต้นที่เด็ก โดยเน้นการพัฒนาศักยภาพของเด็กทุกคนให้ครอบคลุมทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อให้สอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาของชาติ ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติที่มุ่งหวังให้ผู้เรียนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ คุณธรรม จริยธรรม ในการดำเนินชีวิต และสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างมีความสุข (สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชมา วัฒนบุรานนท์. 2545 : 16) ฉะนั้นโรงเรียนจึงจัดเป็นแหล่งที่สามารถส่งเสริมสุขภาพที่ดีให้แก่เด็ก ครอบครัว บุคคลากรของโรงเรียน และสมาชิกในชุมชน เนื่องจากโรงเรียนเป็นสถาบันทางสังคมพื้นฐานสถาบันหนึ่ง ซึ่งมีบทบาทสูงมากทั้งในด้านการสร้างความรู้ในทางวิชาการ และในการพัฒนาคุณลักษณะความสามารถและความรับผิดชอบของการเป็นพลเมืองดีมีศักยภาพ และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข โรงเรียนจัดเป็นแหล่งให้ความรู้ของศาสตร์สาขาต่างๆ ให้กับชุมชน ตามความต้องการของชุมชน รวมทั้งเป็นที่รวมของเด็กในชุมชน โรงเรียนจึงจัดเป็นจุดเริ่มต้นของการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องแก่เด็ก และให้โรงเรียนเป็นศูนย์กลางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสม และพัฒนาสุขภาพที่ดีให้แก่ผู้ปกครอง และสมาชิกในชุมชน

จากการสำรวจความคิดเห็นเรื่องการศึกษาของประชาชนโดยสวนดุสิตโพล สะท้อนให้เห็นว่า ประชาชนร้อยละ 60 ยังไม่พอใจต่อการจัดการศึกษาไทย (วิทยา เชียงกุล. 2542 : 18) คุณภาพของผู้เรียนและผู้จบการศึกษาทั้งในด้านวิชาการ พื้นฐานวิชาชีพ สุขภาพ อนามัย คุณธรรมและจริยธรรม โดยทั่วไปยังอยู่ในระดับที่ไม่พึงพอใจ นอกจากนี้ยังมีความแตกต่างกันทั้งด้านคุณภาพการศึกษา และคุณภาพของการจัดการบริหารทางการศึกษาของสถานศึกษาที่อยู่ในพื้นที่ต่างกัน โดยไม่มีการกำหนดเป็นเกณฑ์มาตรฐานเดียวกัน และยังไม่มี

หน่วยงานภายนอกหรือภายในกระทรวงศึกษาธิการที่จะดำเนินการประกันคุณภาพ แต่ในปัจจุบันนี้เราจะพบว่ามามีเด็กที่อยู่ในวัยเรียนประสบกับปัญหาเรื่องสุขภาพ ซึ่งส่งผลกระทบต่อการศึกษา ฉะนั้นการส่งเสริมสุขภาพจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นมากในโรงเรียน เพราะการที่เด็กและเยาวชนมีสุขภาพที่ดี สมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกาย และจิตใจนั้นเป็นสิทธิขั้นต้นของมนุษย์ ที่ผู้อื่นไม่สามารถหยิบยื่นให้ได้และเป็นหน้าที่ของทุกคนที่ต้องแสวงหาสร้างเสริมให้เกิดกับตนเอง พร้อมทั้งช่วยเหลือเกื้อกูลต่อผู้อื่นที่อยู่ใกล้ชิด เพื่อให้เด็กมีสุขภาพที่ดีจะต้องเริ่มฝึกตั้งแต่เรียนในระดับประถมศึกษา นั่นก็หมายความว่าโรงเรียนควรจะเห็นถึงความสำคัญในเรื่องสุขภาพอนามัยเป็นอันดับแรก โดยเฉพาะในเรื่องของพื้นฐานด้านสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง คือด้านที่เกี่ยวข้องกับการโภชนาการอาหารและสุขาภิบาลอาหารกับการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ

จากสภาพและความสำคัญของการมีสุขภาพที่ดีของมนุษย์ จึงควรเริ่มมีการส่งเสริมสุขภาพอนามัยตั้งแต่ในวัยประถมศึกษา และผู้ที่มีบทบาทมากที่สุดในการส่งเสริมสุขภาพอนามัยในสถานศึกษาระดับประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรีก็คือผู้บริหารสถานศึกษา โดยจากการวิเคราะห์สถานการณ์งานส่งเสริมสุขภาพของเขต 4 ปีงบประมาณ 2544 – 2545 พบว่า สถานการณ์การส่งเสริมสุขภาพของเด็กนักเรียนในระดับประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรียังประสบปัญหาด้านนักเรียนประถมศึกษาที่มีภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก เป็นโรคขาดสารไอโอดีนแสดงออกด้วยอาการคอพอก นักเรียนประถมศึกษาน้ำหนักและส่วนสูงต่ำกว่ามาตรฐาน มีการไต่บันผัดปกติเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ มีสายตาผิดปกติอันเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ และนักเรียนก่อนประถมศึกษาที่มีน้ำหนักและส่วนสูงต่ำกว่ามาตรฐาน(กลุ่มสนับสนุนวิชาการ,ศูนย์อนามัยที่ 4 ราชบุรี. 2545 : 15)

เมื่อดูจากปัญหาดังกล่าวจะพบว่าสาเหตุของปัญหามาจากการขาดสารอาหารเป็นส่วนมากจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะส่งเสริมสุขภาพในด้านของโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหารควบคู่กับการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการเนื่องจากเมื่อเด็กได้รับสารอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อร่างกายแล้วจะต้องมีการออกกำลังกายเพื่อทำให้สุขภาพสมบูรณ์และแข็งแรง การจัดการบริหารที่มีคุณภาพจึงน่าจะเป็นการช่วยส่งเสริมให้สถานการณ์ของปัญหาเหล่านี้ลดลงหรือทำให้หมดไป ดังนั้นเพื่อเป็นการช่วยให้ผู้บริหารสามารถบริหารงานในด้านสุขภาพอนามัยของสถานศึกษาให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากที่สุด โดยเฉพาะในด้านของการโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร กับการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการซึ่งเป็นพื้นฐานของการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงอันจะส่งผลต่อสุขภาพจิตที่ดี ผู้ศึกษาคิดว่าควรมีการจัดทำคู่มือเกี่ยวกับการบริหารงานด้านสุขภาพอนามัยในโรงเรียนระดับประถมศึกษาขึ้น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการบริหารงานดังกล่าว ซึ่งในคู่มือประกอบไปด้วย ขั้นตอนของการบริหารจัดการโครงการ กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอนามัยของนักเรียนในด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหารกับการออกกำลังกาย กีฬา

และสันตนาการ สิ่งเหล่านี้จะส่งผลต่อการเติบโตของเด็กให้เป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพที่แข็งแรง สามารถรับรู้ในวิทยาการและทักษะต่าง ๆ ได้ดี สามารถนำพาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้า ดังคำกล่าวที่ว่า “เด็กที่มีความรู้ ความสามารถ และพลังกำลังใจดี จะเป็นตัวกำหนดอนาคตของประเทศ”

ความมุ่งหมายของการจัดทำคู่มือ

เพื่อจัดทำคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน ประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

ความสำคัญของการจัดทำคู่มือ

คู่มือนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้บริหารสถานศึกษา คือ

ผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรีสามารถนำคู่มือที่จัดทำขึ้นไปใช้ในการบริหารงานส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนระดับประถมศึกษาในจังหวัดราชบุรี

ขอบเขตของการจัดทำคู่มือ

การศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษามุ่งจัดทำคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี โดยมีขอบเขตของการจัดทำดังนี้

1.การบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี ตามหลักการบริหารคุณภาพของเดมมิง (PDCA) ประกอบไปด้วย

1.1 การวางแผน (Plan : P)

1.2 การดำเนินการตามแผน (Do : D)

1.3 การตรวจสอบประเมินผล (Check : C)

1.4 การนำผลการประเมินมาปรับปรุงงาน (Act : A)

2. กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและสุขาภิบาลอาหารประกอบด้วย

4 กิจกรรมคือ

2.1 สวนเกษตรปลอดสารพิษ

2.2 โรงอาหารในฝัน

2.3 อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด

2.4 ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล

3. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ ประกอบด้วย 3 กิจกรรมคือ

3.1 ลานแอโรบิค

3.2 ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ

3.3 ลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **คู่มือ** หมายถึง เอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อให้ผู้บริหารสถานศึกษาในระดับประถมศึกษาใช้เป็นแนวทางในการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพ

2. **การบริหารจัดการคุณภาพ** หมายถึง การจัดการควบคุมดูแลรับผิดชอบ องค์กร โครงการ กิจกรรม ให้ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพตามเป้าหมาย ที่วางไว้ด้วยวงจรคุณภาพ (PDCA)

2.1 **การวางแผน (Plan)** หมายถึง การกำหนดเป้าหมาย วัตถุประสงค์ และขั้นตอนการทำงาน เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ของโครงการหรือกิจกรรมที่ เกี่ยวข้องกับ การส่งเสริมสุขภาพ

2.2 **การปฏิบัติ (Do)** หมายถึง การปฏิบัติงานตามแผนที่ได้วางไว้ พร้อมทั้งเก็บข้อมูลด้านต่างๆระหว่างการปฏิบัติงาน

2.3 **การตรวจสอบ (Check)** หมายถึง การประเมินงานที่ได้ทำไปว่า ได้ตรงตามมาตรฐานที่กำหนดหรือตรงตามเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่

2.4 **การนำผลการประเมินมาปรับปรุงงาน (Act)** หมายถึง การตรวจสอบ แก้ไขความบกพร่อง โดยหาสาเหตุหรือต้นกำเนิดของความบกพร่องนั้นหรือปัญหานั้นๆ แล้ว นำมาแก้ไข ปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้น

3. **การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา** หมายถึง กิจกรรมที่ทุกคน ในโรงเรียนร่วมกันจัดโครงสร้างและประสบการณ์ผสมผสานเชิงบวก เพื่อส่งเสริมและปกป้อง สุขภาพของนักเรียน กิจกรรมนี้ประกอบด้วย การเรียนรู้เรื่องสุขภาพทั้งในและนอกหลักสูตร การจัดสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยและเอื้อต่อสุขภาพ การจัดให้มีการบริการสุขภาพที่เหมาะสม รวมทั้งการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพ โดยในที่นี้จะมุ่งเน้นที่ กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพด้านการโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร กับ การออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ

4. **การโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร** หมายถึง การระวังป้องกันและ รักษาในด้านของอาหาร สถานที่หรือวัสดุอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับอาหาร เช่น โรงอาหาร ห้องน้ำ ห้องครัว ตรวจสอบ ดูแลสุขภาพของนักเรียนให้มีการเจริญเติบโตที่ดีได้ตรงตาม

เกณฑ์ มีการส่งเสริมสุขภาพด้วยการดูแลด้านอาหารเพื่อสุขภาพ จัดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ในการจัดทำอาหารให้สะอาดถูกหลักอนามัย ห้องน้ำห้องส้วมต้องสะอาดไม่มีกลิ่นเหม็น เพื่อสุขภาพอนามัยและการเจริญเติบโตที่มีคุณภาพ

5. การออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ หมายถึง การส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขภาพที่ดีด้วยการออกกำลังกายเพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรงควบคู่ไปกับการมีสุขภาพที่สมบูรณ์จากโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร มีการส่งเสริมความรู้ด้านการออกกำลังกาย มีการเตรียมอุปกรณ์ที่เพียงพอ และปลอดภัย เกิดการปฏิสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียน ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน

6. โรงเรียนประถมศึกษา หมายถึง โรงเรียนที่จัดการศึกษาขั้นพื้นฐานในระดับก่อนประถมศึกษาและระดับประถมศึกษา

7. ผู้บริหารสถานศึกษา หมายถึง หัวหน้าสถานศึกษาประกอบด้วยครูใหญ่ อาจารย์ใหญ่ ผู้อำนวยการโรงเรียน ที่ทำหน้าที่ในด้านการบริหารงานสถานศึกษา

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี ผู้ศึกษาได้ทำการศึกษาค้นคว้าหัวข้อต่างๆ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

- 1.1 ความหมายของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
- 1.2 ความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
- 1.3 องค์ประกอบของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
- 1.4 ปัญหาของการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
- 1.5 กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

2.การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

- 2.1 กิจกรรมและโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

3.การจัดกิจกรรมการโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร

- 3.1 ความหมายของโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร
- 3.2 ความสำคัญของการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร
- 3.3 ขอบเขตของการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร
- 3.4 แนวทางการจัดกิจกรรมการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร
- 3.5 การประเมินและติดตามผลการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

4.การจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ

- 4.1 ความหมายของการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ
- 4.2 ความสำคัญของการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ
- 4.3 ขอบเขตของการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ
- 4.4 แนวทางการจัดกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ
- 4.5 การประเมินผลและติดตามผลการจัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ

5.การบริหารจัดการคุณภาพ

- 5.1 ความหมายของการบริหารจัดการคุณภาพ
- 5.2 ความสำคัญของการบริหารจัดการคุณภาพ

5.3 วงจรคุณภาพ (PDCA)

6.คู่มือ

- 6.1 ความหมายของคู่มือ
- 6.2 องค์ประกอบของคู่มือ
- 6.3 ประเภทของคู่มือ
- 6.4 แนวทางการเขียนและการพัฒนาคู่มือ
- 6.5 ลักษณะของคู่มือที่ดี

7.งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

ในทุกสังคมทุกประเทศเด็กเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญที่สุด ความเป็นอยู่ที่ดีของเด็ก ความรู้ความสามารถและพลังกำลังของเด็กจะเป็นตัวกำหนดอนาคตของประเทศ เด็กที่มีสุขภาพดีจะสามารถรับรู้ในวิทยาการและทักษะต่างๆ ได้ดีสามารถเจริญเติบโตเป็นประชากรที่มีสมรรถภาพและสร้างประโยชน์ให้สังคมเจริญรุ่งเรือง โรงเรียนจึงนับเป็นสถานที่ที่สามารถส่งเสริมสุขภาพที่ดีให้แก่เด็ก ครอบครัว ตลอดจนชุมชน ดังนั้น การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาสุขภาพของนักเรียน ครู บุคลากรในโรงเรียนให้สามารถดูแลสุขภาพตนเองและผู้อื่นให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี

1 . 1ความหมายของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนระดับประถมศึกษา

กรีนและคูเตอร์(คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัดราชบุรี. 2543 : 3; อ้างอิงจาก Green & Kreuter) ได้ให้ความหมายของการส่งเสริมสุขภาพว่าหมายถึง ผลรวมของการสนับสนุนด้านการศึกษา และสิ่งแวดล้อมเพื่อก่อให้เกิดผลทางการปฏิบัติและเงื่อนไขของการดำเนินชีวิตที่ก่อให้เกิดสภาวะสุขภาพที่สมบูรณ์

ออกตาวา ชาร์ตเตอร์ เฮล โปรโมชัน(คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัดราชบุรี. 2543 : 3; อ้างอิงจาก Ottawa Charter Health Promotion) ให้ความหมายของการส่งเสริมสุขภาพว่าหมายถึง กระบวนการเพื่อให้ประชาชนเพิ่มความสามารถในการควบคุมและสร้างเสริมสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้นเพื่อให้มีสุขภาพดีทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม

วิฑูรย์ อึ้งประพันธ์ (2541 : 7-8) ได้ให้ความหมายของการส่งเสริมสุขภาพว่า คือ กระบวนการในการเพิ่มสมรรถนะให้ประชาชนมีความสามารถควบคุมและเสริมสร้างสุขภาพของตนให้ดีขึ้น สภาวะพื้นฐานและทรัพยากรสำหรับสุขภาพได้แก่ สันติภาพ ที่อยู่อาศัย การศึกษา อาหาร รายได้ ระบบสิ่งแวดล้อมที่มั่นคง ทรัพยากรที่ยั่งยืนและความเป็นธรรมของสังคม

ความหมายของการส่งเสริมสุขภาพจึงพอจะสรุปได้ว่า เป็นกระบวนการเพื่อให้เกิดสมรรถนะที่ดีขึ้นหรือเป็นการเพิ่มสมรรถนะให้กับประชาชน เป็นการส่งเสริมให้เกิดสุขภาพอนามัยที่ดีมีความปลอดภัยทั้งของตนและผู้อื่น ด้วยการร่วมมือกันทั้งสถานศึกษา ครอบครัว และชุมชน เพื่อให้เด็กนักเรียนมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ทำให้มีความพร้อมต่อการเรียนรู้

1.2 ความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

ชวลิต พุททวงศ์ (2528 : 33-34) ได้กล่าวถึงความจำเป็นในการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนว่า สถานศึกษามีความจำเป็นในการจัดโครงการสุขภาพในโรงเรียนเพื่อป้องกันการแพร่กระจายโรคติดต่อ เนื่องจากโรงเรียนเป็นแหล่งรวมของนักเรียนจากแหล่งต่างๆ และป้องกันโรคในวัยเด็ก เด็กจะมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอยู่เสมอและง่ายกว่าผู้ใหญ่ จึงควรเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็กในสิ่งที่พึงประสงค์ คือ พฤติกรรมด้านสุขนิสัยและจะเกิดพฤติกรรมที่ยั่งยืนต่อไป ตลอดจนเป็นการสะดวกกว่าที่จะต้องจัดอนามัยในชุมชน โครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนจึงมีความสำคัญมาก ช่วยให้เด็กมีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจและสังคม ช่วยปลูกฝังสุขนิสัยและเจตคติให้แก่เด็ก ทำให้ประเทศชาติมีประชากรที่มีสุขภาพดีเป็นส่วนใหญ่ ประชากรมีอายุยืนสามารถพัฒนาประเทศชาติให้เจริญทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม ตลอดจนฝ่ายที่ทำงานด้านสุขภาพอนามัยรวมกันเข้าใจบทบาทหน้าที่ และร่วมมือช่วยเหลือกันเป็นอย่างดี

พจนีย์ กลิ่นเกษร (2525 : 22-23) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนว่าโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนมีความสำคัญ เนื่องจากช่วยให้เด็กมีสุขภาพแข็งแรง สมบูรณ์ ช่วยปลูกฝังสุขนิสัย สุขปฏิบัติ และเจตคติที่ดี มีพฤติกรรมด้านอนามัยที่ดีและถูกต้อง เป็นการเสริมสร้างให้หลักสูตรสมบูรณ์เพราะเด็กมีการพัฒนาการทุกด้านได้ดี บรรลุเป้าหมายของการจัดการศึกษาส่งผลให้ประเทศชาติมั่นคงปลอดภัย ประชาชนมีอายุยืนและทุกฝ่ายเข้าใจบทบาทของตนเองในการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีให้เด็ก

จะเห็นได้ว่าการส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษาจะส่งผลต่อนักเรียนทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สิ่งแวดล้อม แล้วยังเกิดผลดีกับครอบครัว ชุมชน สร้างสภาพแวดล้อมที่ดีให้กับครูและสถานศึกษา นอกจากนี้ยังได้ทำให้เกิดความสมัครสมานสามัคคี ความเข้าใจกันระหว่างชุมชนและสถานศึกษา มีผลทำให้ชุมชนเกิดการพัฒนาไปได้ด้วยดี

1.3 องค์ประกอบของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

กองอนามัยโรงเรียน (2536 : 6) ได้ระบุองค์ประกอบของการจัดบริการสุขภาพในโรงเรียน หรือบริการอนามัยโรงเรียนเป็น 6 องค์ประกอบ คือ

1. บัตรบันทึกสุขภาพประจำตัว
2. การสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค

3.การตรวจสุขภาพ

4.การรักษานักเรียนที่เจ็บป่วย

5.การติดตามผลการรักษา

6.โภชนาการในโรงเรียน

ประสิทธิ์ พรหมตัน. (2542 : 45) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบการให้บริการสุขภาพแก่นักเรียน 6 ประการดังนี้

1. การชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงทุกเดือน หรืออย่างน้อยภาคเรียนละ 1 ครั้ง และทบทวนครั้งต้องบันทึกไว้ในบัตรสุขภาพ

2. การทดสอบสายตา การดำเนินการตรวจหรือทดสอบสายต่านักเรียนทุกคนอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

3. ทันตสุขภาพ ดำเนินการรณรงค์ในรูปแบบต่างๆ ทำการตรวจรักษาเบื้องต้น หรือส่งไปยังสถานทันตกรรม

4. การทดสอบการได้ยิน เมื่อเห็นอาการผิดปกติ นำส่งครูอนามัยทดสอบการได้ยิน และส่งต่อใส่ต้อแพทย์เมื่อทราบผลผิดปกติ

5. การปฐมพยาบาล เมื่อนักเรียนเจ็บป่วยทำการปฐมพยาบาลหรือให้ยาตามความจำเป็น อาจนอนพักผ่อนถ้าอาการยังไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ และส่งต่อแพทย์เมื่อมีอาการหนัก

6. การตรวจสุขภาพนักเรียน ครูประจำชั้นควรตรวจสุขภาพของนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ หากพบความผิดปกติในด้านใดควรส่งให้ครูอนามัยดำเนินการตรวจสอบและบันทึกในบัตรสุขภาพ หากเกินความสามารถของครูอนามัยก็ส่งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรือแพทย์ดำเนินการรักษาต่อไป

ลักขณา เต็มศิริกุลชัย และสุชาดา ตั้งทางธรรม (2541 : 5) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาที่มี 6 ประการดังนี้

1. นโยบายสุขภาพ

2. สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

3. สิ่งแวดล้อมทางสังคม

4. ความสัมพันธ์ของโรงเรียนกับชุมชน

5. ทักษะส่วนบุคคลด้านสุขภาพ

6. บริการสุขภาพในโรงเรียน

คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัดราชบุรี (2543 : 7) ได้กำหนดองค์ประกอบของการส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษาโดยอิงเกณฑ์จากองค์การอนามัยโลกไว้ 10 ประการ ดังนี้

1. นโยบายของโรงเรียน (School Policies)

2. การบริหารจัดการในโรงเรียน (School Management Practices)
 3. โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน (School/Community Projects)
 4. การให้บริการอนามัยโรงเรียน (School Health Services)
 5. อนามัยสิ่งแวดล้อม (Healthy School Environment)
 6. โภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร (Nutrition / Food Safety)
 7. สุขศึกษาในโรงเรียน (School Health Education)
 8. การให้คำปรึกษาและการสนับสนุนทางสังคม (Counseling/Social Support)
 9. การออกกำลังกาย กีฬาและสันทนาการ (Physical Exercise, Sport, Recreation)
 10. การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรของโรงเรียน (Health Promotion for staff)
- องค์ประกอบของการส่งเสริมสุขภาพจะประกอบไปด้วย การส่งเสริมในด้านของนโยบายของโรงเรียน การดูแลสุขภาพของนักเรียนทั้งด้านการป้องกันและรักษา การให้คำปรึกษาด้านสุขภาพแก่นักเรียน การติดตามผลและการประเมินสุขภาพของนักเรียนพร้อมทั้งการจดบันทึก

1.4 ปัญหาของการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

ปัญหาของโครงการส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษาระดับประถมศึกษาที่มีอยู่ด้วยกันหลายประการดังนี้

1. ปัญหาการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ
สุชาติ โสมประยูร และเอมอชฌา วัฒนบุรานนท์ (2546 : 32-35) ได้กล่าวถึงปัญหาในการจัดสิ่งแวดล้อมให้ถูกสุขลักษณะไว้ดังนี้

1.1 สภาพปัญหาความสะอาด โรงเรียนทั่วไปยังไม่สะอาดเท่าที่ควร และมักเข้าใจว่าคณาจารย์โรงเรียนจะเป็นผู้รักษาความสะอาด ขาดการดูแล และไม่ช่วยกันรักษาความสะอาด

1.2 สภาพปัญหาน้ำดื่ม น้ำใช้ โรงเรียนทั่วไปมักมีปัญหาเรื่องน้ำดื่ม น้ำใช้ไม่ถูกสุขลักษณะ โรงเรียนในชนบทมักมีปัญหาทั้งในเรื่องน้ำขาดคุณภาพ และน้ำมีปริมาณไม่เพียงพอความต้องการของนักเรียนตลอดทั้งปัญหาในการใช้ภาชนะรองรับน้ำหรือใส่น้ำสำหรับดื่ม ซึ่งมักพบอยู่บ่อยๆที่เห็นนักเรียนใช้แก้วน้ำหรือขันน้ำร่วมกัน

1.3 สภาพปัญหาสิ่งแวดล้อมภายในห้องเรียน โรงเรียนทั่วไปมักมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดสิ่งแวดล้อมภายในห้อง เช่น โต๊ะ เก้าอี้ผิดขนาด มีจำนวนไม่เพียงพอ อุปกรณ์การสอนไม่อยู่ในสภาพที่ใช้การได้ดี กระดานดำสีจืดจาง วางสิ่งของไม่เป็นที่เป็นทาง และไม่ปลอดภัย มีคราบความสกปรก และหายใจติดขัดอยู่ทั่วอากาศร้อนอบอ้าว มีแสงสว่างไม่เพียงพอ

1.4 สภาพปัญหาสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนทั่วไป โรงเรียนทั่วไปมักมี ปัญหาเกี่ยวกับการจัดสิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียน เช่น โรงเรียนตั้งอยู่ในทำเลที่ไม่เหมาะสม อยู่ในที่ลุ่มน้ำขังอยู่ได้ทุนตลอดปี ใกล้แหล่งสกปรก ใกล้ทางรถไฟ สนามบิน โรงมหรสพ โรงงานอุตสาหกรรม สนามหญ้าขึ้นรก ห้องน้ำห้องส้วมสกปรก และจำนวนไม่เพียงพอ อาคารเรียน และอาคารประกอบมีสภาพชำรุดทรุดโทรม

2. สภาพปัญหาในการจัดบริการสุขภาพ

ทวีสิทธิ์ สิทธิกร (2531 : 46-48) ได้กล่าวถึง สภาพปัญหาในการจัดบริการสุขภาพในโรงเรียนไว้ดังนี้

2.1 สภาพปัญหาการตรวจสุขภาพ ครูประจำชั้นไม่เห็นความสำคัญของการตรวจสุขภาพของนักเรียนในตอนเช้ามักจะไม่ได้ทำอย่างสม่ำเสมอ และจริงจัง เมื่อตรวจแล้วก็ไม่ได้ดำเนินการต่อ

2.2 สภาพปัญหาการป้องกัน และควบคุมโรคติดต่อ โรงเรียนขาดการป้องกัน และควบคุมโรคติดต่ออย่างแท้จริง ทำให้โรคหวัด โรคตาแดง เหา และโรคพยาธิยังระบาดอยู่มากในนักเรียน

2.3 สภาพปัญหาการบันทึกสุขภาพ โรงเรียนไม่ได้ทำการการบันทึกสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ และเมื่อมีการย้ายโรงเรียนก็ไม่มีการนำบันทึกส่งต่อไปยังโรงเรียนใหม่ ตลอดจนการติดตามผล และการแนะแนวสุขภาพยังทำกันน้อยมาก

2.4 สภาพปัญหาห้องพยาบาล โรงเรียนจำนวนมากไม่สามารถจัดห้องพยาบาลได้ หรือมีไม่เพียงพอกับความต้องการใช้บริการของนักเรียน ขาดอุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ที่ทันสมัย

2.5 สภาพปัญหาการจัดอาหารกลางวัน โรงเรียนมักประสบปัญหาการขาดทุนหรือทุนหมด บางแห่งขาดความรู้ความเข้าใจในการบริหารโครงการอาหารกลางวัน ไม่มีการควบคุมคุณภาพของอาหาร

3. สภาพปัญหาการสอนสุขศึกษา

ชวลิต พุทธรังค์ (2528 : 28-30) ได้กล่าวถึงสภาพปัญหาในการสอนสุขศึกษาในโรงเรียนไว้ว่า ครูทำการสอนแบบเดิมคือ อธิบายให้นักเรียนอ่านหรือบันทึกจากหนังสือ ขาดการพัฒนาวัสดุอุปกรณ์ ครูไม่ค่อยเห็นความสำคัญของวิชาสุขศึกษา ผู้สอนสุขศึกษาเป็นตัวอย่างที่ไม่ดีแก่นักเรียน เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา ผสมยา ครูไม่มีการพัฒนาหลักสูตรการสอนให้เหมาะสมกับท้องถิ่น สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนเป็นอุปสรรคต่อการสอนสุขศึกษา เช่น น้ำท่วมขัง อาคารชำรุดทรุดโทรมมาก ขาดแคลนน้ำอุปโภคบริโภค ตั้งอยู่ใกล้โรงงาน ชุมชนแออัด

4. สภาพปัญหาการประสานงาน

ปัญหาของการประสานงานอันเนื่องมาจากการขาดการประสานสัมพันธ์ระหว่างบุคลากรผู้ดำเนินโครงการสุขภาพในโรงเรียนกับบุคลากรสาธารณสุข และชุมชน ประชาชน ส่วนใหญ่มีฐานะยากจน ขาดโอกาสทางการศึกษา มีผลทำให้ขาดความรู้ความเข้าใจ และความกระตือรือร้นในการแก้ปัญหาสาธารณสุขของครอบครัวและชุมชน และการขาดแคลนการบริการทางสาธารณสุขในท้องถิ่นที่มีการคมนาคมไม่สะดวกหรือท้องถิ่นกันดาร หรือในชนบทห่างไกล ไม่ได้มีการกระจายหน่วยงาน และบุคลากรทางสาธารณสุขไปยังต่างจังหวัดเท่าที่ควร

5. สภาพปัญหาการบริหารปัจจัยในการบริหารงานสุขภาพในโรงเรียน

ปัจจัยที่มีผลต่อการบริหารงานสุขภาพในโรงเรียนคือ ปัญหาเกี่ยวกับบุคลากรยังขาดบุคลากรที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ขาดแคลนบุคลากรในการทำงาน ทักษะไม่ดีและผิดต่อการส่งเสริมสุขภาพ ผู้บริหารให้ความสำคัญกับโครงการส่งเสริมสุขภาพน้อย ขาดงบประมาณในการดำเนินงาน ขาดวัสดุอุปกรณ์ เครื่องใช้ เวชภัณฑ์ ตลอดจนสื่อการเรียนการสอน ไม่มีการวางแผนในการดำเนินงาน

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนส่วนใหญ่จึงเกิดจากปัญหาของสภาพแวดล้อมทางสังคม บุคลากร การบริหารจัดการ การขาดความรู้ และขาดการประสานสัมพันธ์ที่ดีระหว่างชุมชนกับโรงเรียน

1.5 กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

บุษบา จันทรผ่อง (2543 : 238-241) ได้กล่าวถึงการดำเนินงานโครงการสุขภาพในโรงเรียนระดับประถมศึกษาว่าพิจารณาจากกิจกรรมหลัก 3 ประเภทคือ งานบริการสุขภาพในโรงเรียน การจัดสิ่งแวดล้อมให้ถูกสุขลักษณะ และงานส่งเสริมสุขภาพศึกษาในโรงเรียนสามารถแบ่งได้เป็นกิจกรรมย่อย 9 กิจกรรมคือ

1. นักเรียนทุกคนมีบัตรบันทึกสุขภาพประจำตัว(สศ.3) ประกอบด้วยรายละเอียดดังนี้ มีการบันทึกประวัติทั่วไป มีการบันทึกประวัติการเจ็บป่วย มีการบันทึกการเจริญเติบโตอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง การบันทึกผลการตรวจสอบสายตาปีละ 1 ครั้ง มีการบันทึกการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคที่นักเรียนได้รับ จัดบันทึกผลการตรวจ และรักษาโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข จัดบันทึกผลการตรวจ รักษา ติดตามผล ส่งต่อปัญหาพฤติกรรมโดยครู และมีการเก็บรักษาบัตรบันทึกสุขภาพและสะดวกต่อการนำไปใช้

2. จัดโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะมีรายละเอียดดังนี้ ความสะอาดของบริเวณโรงเรียนปราศจากขยะมูลฝอยทุกชนิด สภาพของสนามเรียบ ไม่เป็นหลุม บ่อ ไม่ก่อให้เกิดอันตราย มีรางระบายน้ำจากน้ำใช้หรือน้ำฝน ไม่ก่อให้เกิดการท่วมขัง อาคารเรียนและห้องเรียนมีความแข็งแรง สะอาดปราศจากใยแมงมุม เศษกระดาษ ฝุ่น มีการระบายอากาศมีแสงสว่างเพียงพอ ปราศจากเสียงรบกวน ห้องส้วมและที่ปัสสาวะต้องมีไม่น้อยกว่าที่มาตรฐานกำหนดไว้ อยู่ในสภาพที่ดี ไม่ชำรุด และสะอาดปราศจากกลิ่น ภาชนะขยะมูลฝอย

มีจำนวนเพียงพอและมีการแยกขยะเปียกและขยะแห้ง ภาชนะที่ใส่ขยะถูกต้องตามหลักสุขาภิบาล มีการกำจัดขยะอย่างถูกต้องไม่กองทิ้งไว้ การสุขาภิบาลอาหารมีโรงอาหารเป็นสัดส่วน สะอาด ภาชนะที่ใส่อาหารถูกหลักสุขาภิบาล ไม่ทำจากวัสดุมีพิษ การล้างภาชนะถูกต้องตามหลักสุขาภิบาล อาหารที่ปรุงเสร็จต้องเก็บไว้ในภาชนะที่สะอาด มีฝาปิด ห้องพยาบาลมีห้องพยาบาลโดยแยกเป็นสัดส่วนหรือจัดมุมพยาบาล เวชภัณฑ์มีพอใช้ตลอดปี มีการจัดเก็บที่ถูกต้อง เตียนนอนสะอาด มีการจัดบันทึก การให้บริการของห้องพยาบาล สรุปผลและแสดงผล มีผู้รับผิดชอบ ดูแลความเรียบร้อยที่ได้รับมอบหมายอย่างเป็นทางการ

3. สร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค มีรายละเอียดดังนี้ ทำการฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ ไอกรณ บาดทะยัก โปลิโอ หัด และหัดเยอรมัน ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 วัคซีนป้องกันหัดเยอรมันในนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วัคซีนป้องกันบาดทะยักในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีการแจ้งให้นักเรียนทราบถึงชนิดของวัคซีนที่ได้รับทุกครั้ง

4. ส่งเสริมสุขภาพ มีรายละเอียดดังนี้ มีการประชุมชี้แจงแก่ครู ผู้ปกครอง และผู้นำนักเรียนอย่างน้อย 1 ครั้งต่อกลุ่มต่อปี มีการบรรยายเสริมและในโอกาสพิเศษ จัดกิจกรรมเสริม ใช้สื่อประกอบขณะบรรยาย มีการบันทึกกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

5. นักเรียนได้รับการตรวจสุขภาพ มีรายละเอียดดังนี้

5.1 การตรวจสุขภาพโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในเด็กนักเรียนได้รับการตรวจสุขภาพทุกคน และในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ได้รับการตรวจปอด หัวใจ ด้วยหูฟัง(Stethoscope)

5.2 การตรวจสุขภาพโดยครู ในด้านความถี่ของการตรวจสุขภาพอย่างง่าย และการตรวจสุขภาพฟันปีละ 2 ครั้ง (ทส.001 และ ทส.002)

6. นักเรียนที่เจ็บป่วยได้รับการรักษา (อร.14) มีรายละเอียดดังนี้ คือนักเรียนได้รับการรักษา หรือส่งต่อแพทย์หรือทันตแพทย์

7. มีการติดตามผลการรักษา (อร.14) มีรายละเอียดดังนี้ คือมีการติดตามโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข โดยครู โดยผู้นำนักเรียน

8. จัดหาน้ำดื่มและน้ำใช้ มีรายละเอียดดังนี้

8.1 น้ำดื่ม มีปริมาณน้ำเพียงพอไม่น้อยกว่า 2 ลิตรต่อคนต่อวัน คุณภาพน้ำต้องได้ตามมาตรฐานสุขาภิบาลน้ำดื่ม ภาชนะกักเก็บถูกหลักสุขาภิบาล เด็กนักเรียนมีแก้วน้ำดื่มประจำตัว

8.2 น้ำใช้ มีปริมาณน้ำเพียงพอ ไม่น้อยกว่า 10 ลิตรต่อคนต่อวัน น้ำสะอาด ไม่มีสี ไม่มีกลิ่น ไม่ขุ่น

9. โภชนาการในโรงเรียน เด็กนักเรียนทุกคนมีอาหารกลางวันรับประทาน มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน ส่งเสริมการทำสวนครัว เลี้ยงสัตว์ที่โรงเรียนและที่บ้าน ชั่งน้ำหนักและแปลผลอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง การแก้ไขเด็กนักเรียนที่น้ำหนักต่ำกว่ามาตรฐาน

ลักษณะ เต็มศิริกุลชัย และสุชาดา ตั้งทางธรรม (2541 : 6-15) ได้กล่าวถึงโครงการหรือกิจกรรมของการส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษาระดับประถมศึกษาที่ควรมีการส่งเสริมให้ดำเนินการดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. โรงเรียนมีนโยบายเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ ในด้านการจัดหาอาหารท้องถิ่นที่เป็นประโยชน์ต่อนักเรียน ครูเป็นแบบอย่างในการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ (healthy food) ในโรงเรียน จัดให้มีอาหารเพื่อสุขภาพในวันที่มีกิจกรรมพิเศษ เช่น วันแข่งกีฬา เป็นต้น

2. โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่และห้ามดื่มสุราหรือเสพยาเสพติดทุกชนิด

3. โรงเรียนสนับสนุนความเสมอภาค โดยให้นักเรียนหญิงและชายสามารถใช้ทรัพยากรต่างๆในโรงเรียนอย่างเท่าเทียมกัน

4. โรงเรียนมีระเบียบปฏิบัติที่เป็นทางการในการจ่ายยาให้แก่นักเรียน

5. โรงเรียนมีนโยบายและแผนงานการปฐมพยาบาล

6. โรงเรียนมีนโยบายควบคุมโรคหอนอนพยาธิและปอดอักเสบ (เฉพาะโรงเรียนที่มีปัญหา)

7. โรงเรียนมีนโยบายในการตรวจร่างกาย

8. โรงเรียนมีนโยบายเกี่ยวกับการปิดโรงเรียนในกรณีฉุกเฉินหรือมีเหตุการณ์ซึ่งจะเกิดอันตรายต่อสุขภาพของนักเรียน

9. โรงเรียนจัดให้มีสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัย

10. มีสุขาภิบาลที่ถูกหลักอนามัย มีน้ำดื่มน้ำใช้เพียงพอ

11. โรงเรียนสนับสนุนการดำเนินงานเพื่อให้เกิดสมดุลของสิ่งแวดล้อม

12. กระตุ้นให้นักเรียนดูแลสิ่งแวดล้อมและความสะอาดต่างๆในโรงเรียน

13. โรงเรียนสร้างสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่เกื้อหนุนต่อการเรียน

14. ปรัชญาของโรงเรียนเกื้อหนุนต่อสุขภาพจิตและความต้องการทางสังคมของนักเรียนและครู

15. โรงเรียนสร้างสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่อบอุ่น เชื้อมั่นและเป็นมิตร เอื้อต่อการมีส่วนร่วมและตั้งใจเรียน

16. โรงเรียนให้การช่วยเหลือและสนับสนุนนักเรียนที่ด้อยโอกาสอย่างเหมาะสม

17. โรงเรียนใส่ใจต่อความจำเป็นที่จะให้การศึกษาแก่ผู้ปกครอง ในเรื่องที่มีผลต่อความเป็นอยู่ที่ดีของนักเรียน

18. เปิดโอกาสให้ครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วมในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียน

19. โรงเรียนจัดกิจกรรมที่เชื่อมโยงกับชุมชนท้องถิ่น

20.หลักสูตรด้านสุขภาพมีลักษณะที่สอดคล้องและเป็นองค์รวม หลักสูตรมีความน่าสนใจ เหมาะสมกับนักเรียน เน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน เนื้อหาหลักสูตรสะท้อนปัญหาสุขภาพในชุมชน นักเรียนสามารถนำประสบการณ์ของตนเองมาใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเองได้

21.หลักสูตรทำให้นักเรียนเข้าใจทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาพและสามารถนำไปปฏิบัติได้ นักเรียนได้รับความเข้าใจพื้นฐานที่สอดคล้องกับวัยและวัฒนธรรม ในเรื่องอาหาร การป้องกันโรค สุขอนามัย การออกกำลังกาย ความปลอดภัย สุขภาพจิต เพศศึกษา บุหรี่ ยาเสพติด ทันตสุขภาพ และสิ่งแวดล้อม รู้จักการแก้ปัญหา การตัดสินใจ

22.ครูได้รับการเตรียมการอย่างเพียงพอเพื่อเป็นแบบอย่างหลักในโรงเรียน ส่งเสริมสุขภาพ

23.มีการจัดบริการสุขภาพขั้นพื้นฐานตามความจำเป็นของท้องถิ่นและประเทศ ให้แก่นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

24.หน่วยบริการสุขภาพในท้องถิ่นมีส่วนร่วมในแผนงานสุขภาพของโรงเรียน

25.หน่วยบริการสุขภาพมีส่วนร่วมในการอบรมครู

การจัดบริการสุขภาพอนามัยนักเรียนเป็นสิ่งที่ทุกฝ่ายจะต้องร่วมมือกันดูแลเอาใจใส่ให้มีการพัฒนาการทุกด้านเป็นไปตามวัย มีวุฒิภาวะ การดำเนินการอนามัยในโรงเรียน ส่วนที่เป็นการจัดบริการอนามัย ได้จัดให้มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่จะต้องรับผิดชอบร่วมกัน คือ ครูรับผิดชอบในการให้สุศึกษาแก่นักเรียนและดูแลสุขภาพนักเรียนในชั้นต้น แพทย์หรือบุคลากรทางแพทย์ เช่น พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข รับผิดชอบเกี่ยวกับการให้การตรวจรักษาพยาบาล ติดตามผลการรักษาตลอดจนให้คำปรึกษาในงานที่เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย นักเรียนในโรงเรียนมีหน้าที่ดูแลตนเองและเพื่อน โดยจัดรูปแบบของผู้นำนักเรียนฝ่ายส่งเสริมอนามัย ผู้ปกครองนักเรียนมีบทบาทในการให้ความร่วมมือกับครูและแพทย์ หรือบุคลากรทางการแพทย์ (สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. 2540 : 6-35)

จึงพอจะสรุปถึงกิจกรรมที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นในโรงเรียนประถมศึกษาได้ดังนี้

1. กิจกรรมการตรวจสุขภาพนักเรียน
2. กิจกรรมการจัดสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน
3. กิจกรรมการโภชนาการ
4. กิจกรรมการส่งเสริมความเข้าใจด้านการส่งเสริมสุขภาพอนามัยของบุคลากรและของชุมชน

5. กิจกรรมด้านการประสานความสัมพันธ์ของคนภายในชุมชนกับโรงเรียน

จึงพอจะสรุปได้ว่า การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาควรประกอบไปด้วย การดูแลรักษาสุขภาพอนามัยของนักเรียนให้แข็งแรงสมบูรณ์ มีการดูแลสุขภาพที่ภายในและ

บริเวณรอบๆโรงเรียนให้สะอาด น่าอยู่ มีการสุขาภิบาลในด้านต่างๆอย่างทั่วถึง เช่น ที่ๆใช้ปรุงอาหารสะอาด ห้องน้ำสะอาดไม่มีกลิ่นเหม็น หรืออับชื้น มีการสอนสุขศึกษา มีการจัดทำบัตรบันทึกและมีการตรวจสุขภาพอนามัยนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ มีการโภชนาการที่ดี และมีการจัดบริเวณให้ออกกำลังกาย โรงเรียนก็จะเต็มไปด้วยประชากรเด็กที่มีคุณภาพทั้งร่างกายและจิตใจ รวมถึงกลายเป็นสังคมที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี

2.การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

จังหวัดราชบุรีเป็นจังหวัดหนึ่งที่มีความสำคัญกับการส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษา เนื่องจากได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการมีสุขภาพดีอันจะเป็นจุดเริ่มต้นของความพร้อมในการรับรู้วิทยาการและทักษะต่างๆของเด็ก มีผลทำให้เด็กสามารถเติบโตเป็นประชากรที่มีคุณภาพได้ในอนาคต จึงได้มีการส่งเสริมกิจกรรมและโครงการต่างๆที่เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กิจกรรมและโครงการส่งเสริมสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

กิจกรรมและโครงการต่างๆที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรีมีอยู่มากมายหลายโครงการและหลายกิจกรรมจึงจะขอกล่าวถึงโครงการหรือกิจกรรมที่ดีและน่าสนใจดังต่อไปนี้

2.1.1 โครงการการส่งเสริมสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

1. มีการส่งเสริมโรงเรียนภายในจังหวัดราชบุรีให้เป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัดราชบุรีจึงได้จัดทำ คู่มือการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ขึ้นเพื่อให้ทุกโรงเรียนสามารถดำเนินการได้อย่างมีมาตรฐานและมีหลักเกณฑ์
2. การส่งเสริมอบรมนักเรียนให้เป็นผู้นำนักเรียนในการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อให้สามารถช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ และบริการด้านสุขภาพให้กับเพื่อนๆ ครอบครัว และชุมชนได้
3. ส่งเสริมสุขภาพด้านทันตสุขภาพ โดยให้ครูเป็นผู้ช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ และสังเกตความผิดปกติของทันตสุขภาพของเด็กนักเรียน

2.1.2 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรีสามารถแบ่งได้ 7 หมวดใหญ่ๆ คือ การให้บริการอนามัย อนามัยสิ่งแวดล้อม โภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร สุขศึกษาในโรงเรียน การให้คำปรึกษา และการสนับสนุนทางสังคม การ

ออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ และการส่งเสริมสุขภาพบุคลากรของโรงเรียน โดยมีการจัดกิจกรรมตามหมวดดังนี้

1. การให้บริการอนามัย

1.1 ด้านการส่งเสริมและบริการสุขภาพ จัดทำให้ทุกคนมีบัตรบันทึกสุขภาพ มีการบันทึกการให้การรักษาพยาบาลนักเรียนที่เจ็บป่วย ได้รับบัตรสวัสดิการประชาชนด้านการรักษา นักเรียนชั้นป.1-ป.4 ได้รับการตรวจสุขภาพโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข 1 ปี/ครั้ง นักเรียนชั้นป.5 ขึ้นไปมีแบบตรวจสุขภาพและการบันทึกการตรวจสุขภาพ 1 ครั้ง/ภาคเรียน รวบรวมและรายงานด้านสุขภาพนักเรียนและเสนอ 1 ครั้ง/ปี สรุปปัญหาด้านสุขภาพนักเรียนเสนอผู้บริหาร 1 ครั้ง/ปี

1.2 ด้านการควบคุมป้องกันและขจัดโรค นักเรียนได้รับวัคซีนขั้นพื้นฐานตามเกณฑ์ของกรมควบคุมโรคติดต่อนักเรียนชั้นป.1 ทุกคนได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ บาดทะยัก โรคหัด หัดเยอรมัน วัณโรค และโปลิโอ นักเรียนชั้นป.6 ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ บาดทะยัก นักเรียนได้รับการสำรวจโรคพยาธิ โรคโลหิตจาง ธาลัสซีเมีย โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก และได้รับยาเสริมในกรณีที่ตรวจพบ ตรวจหาอาการคอกเทล สำรวจหา และขจัดโรคหา ได้รับการตรวจวัดสายตา การได้ยิน พร้อมทั้งให้การช่วยเหลือ

1.3 การเฝ้าระวังและส่งเสริมทันตสุขภาพ ตรวจสุขภาพช่องปาก ดำเนินกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน จัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการส่งเสริมทันตสุขภาพ

1.4 การเฝ้าระวังโรคไข้เลือดออก ดำเนินกิจกรรมที่ทำให้โรงเรียนปลอดยุงลาย ความร่วมมือกับชุมชน

1.5 การเฝ้าระวังสารเสพติดในโรงเรียน

1.6 ส่งเสริมการเรียนรู้และป้องกันปัญหาโรคเอดส์ในโรงเรียน

2. อนามัยสิ่งแวดล้อม

2.1 สนามและบริเวณโรงเรียนมีรั้วเป็นระเบียบ สภาพดี มีการจัดระบบจราจร มีสนามกีฬา สนามเด็กเล่นเป็นสัดส่วน

2.2 อาคารเรียน มีสภาพดี วัสดุแข็งแรง มีความปลอดภัย

2.3 ห้องเรียน มีระเบียบทางเดิน บันได มีแสงสว่างเพียงพอ ห้องเรียนสะอาด สวยงาม มีอุปกรณ์ช่วยในการระบายอากาศ

2.4 ห้องสมุด มีแสงสว่างเพียงพอ มีการระบายอากาศดี

2.5 ห้องพยาบาล มีมุมแยกเป็นสัดส่วน มีตู้เวชภัณฑ์และวัสดุอุปกรณ์ที่พร้อมใช้งาน อยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้อง

- 2.6 น้ำดื่ม สะอาดและถูกสุขลักษณะ เก็บในที่ที่เหมาะสม
- 2.7 น้ำใช้ สะอาดและมีปริมาณเพียงพอ
- 2.8 ห้องส้วม อ่างล้างมือ ที่ปัสสาวะ มีเพียงพอและเป็นสัดส่วน มีการระบายอากาศที่ดี แสงสว่างเพียงพอ ถูกสุขลักษณะ
- 2.9 การกำจัดขยะ ถังมีสภาพที่ดี มีฝาปิด มีระบบการกำจัดขยะที่ถูกอนามัย
- 2.10 การกำจัดน้ำเสีย มีการบำบัดน้ำเสียที่เหมาะสม มีท่อหรือรางระบายน้ำที่อยู่ในสภาพที่ดี

2.11 บุคลากรรับผิดชอบงานสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน

3. โภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

- 3.1 การเฝ้าระวังภาวะการเจ็บป่วยเฉียบพลันในนักเรียน ด้วยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แล้วทำการแปลผล ให้อาหารเสริม (นม) แก่เด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์
- 3.2 อาหารกลางวันที่มีคุณภาพ
- 3.3 สุขาภิบาลอาหาร มีสถานที่สะอาด เป็นระเบียบ

4. สุขศึกษาในโรงเรียน

- 4.1 จัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรด้านการส่งเสริมสุขภาพตามสภาพปัญหา หรือความต้องการของท้องถิ่น
- 4.2 พัฒนานวัตกรรมการเรียนการสอน รวมทั้งสื่อเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ
- 4.3 ผู้นำนักเรียนให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน
- 4.4 การส่งเสริมสุขภาพตามแนวทางสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ

5. การให้คำปรึกษา และการสนับสนุนทางสังคม

- 5.1 บริการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนและผู้ปกครองในด้านการส่งเสริมสุขภาพ มีการประเมิน จัดบันทึกในการให้คำปรึกษา
- 5.2 การช่วยเหลือนักเรียนด้อยโอกาส

6. การออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ

- 6.1 ส่งเสริมความรู้เรื่องการออกกำลังกาย
- 6.2 มีอุปกรณ์การออกกำลังกายที่เหมาะสมและมีสถานที่ที่ปลอดภัย
- 6.3 จัดสถานที่ให้กับบุคคลภายในชุมชนได้มีส่วนร่วมในการใช้สนาม หรือสถานที่ในการออกกำลังกาย

7. การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรของโรงเรียน มีการอบรม แจกเอกสาร และการตรวจสุขภาพให้กับบุคลากรเป็นประจำ

จากกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรีทั้ง 7 หมวดย่อยดังรายละเอียดที่กล่าวมาแล้วนั้น ผู้ศึกษาขอนำกิจกรรมด้านโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร กับกิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ มาใช้เป็นตัวอย่างในการบริหารจัดการคุณภาพด้วยระบบ PDCA ด้านการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนระดับประถมศึกษา ของคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนระดับประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญขั้นพื้นฐานที่จะส่งเสริมให้เด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาสามารถเจริญเติบโตได้อย่างสมบูรณ์และแข็งแรง สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพในอนาคต

3.การส่งเสริมกิจกรรมการโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร (Nutrition/ Food Safety)

การโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหารมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตของเด็กและเกี่ยวข้องกับโรคต่างๆที่มักจะเกิดขึ้นอันเนื่องมาจากอาหาร เช่น โรคท้องเดิน โรคขาดสารอาหาร โรคเลือดออกตามไรฟัน ดังนั้นการโภชนาการและสุขาภิบาลอาหารจึงเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อเด็กในการเจริญเติบโตและมีสุขภาพที่ดี สามารถรับรู้ เรียนรู้ สิ่งต่างๆได้ดี สถานศึกษาระดับประถมศึกษาจึงควรมีการส่งเสริมกิจกรรมด้านโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

3.1 ความหมายของโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

กองอนามัยโรงเรียน (2526 : 80) ให้ความหมายของโภชนาการว่า เป็นวิทยาศาสตร์อันหนึ่งที่จะต้องศึกษาถึงขบวนการทั้งหมดของการเจริญเติบโต การบำรุงเลี้ยง และ ซ่อมแซมร่างกายที่มีชีวิต ซึ่งอยู่กับอาหารที่รับประทาน

พจนานุกรมไทย (มานิต มานิตเจริญ. 2538 : 703) ให้ความหมายของโภชนาการ (Nutrition) ว่าหมายถึง วิชาว่าด้วยคุณและโทษของอาหาร (Dietetics)

โภชนาการ จึงหมายถึง การศึกษาในเรื่องของอาหารว่ามีประโยชน์และโทษต่อการเจริญเติบโตของร่างกายอย่างไรบ้าง เพื่อที่จะได้บริโภคอาหารได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับความต้องการและมีประโยชน์ต่อร่างกาย ส่งผลต่อสุขภาพ

ส่วนคำว่า สุขาภิบาลอาหาร กองอนามัยโรงเรียน (2526 : 84) ได้ให้ความหมายไว้ว่า หมายถึง การจัดและควบคุมอาหารให้สะอาด ปลอดภัยจากเชื้อโรค พยาธิ

และสารเคมีที่เป็นพิษต่างๆ ซึ่งเป็นอันตรายหรืออาจเป็นอันตรายต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย สุขภาพอนามัย และการดำรงชีวิตของมนุษย์

การโภชนาการและการสุขาภิบาลจึงมีความจำเป็นสำหรับเด็กนักเรียนที่กำลังเจริญเติบโต ทำให้เจริญเติบโตด้วยคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพต่อสังคมและประเทศ

3.2 ความสำคัญของการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

อาหารคือสิ่งที่เรารับประทานเข้าไปเพื่อประโยชน์ในการบำรุงร่างกายให้พลังงานเป็นส่วนสำคัญของการดำรงชีวิตของมนุษย์ อันจะทำให้มนุษย์สามารถมีชีวิตอยู่ได้ สุขภาพอนามัยที่ดีของนักเรียนนอกจากจะเกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมแล้ว การโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหารก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพอนามัยที่ดีของนักเรียนทำให้นักเรียนมีความสนใจต่อการเรียน มีสุขภาพจิตที่ดี มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคเติบโตอย่างมีคุณภาพ การที่ทำให้เด็กได้รับโภชนาการและสุขาภิบาลอาหารที่ดีถูกสุขลักษณะจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย และยังส่งผลถึงสภาพของจิตใจอีกด้วย จึงพอจะสรุปถึงความสำคัญของการโภชนาการและสุขาภิบาลอาหารเป็นหัวข้อใหญ่ได้ดังนี้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ แข็งแรง (ส่วนสูง, น้ำหนัก) ได้ตามมาตรฐานที่กำหนด
2. ครู ผู้ปกครอง ได้รับรู้ถึงปัญหาและสภาวะสุขภาพของนักเรียน
3. นักเรียนมีความรู้ สามารถดูแลตนเองในการเลือกบริโภคอาหารให้ถูกสุขลักษณะ
4. เกิดความร่วมมือกันภายในชุมชนระหว่างโรงเรียน ครู ผู้ปกครอง และนักเรียนในการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

3.3 ขอบเขตของการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

การโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหารมีขอบเขตในด้านการดูแลและมาตรฐานในเรื่องความปลอดภัยและความสะอาดของอาหาร ตั้งแต่เป็นวัตถุดิบจนถึงปรุงสำเร็จและรวมถึงสภาพแวดล้อมของพื้นที่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการปรุงอาหาร การให้ความรู้กับนักเรียนในการเลือกบริโภคอาหารที่มีคุณประโยชน์ต่อร่างกาย การตรวจสอบการเจริญเติบโตของนักเรียน

3.4 แนวทางการจัดกิจกรรมการส่งเสริมโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร

แนวทางการจัดกิจกรรมส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหารของสถานศึกษาระดับประถมศึกษาจะมุ่งเน้นในด้านการส่งเสริมให้นักเรียนได้รับสารอาหารที่มีคุณภาพ มีประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย ปลอดภัยจากสารพิษ ดังนั้นจึงควรจัดกิจกรรมตามแนวทางดังต่อไปนี้

- 1.การจัดกิจกรรมส่งเสริมด้านการบริการอาหารกลางวัน
- 2.การจัดกิจกรรมส่งเสริมการทำสวนครัวปลอดสารเคมี เลี้ยงสัตว์ที่โรงเรียนและที่บ้าน
- 3.การจัดกิจกรรมส่งเสริมด้านการเจริญเติบโตตามวัย
- 4.การจัดกิจกรรมส่งเสริมอาหารเสริมสำหรับเด็ก
- 5.การจัดกิจกรรมโรงเรียนนี้ปลอดผงชูรส
- 6.การจัดกิจกรรมส่งเสริมความรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารให้กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับการผลิต จำหน่ายอาหารบริเวณโรงเรียน
- 7.การจัดกิจกรรมส่งเสริมสิ่งแวดล้อม สถานที่ที่ถูกสุขลักษณะ เหมาะสมกับการบริโภคอาหาร

แนวทางในการจัดกิจกรรมข้างต้นนี้เป็นเพียงส่วนหนึ่งที่น่าจะทำให้เกิดขึ้นภายในสถานศึกษาระดับประถมศึกษาจากสภาพปัญหาที่พบของโรงเรียนทั่วไปมักมีปัญหากับการจัดโปรแกรมโภชนาการให้แก่นักเรียน ในด้านการจัดอาหารกลางวัน การสุขาภิบาลอาหาร ปัญหาเรื่องการจัดเตรียมอาหารหรือการครัว รวมทั้งปัญหาเรื่องการให้พ่อค้าแม่ค้านำอาหารเข้ามาขายในโรงเรียน(สุชาติ โสมประยูรและเอมอัชฌา วัฒนบุรณนธ์. 2542 : 43) ซึ่งแต่ละโรงเรียนนั้นจะต้องสำรวจถึงปัญหาของโรงเรียนตนเองก่อนว่าพบกับปัญหาใดมากที่สุดและรองลงมาคือปัญหาใด ปัญหาใดควรจะทำให้การแก้ไขก่อน จึงค่อยจัดทำเป็นกิจกรรมขึ้นมาเพื่อการแก้ปัญหาที่ได้ประสิทธิผลมากที่สุด ส่วนโรงเรียนอื่นๆที่มีได้ประสบปัญหาในด้านนี้ก็สามารณำขึ้นมำจัดทำเป็นกิจกรรมได้เพื่อควมเหมำสมกับปัญหำของโรงเรียนนั้น อันจะทำให้นักเรียน บุคลากรต่างๆ ภายในสถานศึกษาได้รับโภชนาการและสุขาภิบาลอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ ทำให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพดี แข็งแรงปลอดภัยจากโรคต่างๆ

3.5 การประเมินและติดตามผลการส่งเสริมโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

บุษบา จันท์ผ่อง (2543 : 245) ได้กล่าวถึงหลักการประเมินผลว่าสิ่งที่ควรตระหนักในการประเมินผลได้แก่

- 1.ทำการประเมินอย่างต่อเนื่องและสอดคล้องกับกิจกรรมที่ดำเนินการ
- 2.ประเมินส่วนที่สำคัญของโครงการในโรงเรียน รวมถึงกระบวนการและผลที่ได้รับ
- 3.การประเมินผลควรได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่าย รวมถึงผู้บริหารสถานศึกษา ครู เด็กนักเรียน ผู้ปกครอง แพทย์ พยาบาล นักโภชนาการและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอื่นๆ
- 4.การประเมินควรทำการประเมินผลเป็นระยะ เพราะบางกิจกรรมมิได้สิ้นสุดลงในระยะเวลาสั้นๆ
- 5.ข้อมูลต่างๆที่รวบรวมได้ควรนำมาประกอบการประเมินด้วย

การประเมินและติดตามผลของการส่งเสริมกิจกรรมการโภชนาการและการ
สุขาภิบาลอาหาร จึงมีขั้นตอนดังนี้

1. มีการวางแผนกำหนดแนวทางการประเมินและติดตามผลไว้อย่างชัดเจน
2. มีการกำหนดเครื่องมือที่จะใช้ว่าเป็นแบบใด เช่น แบบบันทึก
แบบทดสอบ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ จากการสังเกต เพื่อให้ได้ผลการประเมินที่
ถูกต้องตรงกับสภาพความเป็นจริงมากที่สุด และได้ข้อมูลที่ตรงกันตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้
3. กำหนดผู้รับผิดชอบทำการประเมินให้ชัดเจนว่าคือใคร เช่น ครูประจำชั้น
ครูสอนสุขศึกษา พยาบาลประจำห้องพยาบาล นักเรียน
4. นอกจากนี้ผู้ที่ประเมินควรมีความเข้าใจในกิจกรรมอย่างแท้จริงด้วย ผลที่
ได้จากการประเมินจึงจะสามารถนำมาวิเคราะห์หาข้อสรุปได้อย่างถูกต้องและสามารถนำข้อมูล
มาใช้ในการแก้ปัญหาครั้งต่อไปได้
5. กำหนดช่วงระยะเวลาของการประเมินและติดตามผลเป็นระยะ ๆ ตามความ
เหมาะสมของช่วงระยะเวลาของการจัดกิจกรรม
6. จัดการประชุม สัมมนา เพื่อทราบถึงความก้าวหน้าของการจัดกิจกรรม
เพื่อแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็น เพื่อสรุปผลของการจัดกิจกรรม

4.การส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และ สันทนาการ (Physical Exercise,Sport,Recreation)

การออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความแข็งแรงของ
กล้ามเนื้อให้เจริญเติบโตอย่างสมส่วน เมื่อจัดทำกิจกรรมควบคู่กับการโภชนาการและการ
สุขาภิบาลอาหารจะมีผลทำให้นักเรียนมีสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์และแข็งแรง ได้ร่างกายที่
สมส่วน ไม่เป็นโรคอ้วน โรคขาดสารอาหาร นอกจากนี้ยังส่งผลต่อสภาพจิตใจทำให้นักเรียน
นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดี มีอารมณ์แจ่มใส ร่าเริง มองโลกในแง่ดีอันเป็นสิ่งที่นักเรียนทุกคน
ควรจะเป็น และเติบโตเป็นประชากรที่มีคุณภาพในอนาคต

4.1 ความหมายของการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ

สุชาติ โสมประยูร และคณะ (2542 : 39) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายว่า
การออกกำลังกายหมายถึงการออกแรงเพื่อกิจกรรมทางร่างกายทุกลักษณะ ทั้งการเล่น
กีฬา การทำงาน กิจกรรมที่สมัครใจทำและฝืนใจทำ กิจกรรมที่ทำเป็นอาชีพหรือสมัครเล่น
เพื่อให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหว หรือบางครั้งอาจจะอยู่กับที่ซึ่งเป็นผลให้หัวใจเต้นเร็วขึ้นกว่า
ปกติ

กรมอนามัย (2535 : 30) ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า การออก
กำลังกายเป็นการใช้แรงกล้ามเนื้อและร่างกายให้เคลื่อนไหว เพื่อให้ร่างกายมีสุขภาพดี โดยจะ

ใช้กิจกรรมใดเป็นสื่อก็ได้ เช่น กายบริหาร เดินเร็ว วิ่งเหยาะ หรือการฝึกกีฬาที่มีได้มุ่งที่การแข่งขัน

มานิต มานิตเจริญ (2538 : 962) ได้ให้ความหมายของคำว่าสันตนาการไว้ว่า หมายถึง กิจกรรมเกี่ยวกับเยาวชนทั่วไป การพักผ่อนหย่อนใจ งานอดิเรก

การออกกำลังกาย และกีฬา จึงมีความแตกต่างกับสันตนาการตรงที่สันตนาการเป็นการกระทำเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจและทำด้วยความสมัครใจไม่ยึดเป็นอาชีพ แต่การออกกำลังกาย กีฬาอาจจะทำด้วยความสมัครใจหรือไม่ก็ได้ สามารถทำเป็นอาชีพได้ และสันตนาการเน้นการผ่อนคลายทางจิตใจ ส่วนการออกกำลังกาย กีฬาเน้นทางด้านร่างกายเป็นจุดใหญ่

4.2 ความสำคัญของการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันตนาการ

ร่างกายของคนเราเมื่อได้รับสารอาหารเข้าไปในร่างกายแล้วก็จะนำไปบำรุงซ่อมแซมส่วนต่างๆของร่างกาย ส่วนที่เหลือก็จะทำการเก็บไว้เป็นไขมัน แต่ถ้าร่างกายเก็บไขมันไว้ในปริมาณมากๆก็จะเป็นสาเหตุของการเกิดโรคต่างๆ และมีผลต่อการเคลื่อนไหวร่างกายต่างๆ เด็กที่มีร่างกายสมบูรณ์จากการได้รับสารอาหารที่ถูกสุขลักษณะ มีการสุขาภิบาลอาหารที่ถูกวิธีแล้ว จึงควรมีการส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายเพื่อให้ร่างกายสมส่วน มีการเผาผลาญพลังงาน มีการไหลเวียนเลือดที่ดี เด็กจึงจะมีทั้งสุขภาพกายที่สมบูรณ์ และแข็งแรงสมส่วน ความสำคัญของการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันตนาการสามารถกำหนดได้เป็นข้อๆดังนี้

- 1.ส่งเสริมความเจริญงอกงามและสุขภาพของเด็กนักเรียน
- 2.ส่งผลต่อสภาพจิตใจให้มีอารมณ์แจ่มใสและร่าเริง
- 3.ให้นักเรียนได้มีโอกาสผ่อนคลายความเครียดทางอารมณ์
- 4.ส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และสุนทรีย์ภาพ
- 5.ส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

4.3 ขอบเขตของการจัดกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันตนาการ

ขอบเขตของการจัดกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันตนาการครอบคลุมในด้านต่างๆดังต่อไปนี้

- 1.การให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์ของการออกกำลังกาย กีฬา และสันตนาการ
- 2.สร้างนิสัยของการออกกำลังกายให้เกิดเป็นกิจวัตรประจำวัน

3.ดูแลอุปกรณ์ สถานที่ที่ใช้สำหรับการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และสันทนาการ ให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์ มีความปลอดภัยต่อผู้ใช้

4.สานสัมพันธ์อันดีระหว่างโรงเรียนกับชุมชนให้ใกล้ชิด เพื่อการร่วมแรงร่วมใจ กันในด้านต่างๆ

4.4 แนวทางการจัดกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และ สันทนาการ

กิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดการเคลื่อนไหวร่างกายทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง ส่งผลให้มีสุขภาพที่แข็งแรง พร้อมทั้งมีสุขภาพจิตที่ดีแนวทางของการจัดกิจกรรมจึงควรเป็นการส่งเสริมให้เกิดการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการดังต่อไปนี้ (กรมอนามัย. 2535 : 13)

1.การจัดกิจกรรมลานแอโรบิค

2.การจัดกิจกรรมกีฬาสัมพันธ์ เพื่อสานสัมพันธ์ระหว่างครู ผู้ปกครองและนักเรียน

3.การจัดการอบรมด้านการใช้อุปกรณ์กีฬาอย่างถูกวิธีเพื่อความปลอดภัยในการใช้และเป็นการทำให้อุปกรณ์สามารถใช้งานได้นาน

4.การจัดสถานที่ที่ใช้ในการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และสันทนาการ

5.การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา และสันทนาการ

6.การจัดให้มีการบริการด้านอุปกรณ์กีฬาต่างๆ

แนวทางของการจัดกิจกรรมข้างต้นนี้นั้นสถานศึกษาควรเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม ความพร้อมของสถานที่ หรือดูถึงความต้องการของนักเรียนหรือชุมชนเพื่อให้กิจกรรมเกิดประโยชน์มากที่สุด

4.5 การประเมินผลและติดตามการจัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ

การประเมินผลและติดตามการจัดกิจกรรมนั้นสามารถประเมินได้จาก

1.แบบการประเมินผล กำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินว่าจะใช้เป็นแบบใดในการประเมินผลและติดตามผล

2.กำหนดผู้ที่จะประเมินว่าเป็นใคร เช่น นักเรียน ผู้ปกครอง หรือผู้ดูแลการจัดกิจกรรม

3.ให้ความรู้แก่ผู้ที่จะทำการประเมินผลให้เข้าใจถึงจุดมุ่งหมายของการจัดกิจกรรม

4.จัดให้มีการประชุมสัมมนา ปรึกษาหารือเพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุง และทราบถึงผลการดำเนินงานการจัดกิจกรรมพร้อมทั้งสามารถทราบถึงข้อที่ดีและข้อที่บกพร่องของการจัดกิจกรรมได้ทำให้สามารถปรับปรุงและแก้ไขให้ดีขึ้นได้ในอนาคต

5.การบริหารจัดการคุณภาพ

การบริหารจัดการคุณภาพที่ดีจะสามารถทำให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงาน ดังนั้นจึงควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารจัดการคุณภาพ ทราบถึงความสำคัญ และประโยชน์ที่จะได้รับจากการบริหารที่มีคุณภาพดังนี้

5.1 ความหมายของการบริหารจัดการคุณภาพ

อดิศักดิ์ พงษ์พลผลศักดิ์ (2535 : 14) ได้กล่าวถึง การจัดการ (Management) ว่าเป็นความผันแปรหนึ่ง เนื่องมาจากคนถ้าการจัดการขาดการวางแผนที่ดีมีการเปลี่ยนแปลงการจัดการอยู่เสมอผู้ปฏิบัติก็ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับระบบงานได้ ซึ่งจะส่งผลทำให้ การผลิตขาดความแน่นอน ผลิตภัณฑ์ที่ผลิตมาได้ เกิดการเปลี่ยนแปลงขาดคุณภาพที่แน่นอน ดังนั้น ถ้าต้องการให้ผลิตภัณฑ์ที่ผลิตได้มีคุณภาพแน่นอน การควบคุมในส่วนนี้จะต้องจัดการด้วยการวางแผน การผลิตให้เกิดประสิทธิภาพ

สุนทร พูนพิพัฒน์ (2540 : 10 – 11) ได้ให้ความหมายของการบริหารจัดการว่าเป็นงานบริหารอย่างหนึ่ง ที่เกี่ยวเนื่องด้วยการกำหนด และนํานโยบายคุณภาพไปปฏิบัติ ซึ่งต้องมีการกำหนดวัตถุประสงค์ เป้าหมาย และนโยบายอย่างชัดเจน โดยทุกคนมีส่วนร่วมรับผิดชอบ ในการบริหารคุณภาพต้องได้รับคำมั่นสัญญาและการเข้ามามีส่วนร่วมของผู้บริหารระดับสูง การบริหารดังกล่าว เป็นการนำคุณภาพเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของคุณค่าและเป้าหมายหลักขององค์กร มีการกำหนดกลยุทธ์และมาตรฐานด้านคุณภาพ รวมทั้งการจัดหาทรัพยากรให้พอเพียง และเหมาะสม ในปัจจุบันหลายองค์กรได้ใช้ระบบบริหารคุณภาพเป็นเครื่องมือสำคัญในการลดต้นทุนและเพิ่มศักยภาพของการแข่งขัน ทั้งในตลาดต่างประเทศและภายในประเทศ

การบริหารจัดการจึงหมายถึง การบริหารงานอย่างเป็นระบบ มีการวางแผน เป้าหมาย วัตถุประสงค์ และนโยบายอย่างชัดเจน เป็นการเพิ่มศักยภาพของงานทั้งในด้านผลผลิต และด้านกำลังคน

คำว่า “คุณภาพ” (Quality) เป็นคำที่มีความหมายได้หลากหลายตามบริบทที่แตกต่างกันออกไป เนื่องจาก “คุณภาพ” เป็นภาพความคิด (Concept) ที่เกี่ยวเนื่องกับคุณค่า (Value) หรือความพึงพอใจ(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2541 : 5)

ไพศาล ไกรสิทธิ์(2541:336) ให้ความหมายของคำว่า “คุณภาพ” หมายถึง คุณสมบัติเฉพาะหรือลักษณะที่จำเป็นอันบอถึงความเป็นเลิศ การมีมาตรฐาน ความเหมาะสม กับวัตถุประสงค์ หรือความสามารถสนองตอบผู้ใช้บริการ ซึ่งคุณภาพเป็นสิ่งที่มีลักษณะเป็น พลวัต

เมอร์กาทรอยด์และมอร์แกน(Murgatroyd and Morgan. 1994 : 45) ได้กล่าวถึง ความหมายของคุณภาพใน 3 นิยาม คือ

1. การประกันคุณภาพ (Quality assurance) หมายถึง การกำหนด คุณภาพ โดยใช้กระบวนการตรวจสอบ หรือประเมินผลเพื่อตัดสินคุณภาพด้วยมาตรฐาน วิธีการที่เหมาะสม

2. การปฏิบัติตามพันธะสัญญา (Contract conformance) เป็นการกำหนด มาตรฐานคุณภาพขณะทำสัญญา

3. ความต้องการของลูกค้า (Customer driven) หมายถึง ความสามารถในการสนองตอบความต้องการของลูกค้า หรือผู้ใช้บริการ

สรุปว่าคุณภาพ หมายถึง มาตรฐานของสินค้า ผลิตภัณฑ์ หรือการบริการที่ ก่อเกิดความพึงพอใจให้กับลูกค้า

ส่วนในด้านการศึกษานั้น ไพศาล ไกรสิทธิ์ ได้ให้ความหมายไว้ว่า คุณภาพทางการศึกษา หมายถึง ความสำเร็จซึ่งเกิดจากสถาบันจัดสภาพแวดล้อมทางการ ศึกษาที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถบรรลุเป้าหมายของการเรียนรู้ที่มีคุณค่าอย่างมีประสิทธิภาพ ผลรวมทั้งมีมาตรฐานทางวิชาการที่เหมาะสม (ไพศาล ไกรสิทธิ์. 2541 : 285)

การบริหารคุณภาพจึงหมายถึง แนวทางการบริหารองค์กรที่มุ่งเน้นคุณภาพ ผลผลิตขององค์กร โดยให้บุคลากรทุกฝ่ายมีส่วนร่วม ซึ่งในการบริหารคุณภาพของ สถานศึกษามุ่งเน้นคุณภาพการศึกษาของผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยให้บุคลากรทุกคน ทุกฝ่ายมี ส่วนร่วมอย่างจริงจัง และมุ่งหวังผลการพัฒนาคนในระยะยาว ด้วยการสร้างคุณค่าให้กับ ผู้เรียน ผู้ปกครอง บุคลากร ชุมชน ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องการศึกษา ตลอดจนสถาบันและสังคม โดยส่วนร่วม (กรมสามัญศึกษา. 2543 : 3)

สรุปได้ว่า การบริหารจัดการคุณภาพเป็นการบริหารอย่างหนึ่งที่จะต้องมีการ กำหนดและนํานโยบายไปปฏิบัติ โดยในการปฏิบัตินั้นบุคลากรทุกฝ่ายจะต้องมีส่วนร่วม จึงจะ ส่งผลให้องค์การดำเนินไปภายใต้ระบบคุณภาพอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งประกอบด้วย การพัฒนาบุคลากร การพัฒนาการทำงาน การจัดระบบการประเมิน และการสร้างมาตรฐาน การจูงใจ

การบริหารจัดการคุณภาพจึงเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับระบบวงจรคุณภาพ (PDCA) ในด้านของการบริหารที่เป็นระบบ มีมาตรฐาน มีการวางแผน มีประสิทธิภาพ ทำให้เกิด ความพึงพอใจแก่ผู้ได้รับ สามารถทำให้ทราบถึงปัญหาได้อย่างแท้จริง

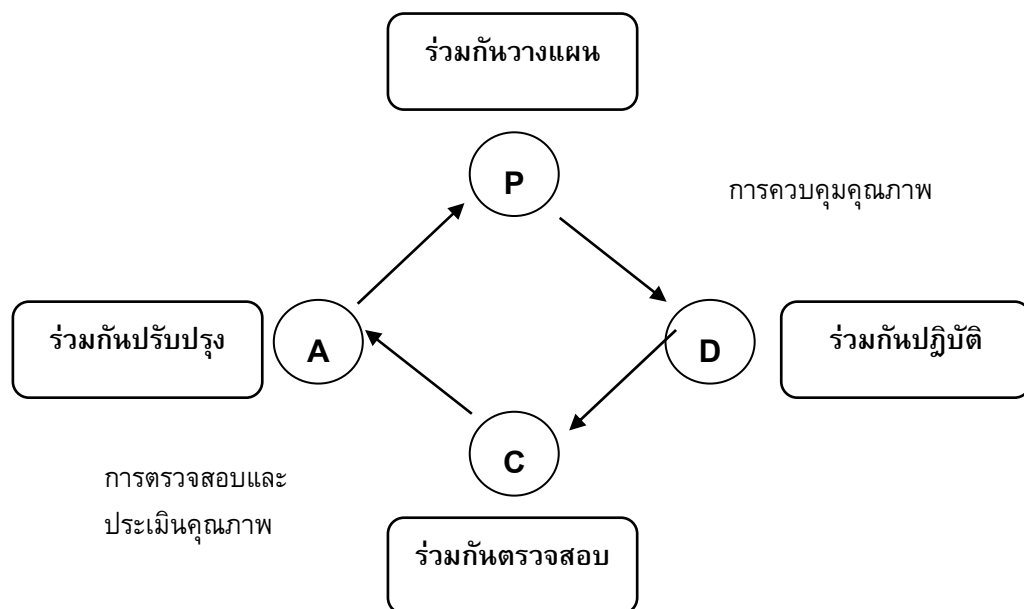
5.2 ความสำคัญของการบริหารจัดการคุณภาพ

สุนทร พูนพิพัฒน์ (2540 : 50) ได้กล่าวถึง องค์การที่ดำเนินการใช้ระบบคุณภาพอย่างมีประสิทธิภาพ จะได้รับผลประโยชน์หลายประการ ดังนี้

1. เพิ่มประสิทธิภาพขององค์กร โดยสามารถวัดระบบการดำเนินงานได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและประหยัดค่าใช้จ่าย
2. เป็นเครื่องมือใช้สำหรับปรับปรุงกิจกรรมในงานทั่วทั้งองค์กรอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ เพราะระบบคุณภาพที่ได้พัฒนาเป็นอย่างดีแล้วจะช่วยให้สามารถจัดการหรือกำหนดบริเวณพื้นที่ที่ควรปรับปรุง แก้ไข รวมถึงส่งเสริมให้เกิดการตรวจสอบติดตามและปรับปรุงผลการดำเนินงานของหน่วยงาน
3. สร้างความมั่นใจว่าความต้องการของลูกค้าจะได้รับการตอบสนองซึ่งส่งผลให้มีการใช้บริการอีกครั้งหนึ่ง หรือแนะนำลูกค้ารายใหม่ให้แก่องค์กร
4. เพิ่มขวัญและกำลังใจให้กับพนักงาน เพราะได้รับการรับรองจากหน่วยงานผู้ประเมิน ทำให้เพิ่มสภาพการยอมรับและสร้างภาพพจน์

5.3 วงจรคุณภาพ (P D C A)

วงจรคุณภาพ (PDCA) เป็นวงจรที่มีหลักในการทำงานแบบหมุนเวียน คือ การเริ่มต้นกับจุดสิ้นสุดสามารถมาบรรจบรวมกันเป็นวงจรวงกลมได้ไม่มีที่สิ้นสุดมีผลทำให้เกิดผลดีต่อประสิทธิภาพขององค์กร ดังภาพประกอบ 1 แสดงวงจรการทำงานของ PDCA



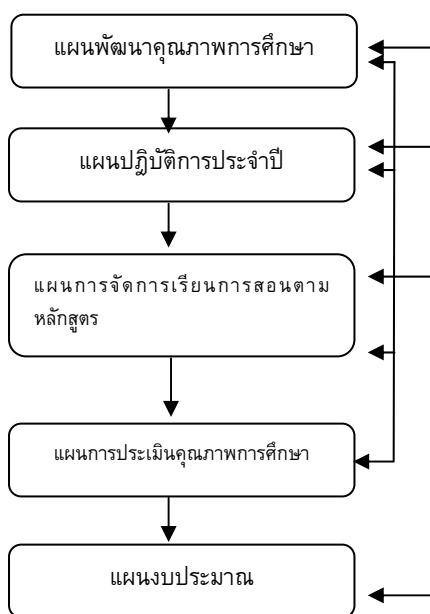
ภาพประกอบ 1 วงจรคุณภาพ (PDCA)

ที่มา : สำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน)

P D C A หรือ วงจรคุณภาพ หรือการบริหารคุณภาพจึงมีรายละเอียดดังนี้
 Plan (วางแผน) คือ การกำหนดวัตถุประสงค์และกระบวนการที่จำเป็นต่อการส่งมอบผลให้สอดคล้องกับข้อกำหนดของลูกค้าและนโยบายขององค์กร
 D o (ปฏิบัติ) คือ การดำเนินงานตามแผนที่ได้กำหนด
 Check (ประเมิน) คือ การเฝ้าติดตามและตรวจวัดกระบวนการและผลิตภัณฑ์ ตรงกับนโยบายวัตถุประสงค์ กับข้อกำหนด และการรายงาน
 A c t (ปรับปรุง) คือ การลงมือ การปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง
 เนื่องจากวงจร PDCA สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับองค์กรต่างๆ ได้ตามความเหมาะสม จึงมีการนำเอาวงจร PDCA มาใช้อย่างแพร่หลาย ทั้งในองค์กรของเอกชน และองค์กรราชการ ดังรายละเอียดขั้นตอนการทำงาน โดยใช้ระบบวงจร PDCA ดังต่อไปนี้
 สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2543 : 38) ได้กำหนดแนวทางการควบคุมคุณภาพของ P D C A ไว้ดังนี้

1. การวางแผน (P l a n)

เพื่อให้การดำเนินงานมีประสิทธิภาพ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ เสนอว่าสถานศึกษาควรมีการจัดทำแผนต่างๆ คือ 1) แผนพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษา 2) แผนปฏิบัติการประจำปี 3) แผนการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตร และสอดคล้องคล้อยกับเป้าหมายของสถานศึกษา และ 4) แผนงบประมาณทั้งรายรับและรายจ่ายของสถานศึกษา ซึ่งแผนต่างๆ มีความเชื่อมโยงกันดังภาพ 2



ภาพประกอบ 2 ความสัมพันธ์เชื่อมโยงของแผนต่างๆ ที่สถานศึกษาควรจัดทำ

2. การปฏิบัติตามแผน (D o)

เมื่อสถานศึกษาได้วางแผนการปฏิบัติงานเสร็จเรียบร้อยแล้ว บุคคลก็ร่วมกันดำเนินงานตามแผนที่จัดทำไว้ โดยในระหว่างการทำงาน ผู้บริหารสถานศึกษาควรส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรทำงานอย่างมีความสุข

2.1 จัดสิ่งอำนวยความสะดวก สนับสนุนทรัพยากร เพื่อให้การปฏิบัติงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

2.2 กำกับ ติดตาม (Monitoring) ทั้งระดับรายบุคคล รายกลุ่ม รายหมวด / ฝ่าย เพื่อกระตุ้นและส่งเสริมให้มีการดำเนินงานตามแผน

2.3 ให้การนิเทศ ในระหว่างการทำงาน ผู้บริหารต้องกำกับและติดตามว่าเป็นไปตามเป้าหมายหรือแผนที่กำหนดไว้ หรือมีปัญหาหรือไม่ หากไม่เป็นไปตามแผนหรือมีปัญหาจะได้ให้การนิเทศเพื่อปรับปรุงแก้ไข การกำกับและติดตามการปฏิบัติงานมีหลายวิธี ซึ่งจะขอยกมาเป็นเพียงตัวอย่างเท่านั้น คือ ผู้บริหารอาจติดตามด้วยการสอบถามเป็นรายบุคคล จัดประชุมกลุ่ม / หมวด / ฝ่าย หรือให้แต่ละบุคคล / กลุ่ม / หมวด / ฝ่าย รายงานความก้าวหน้าของการทำงานเป็นรายสัปดาห์หรือรายเดือน โดยอาจรายงานปากเปล่า หรือจัดทำรายงานเสนอ เพื่อให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงการปฏิบัติงานของแต่ละบุคคล / กลุ่ม / หมวด / ฝ่าย และในแต่ละเดือนอาจมีการพิจารณาว่าบุคคล / กลุ่ม / หมวด / ฝ่าย ใดมีผลการดำเนินงานดีเยี่ยม เป็นไปตามเป้าหมายหรือแผนที่กำหนดซึ่งอาจมีการให้รางวัลเล็กๆ น้อยๆ เป็นการให้กำลังใจ

3. การตรวจสอบประเมินผล (C h e c k)

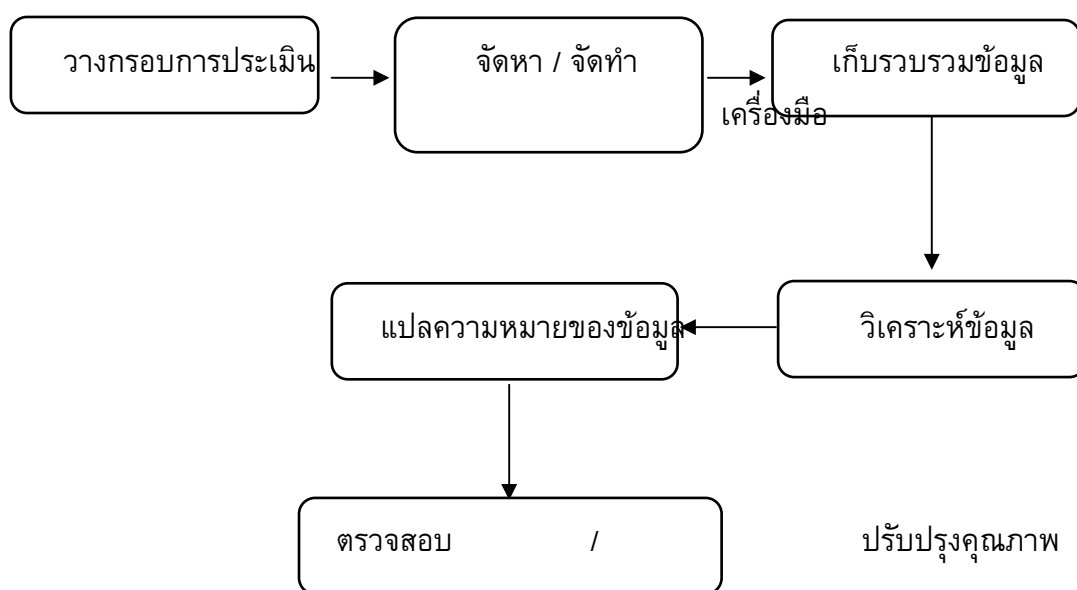
การประเมินผล เป็นกลไกสำคัญที่จะกระตุ้นให้เกิดการพัฒนา เพราะจะทำให้ได้ข้อมูลย้อนกลับที่จะสะท้อนให้เห็นถึงการดำเนินงานที่ผ่านมา บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้เพียงใด ต้องปรับปรุงแก้ไขในเรื่องใดบ้าง ผู้บริหารและครูที่เข้าใจระบบการประกันคุณภาพอย่างถูกต้อง จะตระหนักถึงความสำคัญของการประเมินผล ไม่กลัวการประเมินผล โดยเฉพาะการประเมินตนเอง ซึ่งเป็นการประเมินที่มุ่งเพื่อการพัฒนาไม่ใช่การตัดสินถูก ผิด ไม่ใช่การประเมิน เพื่อประเมิน และไม่ใช่ว่าเรื่องที่ทำยากไม่ต้องคิดเครื่องมือหรือแบบประเมินมากมาย แต่เป็นประเมินในงานที่ทำอยู่เป็นประจำ เครื่องมือที่ใช้อาจเป็นสิ่งที่มียอยู่แล้ว โดยไม่ต้องสร้างขึ้นใหม่ เช่น สถิติที่เป็นข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของฝ่ายบริหาร ผลงาน หรือการบ้าน ตลอดจนการทดสอบย่อยของผู้เรียนในชั้นเรียน ซึ่งเป็นข้อมูลที่ครูมีอยู่แล้ว เพียงแต่จัดเก็บให้เป็นระบบมากขึ้นเท่านั้น

ในระหว่างที่สถานศึกษาดำเนินการตามแผนปฏิบัติการควรมีการตรวจสอบประเมินผลเป็นระยะ เพื่อพิจารณาว่า การดำเนินการเป็นไปในทิศทางที่จะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายหรือมาตรฐาน และตัวบ่งชี้ที่กำหนดในแผนพัฒนาและแผนปฏิบัติการหรือไม่ เพียงใด มีจุดอ่อน จุดแข็งประการใด มีส่วนใดที่จะต้องปรับปรุงเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย หรือ

มาตรฐานและตัวบ่งชี้ที่กำหนดมากที่สุด และเมื่อสิ้นภาคเรียนหรือสิ้นปีการศึกษาก็จะต้องมีการประเมินสรุปรวมเพื่อนำผลมาพิจารณาแก้ไข ปรับปรุงการดำเนินการในระยะต่อไป

จากการสรุปสังเคราะห์กิจกรรมการตรวจสอบประเมินผลภายใน ตามพื้นฐานแนวคิดของการประเมินที่ใช้ในโรงเรียนเป็นฐาน (School Based Evaluation) มีกิจกรรมที่ต้องดำเนินการประกอบด้วย การวางแผนการประเมิน การจัดหา / จัดทำเครื่องมือ การเก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล การแปลความหมาย และการตรวจสอบ / ปรับปรุงคุณภาพการประเมินดังภาพ

3



ภาพประกอบ 3 กิจกรรมการตรวจสอบประเมินผลภายใน

ที่มา : สำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน)
(2543) หน้า 2 9

โดยมีรายละเอียดในการดำเนินงาน

ดังนี้

3.1 การวางแผนการประเมิน

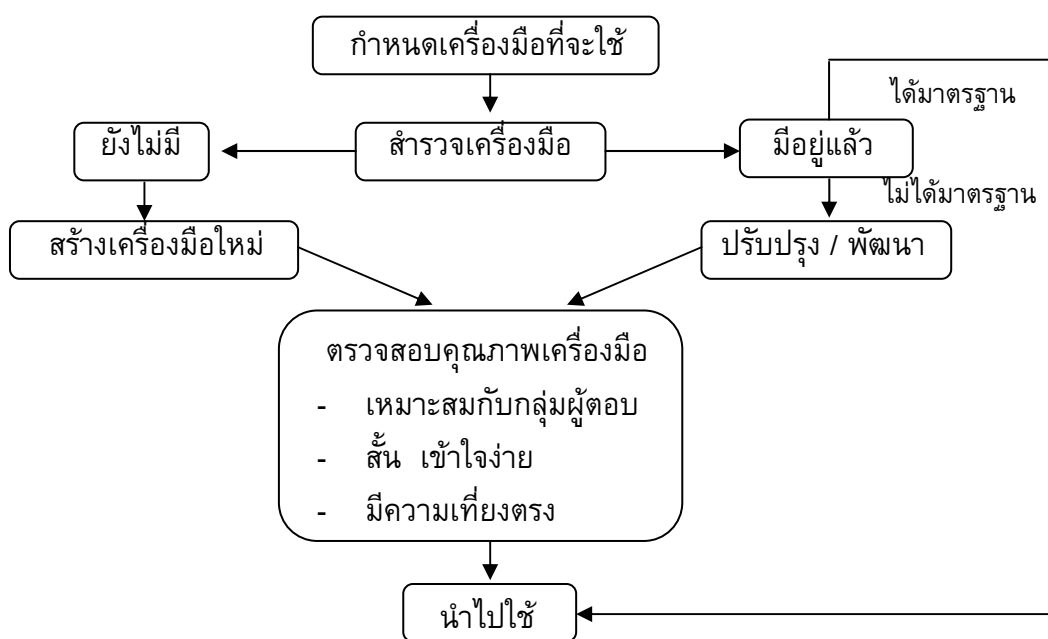
คณะกรรมการควรประชุมร่วมกันกับผู้เกี่ยวข้องในการวางแผนการประเมินเพื่อกำหนดแนวทางในการประเมินว่าจะประเมินอะไร ใครเป็นผู้ประเมินและมีรูปแบบในการประเมินเป็นอย่างไร โดยในการกำหนดกรอบการประเมินอาจจะพิจารณาประเด็นดังตาราง

ตาราง	1		การกำหนดกรอบการประเมิน				
เป้าหมาย	ตัวบ่งชี้	เครื่องมือ	แหล่งข้อมูล ผู้ให้ข้อมูล	การวิเคราะห์ ข้อมูล	เกณฑ์การ ประเมิน	ช่วงเวลา ที่ประเมิน	ผู้รับผิดชอบ ประเมิน
.....							
.....							
.....							

ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2543) หน้า 3 1

3.2 การจัดหา / จัดทำเครื่องมือ

คณะกรรมการควบคุมประชุมร่วมกับผู้เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดเครื่องมือที่จะใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลว่า จะใช้เครื่องมือชนิดใด หลังจากนั้นก็จัดหา / จัดทำเครื่องมือโดยมีขั้นตอนดังที่นำมาเสนอในภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 การจัดหา / จัดทำเครื่องมือ

ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2 5 4 3) หน้า 1 5

การกำหนดประเด็นที่จะใช้เป็นหลักในการวิเคราะห์และประเมิน ควรที่
ผู้สอนจะช่วยกันคิดและใช้ร่วมกัน เพื่อให้มีแนวทางในการวิเคราะห์และประเมินเหมือนกัน
แล้วจัดทำแบบบันทึกสำหรับบันทึกผลการประเมิน

3.3 เก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล อาจพิจารณาจากประเด็นและแนวทางการเก็บ
ดังตัวอย่างในตาราง 2

ตาราง 2 แนวทางการเก็บรวบรวมข้อมูล

หัวข้อ	รายละเอียดข้อมูล
การรวบรวมข้อมูล	1. ใช้ข้อมูลที่สถานศึกษามีอยู่แล้ว 2. เก็บข้อมูลใหม่ (ถ้ายังไม่มีข้อมูลที่ต้องการ) 3. เก็บจากหลายๆ แหล่ง เพื่อตรวจสอบความน่าเชื่อถือ
ช่วงเวลาเก็บข้อมูล	1. เก็บตามเวลาที่สอดคล้องกับการทำงานปกติ - ข้อมูลที่เก็บได้ตลอดเวลา เช่น พฤติกรรมของผู้เรียน - ข้อมูลที่เก็บเป็นระยะๆ เช่น น้ำหนัก ส่วนสูง เก็บ ภาคเรียนละครั้ง หรืออาชีพ และรายได้ของผู้ปกครอง เก็บปีละครั้ง 2. ในช่วงเวลาเดียวกัน ไม่ควรระดมเก็บข้อมูลทุกอย่างพร้อม จำนวนมาก
ความครอบคลุม ของกลุ่มเป้าหมาย	1. ข้อมูลพัฒนาปรับปรุงเป็นรายบุคคล ต้องเก็บข้อมูลทุกคน 2. ข้อมูลพร้อมรวมของสถานศึกษา หรือข้อมูลจากผู้ปกครอง ชุมชนจากตัวอย่าง

ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2 5 4 3) หน้า 3 6

สถานศึกษาควรวางระบบการเก็บข้อมูลให้ดี ทั้งข้อมูลที่มีอยู่แล้วและข้อมูล
ที่เก็บใหม่ เพื่อง่ายต่อการนำมาใช้ การเก็บข้อมูลอาจยุ่งยากในปีแรกๆ แต่ปีต่อๆ ไปจะสะดวก
ขึ้น

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลของสถานศึกษานั้น ผู้รับผิดชอบควรร่วมกันพิจารณากรอบการวิเคราะห์ว่าข้อมูลแต่ละประเด็นจะวิเคราะห์ในระดับใด ระดับบุคคล ระดับห้องเรียน หรือระดับภาพรวมของสถานศึกษา ใครเป็นผู้วิเคราะห์ วิเคราะห์ในช่วงเวลาใดเพื่อจะได้นำผลมาใช้ดังตัวอย่างข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับผู้เรียน ซึ่งอาจมีกรอบวิเคราะห์ดังที่นำเสนอในตารางที่ 3 และมีวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลที่จะกล่าวถึงในระดับต่อไป

ตาราง 3 การวิเคราะห์ข้อมูลของผู้เรียน

ระดับการวิเคราะห์	ผู้วิเคราะห์	ช่วงเวลาทีวิเคราะห์
รายบุคคล	ครูประจำวิชา / ครูประจำชั้น	ตลอดเวลา เพื่อปรับปรุงเป็นรายบุคคล
ระดับชั้น / หมวดวิชา / กลุ่มประสบการณ์	หัวหน้าระดับชั้น / หมวดวิชา นำผลการวิเคราะห์ ของครูประจำชั้น / ครูประจำวิชามา วิเคราะห์รวม	ภาคเรียนละครั้ง เป็นอย่างน้อย หรือแล้วแต่จะกำหนด
ระดับภาพรวมของสถานศึกษา	คณะกรรมการ / คณะทำงานที่รับผิดชอบ	ตามที่คณะกรรมการ / คณะทำงานกำหนด อาจจะภาคเรียนละครั้ง หรือปีละครั้ง

ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2 5 4 3) หน้า 3 8

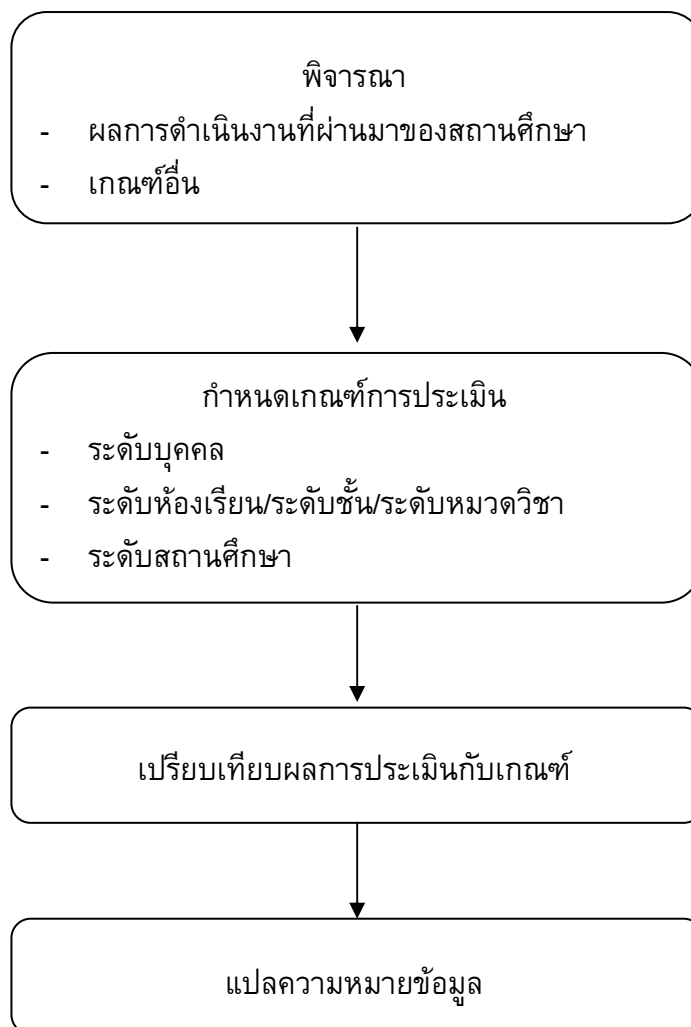
สำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพ อาจใช้การวิเคราะห์เนื้อหา เช่น การบรรยายลักษณะของพฤติกรรมการสอนของครูที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ และในการประเมินก็อาจจะเปรียบเทียบผลการดำเนินงานที่ผ่านมากับปัจจุบัน เพื่อดูความก้าวหน้าและความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้

การวิเคราะห์ข้อมูลสามารถวิเคราะห์ด้วยมือ หรือด้วยเครื่องคิดเลขธรรมดา สำหรับสถานศึกษาที่มีข้อมูลจำนวนมาก และมีเครื่องคอมพิวเตอร์ก็สามารถใช้วิเคราะห์ได้สะดวกและรวดเร็ว เพราะปัจจุบันมีโปรแกรมช่วยงานวิเคราะห์ข้อมูลได้อย่างดี เช่น SPSS P C , E X C E L เป็นต้น

3.5 การแปลความหมาย

ข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์จะนำมาใช้ประโยชน์ได้ ก็ต่อเมื่อ
สถานศึกษาได้แปลความหมายของข้อมูล โดยมีการเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด
ดังขั้นตอนที่นำเสนอในภาพประกอบ

5



ภาพประกอบ 5 ขั้นตอนการแปลความหมาย

ก่อนที่จะคณะกรรมการจะแปลความหมายของผลการประเมิน จะต้องกำหนดเกณฑ์ในการตัดสิน โดยคณะกรรมการจะต้องร่วมกำหนดให้เหมาะสมกับภาพบริบทของสถานศึกษา ด้วยการพิจารณาข้อมูลผลการดำเนินการที่ผ่านมาของสถานศึกษา ประกอบกับเกณฑ์ของที่อื่นว่าเป็นอย่างไร เพื่อกำหนดเกณฑ์ในการตัดสิน และเนื่องจากการประเมินตนเองเป็นการประเมินเพื่อพัฒนา ดังเกณฑ์การประเมินควรจะต้องพัฒนาการของสถานศึกษาด้วย ในช่วงแรกอาจจะกำหนดเกณฑ์ที่คิดว่าสถานศึกษาสามารถทำได้ไปก่อนเพื่อให้มีกำลังใจในการทำงานแล้วค่อยๆปรับให้สูงขึ้น

3.6 การตรวจสอบ / ปรับปรุงคุณภาพการประเมิน

เมื่อสถานศึกษาได้ดำเนินการประเมินตามแผนที่กำหนดไว้แล้ว ก็จะต้องมีการตรวจสอบกระบวนการและผลการประเมินว่า มีความเหมาะสม ถูกต้อง และน่าเชื่อถือเพียงใด ซึ่งผู้เกี่ยวข้องควรมีการประชุมร่วมกันเป็นระยะๆ โดยผู้บริหารควรมีการติดตามตรวจสอบในระหว่างการนิเทศ และประชุมร่วมกับคณะกรรมการเพื่อให้คำปรึกษาแนะนำในการปรับปรุงและพัฒนากระบวนการประเมินคุณภาพให้มีประสิทธิภาพ มีความถูกต้องและเชื่อถือได้

4 . การนำผลการประเมินมาปรับปรุง (A c t)

เมื่อบุคลากรแต่ละคนแต่ละฝ่ายมีการประเมินผลเสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็ส่งผลให้กับคณะกรรมการที่รับผิดชอบ ซึ่งจะต้องรวบรวมผลการประเมินมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ แปลผลในภาพรวมทั้งหมด แล้วนำเสนอผลการประเมินต่อผู้เกี่ยวข้อง เช่น ครูประจำชั้น ครูประจำวิชา หัวหน้าหมวด ผู้บริหาร เพื่อนำผลไปใช้ในการพัฒนางานของตนเองต่อไป การเผยแพร่ผลการประเมิน อาจใช้วิธีจัดประชุมครูภายในสถานศึกษา จัดบอร์ดหรือจัดทำรายงานผลการประเมินฉบับย่อแจกบุคคล ผลการประเมินสามารถนำไปใช้ เป็นข้อมูลในการปรับปรุงการปฏิบัติงานของผู้บริหารและบุคลากร และใช้ในการวางแผนต่อไป รวมทั้งจัดทำเป็นข้อมูลสารสนเทศเพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ

4.1 การปรับปรุงการปฏิบัติงานของผู้บริหารและบุคลากร

ในระหว่างการดำเนินงาน และมีการตรวจสอบประเมินผลทั้งในระดับรายบุคคลหรือระดับชั้น / หมวดวิชา ผู้บริหารและบุคลากรสามารถนำผลการประเมินไปใช้ปรับปรุงการทำงานของตนเอง และปรับปรุงแผนการดำเนินงานได้เลย เพื่อการดำเนินงานเป็นไปตามแผนและเป้าหมายที่กำหนดไว้

4.2 การวางแผนในระยะต่อไป

การนำผลการประเมินไปใช้จัดทำแผนในภาคเรียน หรือปีการศึกษาต่อไป ควรมีการวิเคราะห์จุดเด่น และจุดที่ต้องปรับปรุงของสถานศึกษา หาสาเหตุของปัญหาและแนวทางแก้ไข โดยให้ผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายเข้ามามีส่วนร่วม เพื่อนำไปพัฒนาปรับปรุงการจัดการศึกษาของสถานศึกษาต่อไป

4.3 การจัดทำข้อมูลสารสนเทศ

ถ้าสถานศึกษานำผลที่ได้จากการประเมินมาพัฒนาเป็นข้อมูลสารสนเทศ ที่สามารถใช้ได้สะดวก รวดเร็ว และเป็นปัจจุบันก็จะเป็นประโยชน์ในการบริหารงาน และประกอบการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ รวมทั้งเมื่อมีหน่วยงานภายนอกเข้าประเมินสถานศึกษา ก็พร้อมที่จะนำเสนอข้อมูลและสารสนเทศที่ผู้ประเมินต้องการได้ง่ายขึ้นในทุกๆ ด้าน

การดำเนินงานประเมินผลของสถานศึกษา ไม่ได้สิ้นสุดเพียงแค่ทำการประเมินตนเองเพียงครั้งเดียวแล้วหยุดเลย แต่ต้องทำตลอดเวลา ผลการประเมินที่จัดทำเสร็จ แล้วถือเป็นข้อมูลที่แสดงถึงสภาพการดำเนินงานในขณะนั้น ซึ่งต้องมีการตรวจสอบใหม่ว่าการดำเนินงานในช่วงต่อไป สอดคล้องกับเป้าหมายและแนวทางการพัฒนาของสถานศึกษา อย่างไร

การพัฒนาปรับปรุงตนเองจึงต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่องไม่มีสิ้นสุด

สรุปการประกันคุณภาพภายในจะทำให้สถานศึกษามีระบบบริหารจัดการ ที่มีประสิทธิภาพโดยเริ่มจากการทำงานที่มีเป้าหมายและแผนการดำเนินงานที่ชัดเจน จากนั้นก็ ดำเนินการตามแผนที่ได้ตั้งไว้แล้วทำการประเมินตนเอง เพื่อเป็นการตรวจสอบและพัฒนา ปรับปรุงให้เป็นไปตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ ซึ่งตรงกับหลักการบริหารที่เป็นระบบครบวงจร (PDCA) ของเดมมิง ซึ่งประกอบด้วย การวางแผน (Plan : P) การดำเนินการตามแผน (Do : D) การตรวจสอบประเมินผล (Check : C) และการนำผลการประเมินมาปรับปรุงงาน (Act : A)

อีโตชิ คูเบะ (2540 : 58-62) ได้อธิบายถึงขั้นตอนต่างๆ ของการดำเนินงาน แบบวงจร P D C A ไว้ดังนี้

การวางแผน ในบรรดาส่วนประกอบทั้งสี่ส่วนของวงจร PDCA นั้น ควรพิจารณาการวางแผนเป็นส่วนที่สำคัญที่สุด แต่ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่าส่วนอื่นไม่มีความสำคัญ เพียงแต่ว่าส่วนการวางแผนจะเป็นส่วนที่ทำให้ส่วนอื่นสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ถ้าแผนการไม่เหมาะสมจะมีผลทำให้ส่วนอื่นไร้ประสิทธิภาพตามไปด้วย แต่ถ้ามีการเริ่มต้นวางแผนที่ดี จะทำให้มีการแก้ไขน้อย และกิจกรรมจะมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ระเบียบวิธีการปฏิบัติเกี่ยวกับการวางแผน มีขั้นตอนดังนี้

การปรับปรุง เป็นการลดช่องว่างระหว่างสิ่งที่ต้องการให้เป็นกับสิ่งที่ เป็นอยู่จริง และกิจกรรมการปรับปรุงที่มีประสิทธิภาพจำเป็นต้องมีมุมมองที่แม่นยำในทั้งสองสิ่ง เปรียบเสมือนการสร้างบ้านบนพื้นทราย ไม่ว่าจะออกความพยายามเพียงใดก็ตามถ้าภาพใน มุมมองของสถานการณ์ที่ต้องการและสถานการณ์จริงไม่ชัดแล้ว ก็จะไม่ได้อะไรกลับมา

ดังนั้น จึงควรสร้างแผนการตามวิธีดังต่อไปนี้โดยตระหนักถึงสิ่งที่ได้กล่าวมาแล้วคือทำการวิเคราะห์สถานการณ์และการจำแนกปัญหา มีการตั้งเป้าหมาย ทำความเข้าใจถึงข้อจำกัดและขอบเขต รวมถึงการนำมาพิจารณาด้วย มองถึงวิธีการปรับปรุงที่เป็นไปได้ แล้วทำการตัดสินใจถึงแผนปฏิบัติการ และกำหนดวิธีสำหรับตรวจสอบและประเมินผลลัพธ์ที่ได้

การพัฒนาแผน โดยปกติ ปัญหาที่ถูกนำมาแก้ไขเพื่อปรับปรุงนั้นจะประกอบด้วยสาเหตุหลายประการ ในการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ ผู้นำขององค์กรต้องทำการจัดทำและพัฒนาแผนการปรับปรุง และการพัฒนาแผนโดยผ่านการกระทำดังนี้คือทำการกำหนดกิจกรรมพื้นฐานที่ต้องการปรับปรุงอย่างชัดเจน แยกกิจกรรมออกตามโครงสร้างองค์กร กระจายส่วนย่อยของกิจกรรมพื้นฐานไปตามฝ่ายต่าง ๆ ในองค์กร และกำหนดวิธีการประเมินความสำเร็จในการบรรลุวัตถุประสงค์ของแต่ละฝ่ายให้ชัดเจน

บุคคลที่มีตำแหน่งสูงสุดในองค์กรควรเป็นผู้ตัดสินใจในการมอบหมายงานและวิเคราะห์การประเมินผลโดยผ่านการพบปะสนทนากับแต่ละฝ่ายในองค์กร

ในทำนองเดียวกัน หัวหน้าฝ่ายแต่ละฝ่ายต้องออกแบบและพัฒนาแผนเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ได้รับมอบหมายให้ โดยแผนการจะได้รับการกระจายออกเป็นลำดับลงมาทั่วทั้งองค์กรด้วยวิธีนี้ และจะถูกพัฒนาอย่างเหมาะสมในแต่ละระดับในโครงสร้างองค์กร จนกระทั่งถึงระดับที่ไม่จำเป็นต้องกระจายอีกต่อไป ขั้นตอนสุดท้าย คือ การตัดสินใจของบุคลากรที่ต้องทำงาน ทรัพยากรที่ต้องการ และตารางเวลาที่ต้องปฏิบัติตาม และทำแผนการพัฒนาให้อยู่ในรูปของเอกสารทั้งหมดอย่างละเอียด ทั้งนี้เพื่อให้มั่นใจว่าจะมีการสื่อสารแผนการได้อย่างแม่นยำที่สุด

ควรมีความระมัดระวังในขณะที่สร้างแผนการ แนวทางที่มีส่วนช่วยในการสร้างแผนการอย่างถูกต้องมีดังต่อไปนี้

- 1 .ขณะที่สร้างแผนการ ต้องมีการชี้แจงให้ชัดเจนถึงข้อจำกัดด้านทรัพยากรที่มี (อาทิ บุคลากร เงิน วัสดุ อุปกรณ์) และเวลาที่มีให้ รวมทั้งต้องหาวิธีการทั้งหมดที่เป็นไปได้ภายใต้ข้อจำกัดเหล่านี้ อาจมีการผ่อนปรนข้อจำกัดเหล่านี้บ้าง หลังจากมีการพิจารณาข้อเสนอแนะทั้งหมดแล้ว จะต้องทำการเลือกวิธีการที่ดีที่สุดเป็นแผนการปฏิบัติ
- 2 .มีการพัฒนาระเบียบวิธีการในการตรวจสอบและประเมินผลลัพธ์เพื่อดูว่าแผนการมีประสิทธิผลและมีการกระทำตามแผนและประสานกันกับแผนการเริ่มแรกหรือไม่
- 3 .ต้องมีการรวบรวมสารสนเทศอย่างสม่ำเสมอและจัดอย่างเป็นระบบตลอดจนมีการนำมาใช้งานอย่างเต็มที่ในการวางแผนงาน
- 4.ต้องมีการพิจารณาถึงสิ่งที่ต้องกระทำกับสิ่งที่น่ากระทำ ทรัพยากรมีอยู่อย่างจำกัด และเป็นไปไม่ได้ที่จะทำทุกสิ่งทุกอย่างในเวลาเดียวกัน
- 5 .จะต้องหยุดความสมดุลระหว่างเป้าหมายกับทรัพยากร การตั้งเป้าหมายที่สูงเกินไปเป็นการสวนทางกับการเพิ่มผลผลิต

6 .ต้องมีการสร้างระบบสารสนเทศที่มีประสิทธิภาพเพื่อสื่อสารเป้าของ
แผนการไปสู่ทุกส่วนขององค์กร

7 .ทรัพยากรทางด้านวัสดุอาจมีจำกัดและความสามารถของมนุษย์มีไม่
จำกัด ดังนั้น จึงมีทางเป็นไปได้เสมอในการปรับปรุง ซึ่งจำเป็นต้องมีการพัฒนาความสามารถ
ของมนุษย์อย่างสม่ำเสมอ

การลงมือปฏิบัติ เพื่อให้มั่นใจว่ามีการนำแผนการมาปฏิบัติอย่างถูกต้องจึง
จำเป็นต้องมีขั้นตอนดังต่อไปนี้ ต้องสร้างความมั่นใจว่าฝ่ายที่รับผิดชอบในการนำแผนการไป
ปฏิบัติได้รับทราบถึงความสำคัญและความจำเป็นในแผนการนั้นๆ ต้องสร้างความมั่นใจว่ามี
การติดต่อสื่อสารไปยังฝ่ายที่มีหน้าที่ในการปฏิบัติอย่างเหมาะสม การจัดให้มีการศึกษาและ
การอบรมที่ต้องการเพื่อการนำแผนการนั้นๆ มาปฏิบัติ และทำการจัดหาทรัพยากรที่จำเป็นใน
เวลาที่จำเป็น

การตรวจสอบ เมื่อทำการตรวจสอบและประเมินผลลัพธ์ของการปฏิบัติตาม
แผน ต้องมีการประเมินลักษณะ 2 ประการ คือ มีการปฏิบัติตามแผนหรือไม่ และตัว
แผนการเองมีความเหมาะสมหรือไม่

การที่ไม่ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งเป้าหมายไว้เป็นเพราะไม่ปฏิบัติตาม
แผนการ ความไม่เหมาะสมของแผนการ หรือจากทั้งสองประการรวมกัน เป็นเรื่องที่
จำเป็นต้องหาว่าสาเหตุจากประการไหน ทั้งนี้เนื่องจากการปฏิบัติการแก้ไขจะแตกต่างกันอย่าง
สิ้นเชิง

ถ้าความล้มเหลวมาจากแผนการไม่เหมาะสม อาจเป็นผลมาจากสาเหตุ
ดังต่อไปนี้ ความผิดพลาดในการทำความเข้าใจกับสถานการณ์ที่เป็นอยู่ การเลือกเทคนิคที่ใช้
ผิด เนื่องจากมีข้อมูลข่าวสารไม่เพียงพอและมีความรู้ในขั้นตอนการวางแผนไม่เพียงพอความ
ผิดพลาดของการประเมินผลกระทบจากการปฏิบัติตามแผน และจากการประเมินความสามารถ
ของบุคลากรที่ต้องนำมาใช้ผิดพลาด

ถ้าความล้มเหลวจากการไม่ปฏิบัติตามแผน อาจเป็นผลมาจากสาเหตุ
ต่อไปนี้ ขาดความตระหนักถึงความจำเป็นในการปรับปรุง มีการติดต่อสื่อสารที่ไม่เหมาะสม
และมีความเข้าใจในแผนไม่เพียงพอ ทำให้การศึกษาและการฝึกอบรมไม่เพียงพอ มีปัญหา
เกี่ยวกับตัวผู้นำและการประสานงานระหว่างการปฏิบัติ หรือทำการประเมินทรัพยากรที่ต้องใช้
น้อยเกินไป

การปฏิบัติการแก้ไข ขณะเมื่อทำการปฏิบัติการแก้ไขมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่
ต้องแยกแยะให้ชัดเจนระหว่างการจัดปรากฏการณ์หรืออาการของปัญหาและการกำจัด
สาเหตุ ดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า มีงานจำนวนมากมายที่ทำเป็นประจำ ในงานชนิดนี้ การกำจัด
แค่อาการไม่ได้ช่วยแก้ปัญหาที่มีอยู่ เป็นเพียงแค่การเลื่อนการแก้ปัญหาออกไปเท่านั้น

การซ่อมงานที่เสียหรือการให้มีความทำงานล่วงหน้าเนื่องจากความล่าช้าเพื่อทำงานให้ได้ตามจำนวนและเวลาที่กำหนดไว้เป็นวิธีการที่ใช้ในการรักษาอาการแต่ไม่ใช่ป้องกันไม่ให้เกิดของเสียขึ้น ณ จุดเริ่มต้น ถ้าสาเหตุมาจากเครื่องจักรเสียต้องมีการปรับปรุงวิธีการและความถี่ในการซ่อมบำรุงและขั้นตอนต่างๆ เพื่อลดผลกระทบจากเครื่องจักรที่เสียเช่นเดียวกัน ถ้าความล้มเหลวมากการวางแผนที่ไม่เหมาะสม การทบทวนแผนการเท่านั้นไม่เพียงพอต่อการแก้ปัญหา ต้องมีการปรับปรุงคุณภาพของกระบวนการวางแผนโดยการหาปัจจัยที่ไม่เหมาะสม สาเหตุของการวางแผน และทำการปฏิบัติการแก้ไข ความก้าวหน้าของการปรับปรุงจะเกิดขึ้นได้โดยการกำจัดสาเหตุมิใช่กำจัดอาการ

การทบทวนแผนการ เมื่อไม่สามารถบรรลุถึงเป้าหมายได้ ควรมีการวิเคราะห์หาเหตุและมีการทบทวนแผนการ ดังเช่นที่กล่าวมาในหัวข้อการตรวจสอบ สาเหตุอาจมาจากตัวแผนการที่ไม่เหมาะสมหรือมีการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้อง ดังนั้น เพื่อทำการปรับปรุง ต้องมีการชี้แจงสาเหตุแห่งความล้มเหลวอย่างถูกต้องและมีการเปลี่ยนแปลงแผนเพื่อให้สามารถดำเนินกิจกรรมไปได้อย่างมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น ควรมีการวางแผนการปรับปรุงคุณภาพเป็นรายปีและมีการทบทวนทุกปีเพื่อให้มั่นใจว่าแผนการดังกล่าวมีความไว้วางใจและเหมาะสม

จะเห็นได้ว่า ระบบบริหารจัดการคุณภาพของเดมมิ่ง (PDCA) เป็นระบบที่ใช้กันอย่างแพร่หลายทั้งในด้านการบริหารการศึกษา การนำมาใช้ดำเนินงานควบคุมคุณภาพของระบบ ISO 9000:2000 และในด้านการควบคุมการผลิตในงานอุตสาหกรรมต่างๆ และสามารถใช้อย่างมีประสิทธิภาพ การนำเอาระบบของเดมมิ่ง (PDCA) มาใช้ในคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพจึงน่าจะทำให้เกิดผลที่ดีในทางปฏิบัติอันจะมีผลต่อคุณภาพที่ดีขึ้นในด้านสุขภาพของเด็กนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาการบริหารจัดการที่ดีของผู้บริหาร ควรควบคู่กับการรู้เท่าทันถึงปัญหาที่แท้จริงในด้านของสุขภาพเด็กนักเรียนประถมศึกษาจึงจะทำให้การบริหารเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพและเห็นผลอย่างแท้จริง

6

คู่มือ

6

1

ความหมายของคู่มือ

การจัดทำคู่มือจะอำนวยความสะดวกให้กับผู้บริหารในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพภายในสถานศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น การเข้าใจถึงความหมายของคู่มือจึงมีความสำคัญ ซึ่งได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

ปรีชา ช้างขวัญยืน และคณะ (2539 : 127 – 130) กล่าวถึงความหมายของคู่มือไว้ว่า เป็นหนังสือที่ใช้ควบคู่ไปกับการปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เป็นหนังสือให้แนวทางการปฏิบัติแก่ผู้ใช้ให้สามารถกระทำสิ่งนั้นๆ ได้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมาย

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ได้อธิบายความหมายของคำว่า
คู่มือไว้ว่าคือ สมุดหรือหนังสือที่ให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่ต้องการรู้ เพื่อใช้ประกอบ
ตำรา เพื่ออำนวยความสะดวกเกี่ยวกับการศึกษาหรือการปฏิบัติเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือเพื่อ
แนะนำวิธีใช้อุปกรณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง

ดังนั้นจึงพอจะสรุปถึงความหมายของคู่มือได้ว่า เป็นหนังสือที่เขียนขึ้นมาเพื่อ
จุดประสงค์ใดจุดประสงค์หนึ่งโดยเฉพาะ โดยใช้ถ้อยคำภาษาที่สามารถเข้าใจได้ง่ายๆ
สามารถทำให้ผู้ที่ศึกษาคู่มือสามารถปฏิบัติได้ตามแนวทางที่คู่มือกำหนดไว้ เพื่อประสิทธิภาพ
ในการปฏิบัติให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

6 . 2 องค์ประกอบของคู่มือ
ศักรินทร์ สุวรรณโรจน์ และคณะ (2535 : 89) กล่าวว่า องค์ประกอบของคู่มือ
โดยทั่วไปประกอบด้วย 6 ส่วน ได้แก่

1. คำชี้แจงการใช้คู่มือ
 2. คำชี้แจงเกี่ยวกับการเตรียมการที่จำเป็นต่างๆ เช่น วัสดุอุปกรณ์ สื่อ
 3. เนื้อหาสาระและกระบวนการหรือขั้นตอนในการดำเนินการ
 4. ความรู้เสริม หรือแบบฝึกหัด หรือแบบฝึกปฏิบัติ เพื่อช่วยให้ผู้อ่านใน
การฝึกฝน
 5. ปัญหาและคำแนะนำเกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไข้ปัญหา
 6. แหล่งข้อมูล และแหล่งอ้างอิงต่างๆ
- ปรีชา ช่างขวัญยืน และคณะ (2539 : 127 – 132) กล่าวว่า องค์ประกอบของ
คู่มือโดยทั่วไปประกอบด้วย 8 ส่วน ได้แก่

1. คำชี้แจงการใช้คู่มือ
 - 1.1 วัตถุประสงค์ของคู่มือ
 - 1.2 ความรู้พื้นฐานที่จำเป็นในการใช้คู่มือ
 - 1.3 วิธีการใช้
 - 1.4 คำแนะนำ
2. เนื้อหาสาระที่จะสอน ปกติจะมีการให้เนื้อหาสาระที่จะสอน โดยมีคำชี้แจง
หรือคำอธิบายประกอบ และอาจมีการวิเคราะห์เนื้อหาสาระให้ผู้อ่านเกิดความเข้าใจที่กระจ่าง
3. การเตรียมการสอน ประกอบด้วยรายละเอียด ดังนี้
 - 3.1 การเตรียมสถานที่ วัสดุ สื่อ อุปกรณ์ และเครื่องมือที่จำเป็น
 - 3.2 การเตรียมวัสดุ เอกสารประกอบการสอน แบบฝึกหัดและแบบ
ปฏิบัติข้อสอบคำถาม

3.3 การติดต่อประสานงานที่จำเป็น

4. กระบวนการ วิธีการ กิจกรรมการเรียนการสอน เป็นส่วนสำคัญของ
คู่มือ มีข้อมูลและรายละเอียดดังนี้

4.1 คำแนะนำเกี่ยวกับขั้นตอนและวิธีการดำเนินการสอน

4.2 คำแนะนำและตัวอย่างเกี่ยวกับกิจกรรมการสอน ที่ช่วยให้ผู้สอน
บรรลุผล

4.3 คำถาม ตัวอย่าง แบบฝึกหัด แบบฝึกปฏิบัติ และสื่อต่างๆ ที่ใช้
ในการสอน

4.4 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับสิ่งที่ควรทำ ไม่ควรทำ ซึ่งมาจาก
ประสบการณ์ของผู้เขียน

5. การวัดและประเมินผล คู่มือที่ดีควรจะให้คำแนะนำที่เกี่ยวข้องกับการสอน
อย่างครบถ้วน การวัดและประเมินผลการสอน นับเป็นองค์ประกอบสำคัญของการสอนอีก
องค์ประกอบหนึ่ง ที่คู่มือจำเป็นต้องให้รายละเอียดต่างๆ เช่น เครื่องมือวัดผล วิธีวัดผล
เกณฑ์การประเมินผล

6. ความรู้เสริม คู่มือครูที่ดีจะต้องคำนึงถึงความต้องการของผู้ใช้ และ
สามารถคาดคะเนได้ว่าผู้ใช้นั้นจะประสบปัญหาในเรื่องใด และจัดหาหรือจัดทำข้อมูลที่จะช่วย
ส่งเสริมความรู้ของครู อันจะทำให้การสอนมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

7. ปัญหาและคำแนะนำเกี่ยวกับการป้องกันและแก้ปัญหา ผู้เขียนคู่มือควรจะเป็น
ผู้ที่มีประสบการณ์ในเรื่องที่เขียนมาพอสมควร ซึ่งจะช่วยให้รู้ว่าการดำเนินการเรื่อง
นั้นๆ มักจะมีปัญหาอะไรเกิดขึ้นบ้าง และจุดอ่อนในเองนั้นมีอะไรบ้าง การมีประสบการณ์จะ
ช่วยให้ผู้ใช้และผู้อ่านสามารถกระทำการสิ่งนั้นๆ ได้ราบรื่น ไม่เกิดอุปสรรค ปัญหา นับว่าเป็น
จุดเด่นของคู่มือ การทำหน้าที่ผู้เขียนที่ดีจะต้องแนะนำและป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับผู้อ่าน
หรือผู้ใช้

8. แหล่งข้อมูลและแหล่งอ้างอิงต่างๆ หนังสือที่ดีควรมีแหล่งข้อมูลและแหล่ง
อ้างอิง จะเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านในการศึกษาค้นคว้าต่อไป
พอจะกล่าวโดยสรุปได้ว่าคู่มือควรประกอบด้วย คำชี้แจงการใช้คู่มือ เนื้อหาสาระที่
เกี่ยวข้องกับคู่มือ คำแนะนำหรือวิธีการแก้ปัญหา และแหล่งอ้างอิงข้อมูล

6

3

ประเภทของคู่มือ

ระดับ เรื่องมาลัย (2524 : 98) ได้แบ่งคู่มือออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. คู่มือการสอนหรือคู่มือการจัดกิจกรรม เป็นคู่มือที่ให้ความรู้และ
ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับหลักการสอน วิธีการสอน และการจัดกิจกรรมการเรียนซึ่งอาจเป็นกลุ่ม
ประสบการณ์เป็นชั้นหรือเป็นการสอนในเรื่องทั่วไป เช่น คู่มือการจัดกิจกรรมประชาธิปไตยใน
โรงเรียน คู่มือการปฏิบัติกิจกรรมสร้างนิสัยของโรงเรียนประถมศึกษา คู่มือการเตรียม

ความพร้อมของนักเรียนระดับก่อนประถมศึกษา คู่มือการอบรมหน้าเสาธง คู่มือการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมในโรงเรียน เป็นต้น

2. คู่มือหนังสือเรียน เป็นคู่มือที่จัดควบคู่กับหนังสือเรียนที่เราต้องการอธิบายให้ใช้หนังสือนั้นให้ถูกต้องและมีประสิทธิภาพ ดำเนินการจัดกิจกรรมต่างๆ ให้สอดคล้องกับเนื้อหา จึงมีลักษณะกึ่งแผนการสอนกึ่งคู่มือหนังสือเรียน

3. คู่มือการใช้สื่อหรือนวัตกรรม ได้แก่ การเผยแพร่ผลงาน แสดงความรู้ของผู้ทำผลงานอาจเป็นคู่มือการจัดทำชุดการสอน เป็นต้น

ศักรินทร์ สุวรรณโรจน์ และคนอื่นๆ (2535 : 77) แบ่งคู่มือออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. คู่มือการสอนหรือคู่มือการจัดกิจกรรม เป็นคู่มือที่ให้ความรู้และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับหลักสูตรการสอนและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เช่น คู่มือการจัดกิจกรรมประชาธิปไตยในโรงเรียน คู่มือปฏิบัติการกิจกรรมสร้างนิสัย สำหรับโรงเรียนประถมศึกษา คู่มือการจัดอบรมนักเรียนหน้าเสาธง คู่มือการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมในโรงเรียน เป็นต้น

2. คู่มือหนังสือเรียน เป็นคู่มือที่จัดขึ้นควบคู่กับหนังสือเรียนที่เราต้องการอธิบายให้ใช้หนังสือนั้นให้ถูกต้องและมีประสิทธิภาพ ดำเนินการจัดกิจกรรมต่างๆ ให้สอดคล้องกับเนื้อหาในหนังสือเรียน จึงมีลักษณะกึ่งแผนการสอนกึ่งคู่มือนักเรียน

ปรีชา ช่างขวัญยืนและคณะ (2539 : 127) อธิบายไว้โดยทั่วๆ ไปว่า หนังสือคู่มือที่พบกันมีอยู่ 3 ประเภทใหญ่ๆ ได้แก่

1. คู่มือครู เป็นหนังสือที่ให้แนวทาง และคำแนะนำแก่ครูเกี่ยวกับสาระวิธีการ กิจกรรม สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ และแหล่งข้อมูลอ้างอิงต่างๆ ปกติใช้ควบคู่กับตำราเรียน

2. คู่มือเรียน คือ หนังสือที่ผู้เรียนใช้ควบคู่ไปกับตำราที่เรียนปกติประกอบด้วย สาระ คำสั่ง แบบฝึกหัด ปัญหาหรือคำถาม ที่ว่างสำหรับเขียนคำตอบและการทดสอบ

3. คู่มือทั่วไป เป็นหนังสือที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งแก่ผู้อ่านโดยมุ่งหวังให้ผู้อ่านหรือผู้ใช้สามารถดำเนินการในเรื่องนั้นๆ ด้วยตนเองได้อย่างถูกต้อง

เหมาะสม

สามารถสรุปแนวคิดต่างๆดังที่มีผู้กล่าวไว้ข้างต้นได้ว่า คู่มือแบ่งได้เป็น

2 ประเภทใหญ่ๆคือ

1. คู่มือเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมตามหลักสูตร เป็นคู่มือที่เสนอแนะแนวทางหรือเทคนิค วิธีการสอน การใช้สื่อวัตกรรมการสัมพันธ์กับรายวิชาใดวิชาหนึ่งหรือระดับชั้นเรียนต่างๆ ที่กำหนดไว้ในหลักสูตรนั้นๆ เช่น คู่มือรายวิชา คู่มือระดับชั้นเรียน คู่มือการใช้สื่อวัตกรรมการเรียนการสอน เป็นต้น

2. คู่มือการจัดกิจกรรมการสอนเสริมหลักสูตร หรือคู่มือการจัดกิจกรรมทั่วไป เป็นคู่มือที่เสนอแนะแนวทางหรือเทคนิควิธีการดำเนินกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมให้การจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตร ให้บรรลุจุดประสงค์ที่กำหนดไว้ และเป็นคู่มือที่มีได้เกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับเนื้อหาหรือคำอธิบายรายวิชาใดวิชาหนึ่งโดยตรง เช่น คู่มือการจัดกิจกรรมประชาธิปไตยในโรงเรียน

6

4

ขั้นตอนการจัดทำคู่มือ

ขั้นตอนการจัดทำคู่มือนั้นเน้นแนวทางปฏิบัติเป็นสำคัญ ส่วนวิธีการจัดกิจกรรมนั้นจะต้องเขียนให้ละเอียดที่สามารถปฏิบัติตามขั้นตอนได้ และควรเคารพแผนภาพ แผนภูมิ แผนผัง เพื่อช่วยให้ครูปฏิบัติตามขั้นตอนต่างๆ ได้ง่าย การจัดทำคู่มือผู้อ่านได้รับความรู้ทางภาษาเขียน แต่ไม่มีโอกาสซักถามผู้เขียนในประเด็นที่สงสัยได้ คู่มือจึงต้องมีความชัดเจน และมีรายละเอียดครอบคลุมประเด็นที่น่าสงสัยไว้ทั้งหมด เพื่อที่ผู้อ่านจะได้เกิดความเข้าใจอย่างชัดเจน ขั้นตอนการจัดทำคู่มือต้องครอบคลุมประเด็นดังนี้ (ปรีชา ช่างขวัญยืนและคณะ. 2539 :

1 3 2 - 1 3 4)

1. ควรระบุให้ชัดเจนว่าคู่มือนั้นเป็นคู่มือสำหรับใคร ใครเป็นผู้ใช้
2. กำหนดวัตถุประสงค์ให้ชัดเจน ต้องการให้ผู้ใช้ได้ะไรบ้าง
3. คู่มือควรมีส่วนจะช่วยผู้ใช้ได้อย่างไร มีประโยชน์อะไรบ้าง
4. ควรมีส่วนที่ให้หลักการหรือความรู้ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้ใช้ในการใช้เครื่องมือ เพื่อให้เนื้อหาการใช้คู่มือเกิดประสิทธิภาพสูงสุด
5. มีส่วนที่แนะนำให้ผู้ใช้เกี่ยวกับการเตรียมตัว เตรียมวัสดุ อุปกรณ์และสิ่งที่จำเป็นตามคู่มือแนะนำ
6. ควรมีส่วนที่ให้คำแนะนำผู้ใช้เกี่ยวกับขั้นตอนหรือกระบวนการในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง
7. เนื้อหาสาระควรมีความถูกต้อง สามารถช่วยให้ผู้ใช้คู่มือทำสิ่งนั้นได้สำเร็จ
 - 7.1 มีข้อมูลรายละเอียดที่เพียงพอที่จะช่วยให้ผู้ใช้สามารถทำสิ่งนั้นได้สำเร็จ
 - 7.2 ต้องเรียงลำดับขั้นตอนอย่างเหมาะสม จึงจะช่วยให้ผู้ใช้ทำสิ่งนั้นๆ ได้อย่างถูกต้องและรวดเร็ว ประหยัด
 - 7.3 สามารถใช้ภาษาสื่อให้ผู้ใช้เข้าใจตรงกับผู้เขียน ไม่คลุมเครือหรือทำให้ผู้ใช้เกิดความเข้าใจผิด ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย หากสิ่งใดยุ่งยากซับซ้อนควรใช้เทคนิคอื่น เช่น ภาพ ตาราง การยกตัวอย่าง การใช้สีจำแนก เป็นต้น
 - 7.4 ควรแนะนำเคล็ดลับ หรือเทคนิควิธีต่างๆ ที่จะช่วยให้ผู้ใช้กระทำสิ่งนั้นๆ ได้ ซึ่งข้อมูลนี้จะมาจากการประสบการณ์ของผู้เขียน

7.5 ควรมีคำถามหรือกิจกรรมให้ผู้รู้มือทำ เพื่อตรวจสอบความเข้าใจ
จากการอ่าน หรือปฏิบัติตามขั้นตอนที่เสนอแนะ

8. ควรใช้เทคนิคต่างๆ ในการช่วยให้ผู้รู้มือได้สะดวก เช่น การจัดรูปเล่ม
ขนาด การเลือกตัวอักษร ขนาดของตัวอักษร การใช้ตัวดำ การใช้สี การใช้ภาพ การใช้
การตีกรอบ การเน้นข้อความบางตอน เป็นต้น

9. ควรใช้แหล่งอ้างอิงที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ซึ่งอาจเป็นบรรณานุกรม
รายชื่อ ชมรม รายชื่อสื่อ รายชื่อสถาบัน รายชื่อบุคคลสำคัญ เป็นต้น
การจัดทำคู่มือนี้มักจะพบข้อบกพร่องต่างๆ อยู่บ่อยครั้ง เช่น

1. รายละเอียดเนื้อหาสาระไม่ชัดเจนเพียงพอ

2. คำอธิบายไม่กระจ่าง

3. ใช้คำที่สื่อความหมายไม่ตรงหรือผิดความหมาย

4. ภาพประกอบไม่ชัดเจน ขนาดเล็กเกินไป

5. ภาพประกอบไม่เหมาะสมและเป็นภาพที่สื่อความหมายไม่ตรงกับเนื้อหา
สาระ

6. การพิมพ์ที่ใช้ตัวอักษรเล็กเกินไป

7. การพิมพ์ที่ผิดพลาด ผิดวรรคตอนและตกหล่น

ผู้เขียนหรือผู้จัดทำคู่มือต้องระมัดระวัง เพื่อไม่ให้เกิดข้อบกพร่องดังกล่าวข้างต้น
เพราะจะทำให้คู่มือขาดความสมบูรณ์ และเพื่อให้คู่มือมีความกระจ่างชัดเจนควรใช้เทคนิค
ต่างๆ เช่น การพิมพ์เน้นคำหรือข้อความที่สำคัญ เทคนิคการจัดหน้าคู่มือ และเทคนิคการ
จัดภาพ

6 . 5 การพัฒนาคู่มือ

ในการจัดทำคู่มือจะต้องคำนึงว่า คู่มือที่สร้างขึ้นมานั้นมีความจำเป็นอย่างไร โดย
คู่มือเป็นแหล่งของความรู้ของผู้ที่ศึกษา และที่สำคัญคู่มือจะเป็นตัวช่วยให้มีความเข้าใจมากขึ้น
ในการพัฒนาคู่มือ ผู้เชี่ยวชาญจะมีส่วนช่วยเป็นอย่างมากในการให้คำแนะนำต่างๆ เช่น
แก้ไข การยกตัวอย่าง เป็นต้น

สำหรับขั้นตอนในการพัฒนาคู่มือ มี 3 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 การวางแผนร่างคู่มือ คำถามต่อไปนี้จะ เป็นข้อมูลในการตัดสินใจ

การวางแผนร่างคู่มือ

1.จุดมุ่งหมายของคู่มือคืออะไร นั่นคือต้องการให้ผู้รู้เป็นอย่างไร เช่น
ใช้คู่มือการแก้ปัญหา ใช้เป็นคู่มือกำกับกรปฏิบัติ หรือใช้ก่อนการปฏิบัติงาน เป็นต้น

2.ใครเป็นผู้ใช้คู่มือเหล่านี้ ถ้ากำหนดผู้ใช้คู่มือเราจะทราบถึงความ
ต้องการเฉพาะบางประการของผู้ใช้ทันที พยายามสร้างคู่มือใช้ประเภทเดียวกันเท่านั้น เป็น

การยากที่จะทำคู่มือให้หลายประเภท เพราะผู้ใช้อาจมีระดับการศึกษาที่ต่างกัน ดังนั้นความต้องการในแต่ละระดับจึงแตกต่างกัน

3.การสอบถามผู้ใช้งานว่าพวกเขาต้องการคู่มือแบบไหน เช่น ไม่ต้องการเนื้อหามาก หรือต้องการรูปภาพประกอบ ควรตรงกับความต้องการของผู้ใช้มากที่สุด

4.คู่มือนี้จะใช้ที่ไหน

5.คู่มือนี้จะใช้อย่างไร เช่น ถ้าผู้ใช้ต้องการใช้เพื่อประกอบขั้นตอนในการปฏิบัติ ผู้สร้างคู่มือจึงควรมีร่างขั้นตอนการทำงานประกอบ

6.การนำข้อมูลมาใช้ในคู่มือ ก่อนอื่นผู้สร้างต้องสามารถชี้ชัดถึงสิ่งที่ต้องการใช้ จากนั้นมาพิจารณาความถนัด ทักษะ และความรู้ที่ผู้ใช้ต้องการในการปฏิบัติ

7.กำหนดขอบเขตการปฏิบัติงาน จะได้ทราบว่าผู้ใช้ต้องทำอะไร

8.การกำหนดข้อมูลในแต่ละขั้นตอน

9.การลำดับเนื้อหาในการเขียน

ขั้นที่ 2 การเตรียมข้อมูลในการพัฒนาคู่มือ

1.การเขียนหัวข้อใหญ่ และหัวข้อย่อย

2.จัดลำดับหัวข้อเหล่านั้น

3.วางแผนการนำข้อมูลใส่ในแต่ละหัวข้อ

4.เริ่มต้นเขียนเนื้อหาโดยการใช้คำง่าย ๆ และสั้น ๆ อธิบายความหมาย และศัพท์เฉพาะ มีการยกตัวอย่างมีความต่อเนื่องของเนื้อหา

ขั้นที่ 3 การทดสอบคู่มือ เราจะทดสอบคู่มือในเรื่องต่อไปนี้

1.เนื้อหาคู่มือ

2.รูปแบบ

3.ผลกระทบ

คู่มือที่ทำการพัฒนาจะดีได้นั้นขึ้นอยู่กับผู้ทำการพัฒนาว่าได้มีการวางแผนสำรวจ ตรวจสอบ ความต้องการของผู้ใช้คู่มือมากน้อยแค่ไหน มีการกำหนดเป้าหมายและวัตถุประสงค์ชัดเจนหรือไม่ ถ้าทุกขั้นตอนเป็นไปด้วยความระมัดระวังคู่มือที่พัฒนาก็จะมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์อย่างแท้จริงกับผู้ใช้

6

6

ลักษณะของคู่มือที่ดี

ในการพัฒนาคู่มือขึ้นมา นั้น จำเป็นต้องคำนึงถึงลักษณะของคู่มือเป็นสำคัญ เพราะผู้ใช้หรือศึกษาคู่มือ นั้นจะให้ความสนใจหรือไม่ขึ้นอยู่กับลักษณะของคู่มือที่ตนเอง

บุญเกื้อ ควรหาเวช (2530 : 77) ได้กล่าวไว้ว่าในการพัฒนาคู่มือ นั้นควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. ใช้ภาษาชัดเจนเข้าใจง่าย

2. ใครควรพูดถึงปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ อย่างทะลุปรุโปร่งเพื่อให้ผู้ใช้
คู่มือได้เป็นอย่างดี

3. ควรออกแบบคู่มือให้สวยงามน่าหยิบอ่าน

4. ควรมีภาพหรือการ์ตูนประกอบเพื่อให้น่าสนใจ

5. หากเป็นเล่มควรทำปกให้สวยงามและทนทานต่อการใช้ เขียนหน้าปกให้
เด่นชัด

6. แม้จะกำหนดหัวข้อไว้ตามองค์ประกอบข้างต้นก็ตาม ผู้ทำคู่มืออาจตัด
หรือเพิ่มหัวข้อใดตามความเหมาะสม

จากงานวิจัยของศิริบุร จงวุฒิเวศย์และมาเรียม นิลพันธุ์ (2542 : 17 – 18) ได้
แยกลักษณะของคู่มือที่ดีไว้ 3 ด้าน คือ

1. ด้านเนื้อหา

1.1 เนื้อหาสาระหรือรายละเอียดในคู่มือควรตรงกับเรื่องที่ศึกษา และ
ไม่ยากจนเกินไปจนทำให้ไม่มีผู้สนใจที่จะหยิบอ่าน

1.2 การนำเสนอเนื้อหาควรให้เหมาะสมกับพื้นความรู้ของผู้ที่จะศึกษา

1.3 ข้อมูลที่มีในคู่มือ ผู้อ่านสามารถประยุกต์ใช้ได้

1.4 เนื้อหาควรเหมาะสมที่จะนำไปอ้างอิงได้

1.5 ควรมีกรณีตัวอย่างประกอบในบางเรื่อง เพื่อจะได้ทำความเข้าใจ
ง่าย

1.6 ควรมีการปรับปรุงเนื้อหาของคู่มือให้ทันสมัยเสมอ

2. ด้านรูปแบบ

2.1 ตัวอักษรที่ใช้ควรมีตัวโตและมีรูปแบบที่ชัดเจนอ่านง่าย เหมาะกับ
ผู้ใช้คู่มือ

2.2 ควรมีภาพหรือตัวอย่างประกอบเนื้อหา

2.3 ลักษณะการจัดรูปเล่มควรทำให้น่าสนใจ

2.4 การใช้ภาษาควรให้เข้าใจง่าย เหมาะสมกับผู้ใช้คู่มือ

2.5 ระบบการนำเสนอควรเป็นระบบจากง่ายไปยาก หรือเป็นเรื่องๆ
ให้ชัดเจน

3. ด้านการนำไปใช้

3.1 ควรระบุขั้นตอน วิธีการใช้คู่มือให้ชัดเจน

3.2 มีแผนภูมิ ตาราง ตัวอย่างประกอบให้สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

3.3 มีข้อมูลเพื่อสามารถประสานงานต่างๆ ได้สะดวกและรวดเร็ว

3.4 บอกสิทธิประโยชน์และข้อควรปฏิบัติให้เข้าใจง่าย

สรุปได้ว่าคู่มือที่ดีควรมีรูปแบบที่ดีคือ มีขนาดกะทัดรัด หยิบง่าย มีภาพประกอบ ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย ตัวหนังสือชัดเจน เนื้อหาตรงตามชื่อเรื่องของคู่มือ มีข้อมูลที่มากพอสำหรับที่ผู้ใช้คู่มือจะต้องทราบเพื่อการนำไปใช้ที่มีประสิทธิภาพ

7

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

7

1

งานวิจัยในประเทศ

วิลาวัลย์ วรรณศรี (2528 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเรื่อง การบริการสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา ในเขตการศึกษา 8 ได้ผลการศึกษาว่า โรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติในเขตการศึกษา 8 มีการบริการสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ปานกลางผู้รับผิดชอบงานด้านบริการสุขภาพมีความรู้เกี่ยวกับงานที่ทำมีการบริการสุขภาพโดยส่วนรวมดีกว่าโรงเรียนที่ผู้รับผิดชอบงานด้านบริการสุขภาพไม่มีความรู้ในด้านนี้ โดยผู้รับผิดชอบเป็นเพศหญิงจะสามารถจะสามารถรับผิดชอบงานได้ดีกว่าเพศชาย และโรงเรียนที่มีการเข้าร่วมโครงการสุขภาพการศึกษาที่มีการบริการสุขภาพที่ดีกว่าโรงเรียนที่ไม่เข้าร่วมโครงการ

ดวงพร โต๊ะนาค (2533 : 105-110) ทำการศึกษาบทบาทของผู้บริหารและครูในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ได้ผลการศึกษาว่า ผู้บริหารสามารถให้บริการในด้านสุขภาพและการจัดสภาพแวดล้อมให้ถูกสุขลักษณะได้ในระดับมาก ส่วนด้านการสอนสุขศึกษา การให้ข่าวสารกับบ้านและชุมชนอยู่ในระดับปานกลาง ขนาดของโรงเรียนมีผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน โดยผู้บริหารขนาดกลางปฏิบัติงานได้ดีกว่าผู้บริหารโรงเรียนขนาดเล็ก ผู้บริหารโรงเรียนขนาดกลางมีบทบาทในการจัดการสิ่งแวดล้อมและในด้านการสอนสุขศึกษามากกว่าโรงเรียนขนาดเล็ก อย่างมีนัยสำคัญที่. 0 5 การให้ข่าวสารกับชุมชน และบ้านไม่แตกต่างกัน

ประสิทธิ์ สาระสันต์ (2536 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องการบริหารโครงการสุขภาพในโรงเรียนของผู้บริหารโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า

1 .การบริหารโครงการสุขภาพในโรงเรียนของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา มีการดำเนินงานอยู่ในระดับปานกลาง โดยสามารถจัดบริการสุขภาพในโรงเรียนได้มากเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมาเป็นการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่ถูกสุขลักษณะ การจัดการเรียนการสอนสุขศึกษา การบริหารปัจจัยในการบริหารงานสุขภาพอนามัยในโรงเรียน และการประสานงานเป็นอันดับสุดท้าย

2 .ผู้บริหารโรงเรียนที่มีประสบการณ์การปฏิบัติงานต่างกัน บริหารโครงการสุขภาพในโรงเรียนแตกต่างกัน โดยผู้บริหารโรงเรียนที่มีประสบการณ์มากสามารถบริหารโครงการได้ดีกว่า

3 .ผู้บริหารโรงเรียนขนาดกลาง บริหารโครงการสุขภาพในโรงเรียนได้ดีกว่าผู้บริหารโรงเรียนขนาดเล็ก โดยเฉพาะในด้านการจัดบริการสุขภาพในโรงเรียน การประสานงาน และการบริหาร ปัจจัยในการบริหารงานสุขภาพในโรงเรียน และผู้บริหารโรงเรียนขนาดกลางบริหารปัจจัยในการบริหารงานสุขภาพในโรงเรียนได้ดีกว่าผู้บริหารโรงเรียนขนาดใหญ่

สมศักดิ์ อัมพรต (2538 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องการบริหารงานสุขภาพอนามัยในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดงานการประถมศึกษาจังหวัดนนทบุรีผลการศึกษาพบว่า

- 1 .โรงเรียนส่วนใหญ่มีสภาพการบริหารงานสุขภาพอนามัยในโรงเรียนถึงเกณฑ์มาตรฐานขั้นต่ำของงานสุขศึกษาในสถานศึกษา
- 2 .ปัญหาอุปสรรคของงานบริหารสุขภาพอนามัยของโรงเรียนส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง โดยโรงเรียนมักมีปัญหาเกี่ยวกับสภาพสนาม อาคาร สถานที่ การขาดบุคลากรด้านพยาบาลหรือสุขศึกษา

3.โรงเรียนที่มีขนาดแตกต่างกัน สถานที่แตกต่างกัน มีปัญหาการบริหารงานสุขภาพอนามัยในโรงเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ ยกเว้นด้านการจัดบริการสุขภาพอนามัยและด้านการสอนสุขศึกษาของโรงเรียนในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

. 0 5

สุนีย์ ละกำป็น (2541 : บทคัดย่อ) ศึกษา การพัฒนารูปแบบกิจกรรมส่งเสริมความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่า นักเรียนมีความสามารถในการคิดแก้ปัญหาด้านสุขภาพ การรับรู้ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง และพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพตนเองเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และมีการตระหนักถึงการเอาใจใส่ต่อการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับมากทั้งด้านการดูแลรักษาร่างกาย การบริโภคอาหาร และการออกกำลังกาย

สุพล เอี่ยมเพชร (2545 : บทคัดย่อ) ศึกษา ปัญหาการจัดการโครงการอาหารเสริมสำหรับนักเรียนของผู้บริหารโรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดเพชรบุรี พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนมีปัญหาการจัดการโครงการอาหารเสริมสำหรับนักเรียนด้านการวางแผนงบประมาณและการจัดการด้านการมอบหมายงานและคุณสมบัติของผู้รับผิดชอบด้านการนิเทศ ติดตาม กำกับและการรายงานผลการดำเนินงาน รวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ผู้บริหารที่มีประสบการณ์ต่างกันมีปัญหาการจัดการโครงการอาหารเสริมต่างกัน ขนาดของโรงเรียนที่แตกต่างกันจะมีปัญหาการจัดการโครงการอาหารเสริมประเภทนมสำหรับนักเรียนโดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

นวัตกรรมสุขภาพและสิ่งแวดล้อม คณะเภสัชศาสตร์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม (2546 : 6-7) ได้ทำการศึกษา การส่งเสริมสุขภาพชุมชนและสิ่งแวดล้อมโดยผ่านกระบวนการเรียนการสอนในโรงเรียน โดยการพัฒนาแผนการจัดการเรียนการสอนเรื่อง สุขภาพและสิ่งแวดล้อม เน้นแนวทางการสร้างกระบวนการการเรียนรู้เชิงบูรณาการ ใช้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และใช้สถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชุมชนท้องถิ่นและโรงเรียนเป็นแหล่งเรียนรู้ หลังจากการทดลองใช้พบว่า แผนการจัดการเรียนการสอนสามารถนำไปใช้ได้จริง โดยในระดับประถมศึกษาครูสามารถใช้แผนการเรียนการสอนที่สร้างขึ้นได้ทั้งหมด แต่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นมีข้อจำกัดเนื่องจากหัวข้อดังกล่าวกระจายอยู่ตามรายวิชาต่างๆ ครูผู้สอนในแต่ละรายวิชาสามารถใช้แผนการเรียนการสอนนี้ได้เฉพาะส่วนที่ตรงวัตถุประสงค์รายวิชานั้นๆ ซึ่งข้อจำกัดนี้เกิดจากโครงสร้างหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ. 2533 ส่วนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายพบว่าแผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนใช้ได้ดีกับกิจกรรมชุมนุม แต่ครูบางส่วนระบุว่าแผนกิจกรรมที่สร้างขึ้นมีปริมาณน้อย ควรเขียนหรือสร้างเพิ่ม ผลการประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อแผนการจัดการเรียนการสอนที่สร้างขึ้น นักเรียนส่วนใหญ่มีความพึงพอใจ โดยมีเหตุผลหลักเนื่องจากเป็นกระบวนการเรียนรู้จากปัญหาจริงในท้องถิ่น ทำให้นักเรียนรู้สึกสนุก อยากเรียน และเมื่อประเมินความเชื่อมโยงระหว่างโรงเรียนกับชุมชนพบว่า กิจกรรมนี้ทำให้เกิดโครงการเรียนรู้และพัฒนา ร่วมกันระหว่างโรงเรียนและชุมชน เช่น โครงการเรียนรู้เรื่องขยะ ไร่อ้อยปลอดออก ผลกระทบสุขภาพการเก็บเก็บรักษาใบยาสูบ โครงการสำรวจแหล่งมลพิษลำน้ำ เป็นต้น ปัญหาที่พบของการกิจกรรมตามแผนการเรียนที่สร้างขึ้นนี้มีปัญหาในเรื่องทรัพยากรและเวลา โดยบางโรงเรียนขาดแคลนทรัพยากรประกอบการจัดการเรียนการสอน เช่น สื่อโสตทัศนูปกรณ์ต่างๆ และงบประมาณการจัดการศึกษานอกสถานที่ ส่วนในเรื่องเวลานั้นพบว่า คาบของการเรียนรู้ในแต่ละหัวข้อถูกกำหนดโดยหลักสูตรมาตรฐาน ทำให้การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนนี้จึงไม่สามารถกระทำได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะการเรียนรู้นอกห้องเรียน

7

2

งานวิจัยต่างประเทศ

บอร์กแมน และกันเตอร์ (อ้างอิงมาจาก อัญชลี โกมลรัตน์.2536) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การบริหารโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนขนาดเล็ก ขนาดกลาง และขนาดใหญ่ โดยเน้นศึกษาเฉพาะคุณภาพของบุคลากรที่มีต่อประสิทธิผลในการบริหารโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนและพัฒนา รูปแบบของการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนขนาดเล็ก ขนาดกลาง และขนาดใหญ่ ผลการวิจัยพบว่าผู้บริหารตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องการเตรียมอาหาร สถานที่ในการประกอบอาหาร โรงเรียนขนาดต่างๆในตำบล วางระเบียบการปฏิบัติเกี่ยวกับโครงการอาหารกลางวันให้ง่ายและคล้ายคลึงกัน ผู้รับผิดชอบโครงการคือ โภชนาการซึ่งขึ้นตรงต่ออาจารย์ใหญ่ หรือผู้อำนวยการโรงเรียน ถ้าไม่พิจารณาถึงขนาดโรงเรียนแล้ว นโยบายการจัดอาหารกลางวันในโรงเรียนมีความสำคัญเท่าเทียมกัน

ผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะว่า โรงเรียนทุกขนาดควรจัดจ้างโภชนาการเป็นผู้จัดดำเนินงานให้บริการอาหารกลางวัน และผู้ประกอบการอาหารควรได้รับประกาศนียบัตรด้านอาหารและโภชนาการ โดยเฉพาะ

ซิอะเรน (Ciaran. 2002 : 8) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องกลยุทธ์ในการจัดกิจกรรมพลศึกษา พบว่า การจัดกิจกรรมพลศึกษาที่มีคุณภาพนั้นมีความสำคัญต่อองค์ประกอบด้านต่างๆ ดังนี้ ด้านการศึกษา ด้านพัฒนาการของเด็ก ด้านสังคม พัฒนาการทางสมอง และชีวิตในโรงเรียน ด้านเศรษฐกิจเป็นการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง ปัญหาสุขภาพและเกิดประโยชน์ที่ยาวนานด้านสุขภาพ ด้านกีฬามีพัฒนาการและพื้นฐานทางกีฬา และด้านพัฒนาการทางสังคมและการอยู่ร่วมกัน

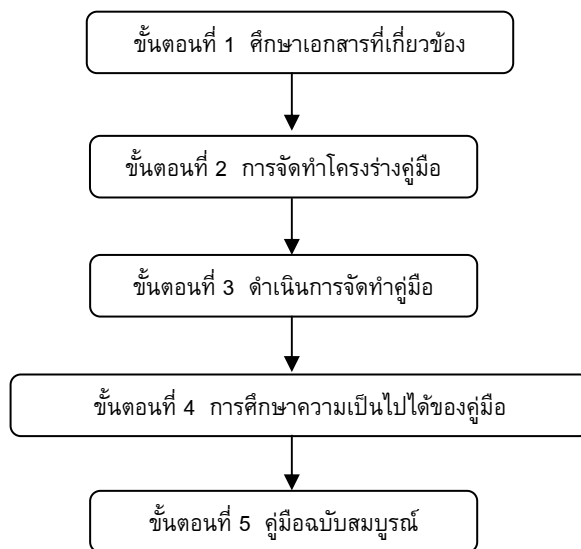
เฮส และคนอื่นๆ (Hess and others. 2000) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องโครงการอาหารเข้าในโรงเรียน พบว่า โรงเรียนจะต้องจัดบริการอาหาร 4 ประเภทให้นักเรียน ได้แก่ นม ผักหรือผลไม้ ขนมปังหรือธัญพืชหรืออาหารโปรตีนสูง เช่น เนื้อสัตว์ ไข่ หรือเนยถั่ว ผู้บริหารโรงเรียนและครูมีความเห็นว่าอาหารเข้าในโรงเรียนส่งผลให้เด็กเกิดพฤติกรรมที่ดีและมีความสามารถในการเรียน การบริการอาหารเข้าในโรงเรียนจะจัดบริการ 2 แบบ คือ รับประทานฟรีและจำหน่ายในราคาถูกร้อยละ 9 ของโรงเรียนที่เข้าโครงการอาหารกลางวันได้รับการพิจารณาให้เข้าร่วมโครงการอาหารเข้าในโรงเรียน จำนวนนักเรียนที่ได้รับอาหารเข้าฟรีหรือราคาถูกรวมมากขึ้นในแต่ละรัฐ โรงเรียนจะจัดอาหารที่ดึงดูดความสนใจ ทำความเข้าใจกับครอบครัวเรื่องคุณค่าของอาหารเข้า ค้นหาปัญหาในการจัดทำอาหารฟรีและอาหารราคาถูกรายโครงการอาหารเข้าในโรงเรียนให้มากขึ้น และทำโครงการที่น่าสนใจและเข้ามาร่วมโครงการได้ง่าย

จากการศึกษางานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ การบริหารจัดการด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน เป็นเรื่องที่สำคัญมาก ซึ่งมีผู้ศึกษาวิจัยเป็นจำนวนมาก ผู้ศึกษาจึงเห็นสมควรที่จะจัดทำคู่มือในการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการจัดทำคู่มือ

ในการจัดทำคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี ผู้ศึกษาได้ดำเนินการตามขั้นตอนของการจัดทำคู่มือดังนี้



ภาพประกอบ 6 ขั้นตอนการจัดทำคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี

โดยมีรายละเอียดของการดำเนินงานตามขั้นตอนที่กำหนดดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง ทำการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่างๆ ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารด้านการส่งเสริมสุขภาพภายในโรงเรียนประถมศึกษา เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมและโครงการต่างๆ ที่ได้จัดขึ้นเพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี

2. ศึกษาเอกสารด้านปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี เพื่อทราบถึงปัญหาต่างๆที่ยังประสบอยู่

3. ศึกษางานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับทางด้านการส่งเสริมสุขภาพและปัญหาต่างๆที่พบ

4. ศึกษาเกี่ยวกับระบบการบริหารคุณภาพแบบ PDCA

5. ศึกษาเกี่ยวกับขั้นตอนและวิธีการสร้างคู่มือ

ขั้นตอนที่ 2 การจัดทำโครงร่างคู่มือมีขั้นตอนดังนี้

1. เขียนโครงร่างของคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพ
ในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรีภายในเล่มประกอบด้วย

1.1 คำนำ

1.2 คำชี้แจงการใช้คู่มือ

1.3 บทนำ

1.4 การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

1.4.1 ความเป็นมาของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

1.4.2 ปัญหาและความจำเป็นของการบริหารจัดการคุณภาพด้าน
การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

1.4.3 ความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
จังหวัดราชบุรี

1.4.4 กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัด
ราชบุรี

1.4.5 ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการบริหารจัดการคุณภาพด้าน
การส่งเสริมสุขภาพ

1.5 การบริหารจัดการคุณภาพ (PDCA)

1.5.1 วงจรคุณภาพ (PDCA) คืออะไร

1.5.2 การนำวงจรคุณภาพ (PDCA) ไปใช้กับการจัดกิจกรรมการ
ส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

1.5.2.1 การวางแผน (Plan : P)

1.5.2.2 การปฏิบัติตามแผน (Do : D)

1.5.2.3 การตรวจสอบประเมินผล (Check : C)

1.5.2.4 การปรับปรุงแก้ไข (Act : A)

1.5.2.5 บทบาทของผู้บริหารโรงเรียนที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพ

1.6 แผนการจัดการบริหารคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน
ประถมศึกษา

1 . . . 6 . . . 1 . . . วัตถุประสงค์

1 . . . 6 . . . 2 . . . แนวทางในการดำเนินงาน

1 . . . 6 . . . 3 . . . แผนระยะเวลาการดำเนินงานของแต่ละกิจกรรม

1 . 6 . 4 . . . ผลที่คาดว่าจะได้รับจากการทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพใน
โรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรี

1.6.5 ตัวอย่างแผนการบริหารการจัดการคุณภาพ (PDCA) ด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

1.6.5.1 แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร

กิจกรรมที่ 1 สวนเกษตรปลอดสารพิษ

กิจกรรมที่ 2 โรงอาหารในฝัน

กิจกรรมที่ 3 อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด

กิจกรรมที่ 4 ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล

1.6.5.2 แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและันทนาการ

กิจกรรมที่ 1 ลานแอโรบิค

กิจกรรมที่ 2 ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ

กิจกรรมที่ 3 ลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง

1.7 ภาคผนวก ก ตัวอย่างหนังสือคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน

1.8 ภาคผนวก ข ตัวอย่างรายการอาหารใน 7 วันสำหรับเด็กไทย

สุขภาพดี

1.9 ภาคผนวก ค แบบสำรวจโรงอาหารของกองสุขาภิบาลอาหารกรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข

2. นำรูปเล่มของโครงร่างคู่มือที่เสร็จเรียบร้อยแล้วเสนออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อขอคำชี้แนะ นำมาปรับปรุงตามคำชี้แนะนั้นๆ แล้วนำกลับมาให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ อีกครั้ง

3. แกะไขคู่มือให้เรียบร้อยตามที่อาจารย์ที่ปรึกษาชี้แนะ นำคู่มือนั้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 6 คนจาก 3 ด้านได้ทำการตรวจความถูกต้อง เหมาะสมของเนื้อหา โดยมีรายนามผู้ทรงคุณวุฒิดังต่อไปนี้

3.1 รายนามผู้ทรงคุณวุฒิจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดราชบุรี จำนวน 2 คนได้แก่

3.1.1 นางสาวสุวรรณ อัดตโชติ นักวิชาการสาธารณสุข 8 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดราชบุรี

3.1.2 นางจิตราภรณ์ บุญพานิชย์ นักวิชาการสาธารณสุข 7 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดราชบุรี

3.2 รายนามผู้ทรงคุณวุฒิจากผู้บริหารโรงเรียน ของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรีจำนวน 2 คน ได้แก่

3.2.1 นายหิรัญ เจือจันทร์ ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดหนองโพ
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรีเขต 2

3.2.2 นายณรงค์ เบ็ญจันทร์ ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดนางแก้ว
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรีเขต 2

3.3 รายนามผู้ทรงคุณวุฒิจากศึกษานิเทศก์ สำนักงานเขตพื้นที่
การศึกษาราชบุรีเขต 2 จำนวน 2 คนได้แก่

3.3.1 นางสาวเพ็ญ เลียงจันทร์ ศึกษาานิเทศก์ 9 สำนักงานเขตพื้นที่
การศึกษาราชบุรีเขต 2

3.3.2 นางวันทนี รอดอ้ว ศึกษาานิเทศก์ 9 สำนักงานเขตพื้นที่
การศึกษาราชบุรีเขต 2

4. นำข้อเสนอแนะกลับมาแก้ไขในประเด็นของ

4.1 เนื้อหาในส่วนของกิจกรรมกีฬาควรเพิ่มเติมกิจกรรมทางกีฬา
ให้มากขึ้น เนื่องจากในคู่มือมีด้านแอโรบิกเพียงอย่างเดียว

4.2 ควรมีการประเมินในเรื่องของความปลอดภัยในส่วนของกีฬาและ
สันตนาการ

4.3 กิจกรรมโรงอาหารในฝันควรมีการประเมินด้านการจัดขยะ

ขั้นตอนที่ 3 การดำเนินงานจัดทำคู่มือมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. เขียนคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน
ประถมศึกษาจังหวัดราชบุรีตามโครงสร้างที่จัดทำในขั้นตอนที่ 2

2. นำกลับมาแก้ไขให้เรียบร้อยตามข้อเสนอแนะ

ขั้นตอนที่ 4 การศึกษาความเป็นไปได้ของคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้าน
การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี มีขั้นตอนดังนี้

1. นำคู่มือที่ได้ผ่านการแก้ไขและตรวจสอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์
นำมาให้ผู้เชี่ยวชาญที่เป็นผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาจำนวน 30 แห่ง ในสังกัดสำนักงาน
เขตพื้นที่การศึกษาราชบุรีเขต 2 ได้ทำการประเมินความเป็นไปได้ของคู่มือ เพื่อศึกษาถึง
ความเป็นไปได้ของคู่มือโดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

1.1 ให้ผู้เชี่ยวชาญอ่านคู่มือ

1.2 ผู้ศึกษาทำการสอบถามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 30 คน
พร้อมทั้งให้ผู้เชี่ยวชาญประเมินความเป็นไปได้ของคู่มือ ดังรายนามของผู้เชี่ยวชาญดังต่อไปนี้

1.2.1 นายวิบูลย์ พูลทรัพย์ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านดอนไผ่

1.2.2 นายจีระศักดิ์ ชังพุก ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดตาลเรียง

1.2.3 นายวิชัย อุดมกุศลศรี ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดแก้ว

	1.2.4 นายปราโมทย์ ธีรพล	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านดอนไม้ลาย
	1.2.5 นายสมัย เก่งการช่าง	ผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนวัดห้วย
กระบอก		
	1.2.6 นางสาวทองเพียร เรืองขชาปณ์	ผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชน
วัดกำแพงใต้		
	1.2.7 นายวินัย วิทย์ไพบุลย์สกุล	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดแก้วฟ้า
	1.2.8 นางนภา เกาสังข์	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดเขาพระ
	1.2.9 นายเรวัต บุญถนอม	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดเขาสาม
	1.2.10 นายลัทธิตักดิ์ แพรสายทอง	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านเขา
แหลม		
	1.2.11 นายบุญสม สมสืบ	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดคงคาราม
	1.2.12 นายประสงค์ น้อยหนู	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดโคกทอง
	1.2.13 นายวิรัช เฟื่องศิลา	ผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนวัดเจ็ด
เสมียน		
	1.2.14 นายสมบัติ ศรีวิวัฒน์	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดดอนกระเบื้อง
	1.2.15 นายณรงค์ แก้ววิมล	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดตีบอน
	1.2.16 นายถนัดกิจ บรรพตสุวรรณ	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดท่า
มะขาม		
	1.2.17 นายชัยพร แสงมณีเดช	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดท่าหลวงพล
	1.2.18 นายประทีป สว่างวัฒนเศรษฐ์	ผู้อำนวยการโรงเรียน
ธรรมาธิปไตย		
	1.2.19 นายศพล เรืองศรี	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดบ่อมะกรูด
	1.2.20 นายยิ่ง แก้วมณี	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดบางกะโด
	1.2.21 นายเฟด็จ ศรีอรุณ	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดพระศรีอารย์
	1.2.22 นายกิตติพงศ์ ศรัทธาวาณิชย์	ผู้อำนวยการ
โรงเรียนวัดศรีประชุมชน		
	1.2.23 นายไพโรจน์ อินทวัฒน์	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสนามชัย
	1.2.24 นายพิเชษฐ์ ยานวิริยะกุล	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสมณะ
	1.2.25 นายชูศักดิ์ น่วมทอง	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดหนองกลางดง
	1.2.26 นายชัยวัฒน์ แสงอ่อน	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนองกวาง
	1.2.27 นางปราณี ดันตระกูล	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสร้อยฟ้า
	1.2.28 นายบุญฤทธิ์ เกียรติมงคล	ผู้อำนวยการโรงเรียน
วัดอมรญาติสมาคม		

1.2.29 นางศิริพร อุดมกุศลศรี ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านดอนคา

1.2.30 นางอัมพร สังข์พระกร ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนอง

สองห้อง

2. เกณฑ์การประเมินความเป็นไปได้ของคู่มือ

2.1 กำหนดระดับความคิดเห็นเป็น 5 ระดับ คือ มีความเป็นไปได้มากที่สุด,มีความเป็นไปได้มาก,มีความเป็นไปได้ปานกลาง,มีความเป็นไปได้น้อย และมีความเป็นไปได้น้อยที่สุด โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

มีความเป็นไปได้มากที่สุด	เท่ากับ	5	คะแนน
มีความเป็นไปได้มาก	เท่ากับ	4	คะแนน
มีความเป็นไปได้ปานกลาง	เท่ากับ	3	คะแนน
มีความเป็นไปได้น้อย	เท่ากับ	2	คะแนน
มีความเป็นไปได้น้อยที่สุด	เท่ากับ	1	คะแนน

ใช้สถิติค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ค่าเฉลี่ย	4.50-5.00	แปลความหมายว่า	มีความเป็นไปได้มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	3.50-4.49	แปลความหมายว่า	มีความเป็นไปได้มาก
ค่าเฉลี่ย	2.50-3.49	แปลความหมายว่า	มีความเป็นไปได้ปานกลาง
ค่าเฉลี่ย	1.50-2.49	แปลความหมายว่า	มีความเป็นไปได้น้อย
ค่าเฉลี่ย	1.00-1.49	แปลความหมายว่า	มีความเป็นไปได้น้อยที่สุด

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาความเป็นไปได้ของคู่มือด้วยการตรวจสอบความเป็นไปได้ของคู่มือโดยใช้สถิติ ($\bar{X}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ได้ผลสรุปการประเมินความเป็นไปได้ของคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรีจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 30 ท่านดังนี้

ตาราง 4 ผลสรุปการประเมินความเป็นไปได้ของกลุ่มการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรีของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 30 ท่าน

ลำดับ	รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความเป็นไปได้
1.	เนื้อหาสาระของกลุ่มมีความชัดเจนเข้าใจง่าย	4.40	0.31	มาก
2.	เนื้อหาสาระของกลุ่มสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงหลังจากได้ทำการศึกษาข้อมูลแล้ว	4.50	0.25	มากที่สุด
3.	เนื้อหาสาระของกลุ่มมีความเหมาะสมกับการนำไปใช้	4.50	0.32	มากที่สุด
4.	การเรียบเรียงเนื้อหาสาระเป็นไปตามลำดับความเหมาะสมก่อนหลัง	4.40	0.24	มาก
5.	รายละเอียดในกลุ่มครอบคลุมกับความต้องการของผู้บริหาร	4.46	0.39	มาก
6.	กิจกรรมตัวอย่างภายในกลุ่มมีความชัดเจนสามารถนำไปปฏิบัติได้	4.50	0.32	มากที่สุด
7.	เนื้อหาสาระภายในกลุ่มสามารถช่วยผู้บริหารในการบริหารจัดการได้อย่างมีคุณภาพ	4.63	0.24	มากที่สุด
8.	กลุ่มมีความสำคัญเหมาะสมต่อการนำไปใช้	4.46	0.39	มาก
9.	กลุ่มสามารถทำให้การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประสบความสำเร็จในการดำเนินงาน	4.50	0.39	มากที่สุด
10.	กลุ่มมีประโยชน์ต่อผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา	4.66	0.29	มากที่สุด
11.	กลุ่มสามารถทำให้เกิดทัศนคติที่ดีของผู้บริหารต่อการบริหารงานการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน	4.56	0.25	มากที่สุด
12.	กิจกรรมมีความเหมาะสมกับสภาพปัญหาในปัจจุบันของโรงเรียนประถมศึกษา	4.50	0.32	มากที่สุด
รวม		4.50	0.30	มากที่สุด

จากตาราง 4 สามารถสรุปได้ว่า ผู้เชี่ยวชาญประเมินให้กลุ่มมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ที่ 4.50 อยู่ในระดับความเป็นไปได้มากที่สุด โดยมีรายละเอียดของรายการประเมินดังนี้

รายการประเมิน 1 เนื้อหาสาระของคู่มือมีความชัดเจนเข้าใจง่ายอยู่ในระดับความเป็นไปได่มาก

รายการประเมิน 2 เนื้อหาสาระของคู่มือสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงหลังจากได้ทำการศึกษาคู่มือแล้วอยู่ในระดับความเป็นไปได่มากที่สุด

รายการประเมิน 3 เนื้อหาสาระของคู่มือมีความเหมาะสมกับการนำไปใช้อยู่ในระดับความเป็นไปได่มากที่สุด

รายการประเมิน 4 การเรียบเรียงเนื้อหาสาระเป็นไปตามลำดับความเหมาะสมก่อนหลังอยู่ในระดับความเป็นไปได่มาก

รายการประเมิน 5 รายละเอียดในคู่มือครอบคลุมกับความต้องการของผู้บริหารอยู่ในระดับความเป็นไปได่มาก

รายการประเมิน 6 กิจกรรมตัวอย่างภายในคู่มือมีความชัดเจนสามารถนำไปปฏิบัติได้อยู่ในระดับความเป็นไปได่มากที่สุด

รายการประเมิน 7 เนื้อหาสาระภายในคู่มือสามารถช่วยผู้บริหารในการบริหารจัดการได้อย่างมีคุณภาพอยู่ในระดับความเป็นไปได่มากที่สุด

รายการประเมิน 8 คู่มือมีความสำคัญเหมาะสมต่อการนำไปใช้อยู่ในระดับความเป็นไปได่มาก

รายการประเมิน 9 คู่มือสามารถทำให้การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประสบความสำเร็จในการดำเนินงานอยู่ในระดับความเป็นไปได่มากที่สุด

รายการประเมิน 10 คู่มือมีประโยชน์ต่อผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาอยู่ในระดับความเป็นไปได่มากที่สุด

รายการประเมิน 11 คู่มือสามารถทำให้เกิดทัศนคติที่ดีของผู้บริหารต่อการบริหารงานการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนอยู่ในระดับความเป็นไปได่มากที่สุด

รายการประเมิน 12 กิจกรรมมีความเหมาะสมกับสภาพปัญหาในปัจจุบันของโรงเรียนประถมศึกษาอยู่ในระดับความเป็นไปได่มากที่สุด

บทที่ 4

คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพ ในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

สุขภาวะหรือสุขภาพมีผลอย่างมากต่อระดับการเรียนรู้ของเด็กที่จะเป็นไปในทิศทางใด เด็กจะสามารถเจริญเติบโตเป็นประชากรที่มีคุณภาพทั้งทางด้านสติปัญญา ร่างกาย จิตใจและสังคมหรือไม่ขึ้นอยู่กับ การส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้อง

โรงเรียนจึงเป็นส่วนที่มีความสำคัญต่อการส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากเด็กทุกคนจะต้องได้รับการศึกษาจากโรงเรียน เวลาส่วนใหญ่ของชีวิตในแต่ละวันจึงอยู่กับโรงเรียน ดังนั้นถ้าโรงเรียนสามารถส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจให้กับเด็กในด้านสุขภาพได้อย่างดีแล้ว เด็ก ๆ ก็จะสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง และยังสามารถช่วยหรือให้ความรู้แก่บุคคลรอบข้างได้อีกด้วย

บทบาทที่สำคัญที่จะนำพาให้การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา นอกจากบุคคลทุกคนในโรงเรียนแล้ว ผู้บริหารก็ถือว่าเป็นผู้มีบทบาทผู้นำสำคัญ เพราะถ้าผู้บริหารโรงเรียนเห็นความสำคัญ ให้ความสำคัญใส่ต่อสุขภาพของเด็กและมีการสร้างจิตสำนึกให้เกิดขึ้นกับบุคลากรด้วยแล้ว ย่อมทำให้การส่งเสริมสุขภาพเป็นไปอย่างราบรื่นและสัมฤทธิ์ผล แต่จะต้องประกอบกับการบริหารจัดการที่ดีและเป็นระบบด้วย

ผู้ศึกษาได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องในประเด็นที่น่าสนใจด้านการส่งเสริมสุขภาพ จึงได้จัดทำโครงร่างคู่มือ การบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา โดยมีผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา และนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้บริหารโรงเรียนตรวจสอบความเป็นไปได้ในการใช้คู่มือ โดยได้รับคำแนะนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุง แก้ไขเป็นคู่มือที่สมบูรณ์ดังนี้

คำชี้แจงการใช้คู่มือ

1.วัตถุประสงค์ของคู่มือ

คู่มือฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อให้ผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาใช้ในการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการปฏิบัติงาน ทำให้ลดปริมาณปัญหาด้านสุขภาพลง โดยนำเอาการบริหารแบบวงจรคุณภาพ (PDCA) เข้ามาใช้ในการควบคุมปรับปรุงให้เกิดคุณภาพ

2.วิธีการใช้คู่มือ และคำแนะนำการใช้คู่มือ

ผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา ควรศึกษารายละเอียดของการบริหารจัดการคุณภาพ (PDCA) กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และแนวทางในการดำเนินงาน ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนสำคัญ 4 ขั้นตอนดังนี้คือ

- 1) จัดทำแผนการบริหารจัดการคุณภาพ (PDCA) ด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
- 2) การปฏิบัติตามแผนงาน
- 3) การตรวจสอบและประเมินผล
- 4) การปรับปรุงแก้ไขและพัฒนา

ผู้บริหารโรงเรียนควรดำเนินการตามขั้นตอน และระยะเวลาที่กำหนด และเมื่อได้ศึกษา รายละเอียดของคู่มือแล้ว จึงดำเนินการปฏิบัติกิจกรรมตามรายละเอียดและตัวอย่าง

3.เนื้อหาของคู่มือ

คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา จังหวัดราชบุรีประกอบด้วยเนื้อหา การนำเอาระบบวงจรคุณภาพ (PDCA) มาใช้ในการจัดกิจกรรมส่งเสริมด้านโภชนาการ การสุขาภิบาลอาหาร และด้านการออกกำลังกาย กีฬาและสันทนาการ

ในแต่ละกิจกรรมจะมีแบบประเมินกิจกรรมตามหลักเกณฑ์การประเมิน 3 ระดับ คือ ระดับดี ระดับปานกลาง และระดับควรปรับปรุง และมีแบบรายงานผลการประเมินกิจกรรมโดยผู้ประเมินจะแจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไขกิจกรรมให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

5.กิจกรรมที่ใช้ในคู่มือ

กิจกรรมที่ใช้ในคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน ประถมศึกษาจังหวัดราชบุรีแบ่งเป็น 7 กิจกรรม ได้แก่

5.1 กิจกรรมที่ 1 การส่งเสริมการโภชนาการด้วยการทำสวนเกษตรปลอดสารพิษ โดย มีวัตถุประสงค์ให้นักเรียนมีอาหารที่ผลิตจากวัตถุดิบที่มีคุณภาพ ปลอดสารพิษ ทำให้ได้รับคุณค่าทางโภชนาการอย่างแท้จริง

5.2 กิจกรรมที่ 2 โรงอาหารในฝัน เป็นการส่งเสริมการสุขาภิบาลอาหารด้วยการจัดการอบรมความรู้ด้านการสุขาภิบาลที่ถูกสุขลักษณะให้กับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับอาหารทั้งหมดไม่ว่าจะเป็นผู้ซื้อหรือผู้ขาย เพื่อให้เกิดความปลอดภัยกับนักเรียนในการรับประทานอาหารที่ปรุงอย่างถูกสุขลักษณะตามกฎหมายเกณฑ์ของหลักการสุขาภิบาลอาหาร

5.3 กิจกรรมที่ 3 อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด เป็นการส่งเสริมสุขภาพให้นักเรียน บุคลากรภายในโรงเรียนได้รับประทานอาหารที่ดี มีประโยชน์ และมีราคาประหยัด ถูกต้องตามหลักการของโภชนาการ

5.4 กิจกรรมที่ 4 ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้รู้จักการเลือกรับประทานผลไม้ที่มีประโยชน์และคุณค่าต่อร่างกาย ลดการบริโภคอาหารขยะจำพวกขนมขบเคี้ยว ที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

5.5 กิจกรรมที่ 5 ลานแอโรบิค เป็นการส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และ สันทนาการ ด้วยการจัดทำโครงการแอโรบิคสัมพันธ์ โดยมีจุดมุ่งหมายให้นักเรียนได้ออกกำลังกาย เสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง ปลอดภัยจากโรคต่างๆ

5.6 กิจกรรมที่ 6 ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ ส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และ สันทนาการ ด้วยการจัดโครงการปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ เพื่อให้นักเรียนได้ออกกำลังกาย เสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง

5.7 กิจกรรมที่ 7 ลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง ส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬาและสันทนาการ ด้วยการจัดโครงการลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง ทำให้นักเรียนใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ และมีสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง

การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

จังหวัดราชบุรีเป็นจังหวัดหนึ่งที่ยังคงประสบกับปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มีปัญหาด้านสุขภาพ อนามัย ไม่ว่าจะเป็นในด้านของการเจริญเติบโตไม่ได้มาตรฐาน ขาดสารอาหาร มีปัญหาในช่องปาก การขาดความรู้ความเข้าใจในการเลือกซื้ออาหารมารับประทาน ทำให้เด็ก ๆ ไม่มีความพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่คุณครูสอนให้ มีผลต่อคุณภาพของประชากรของประเทศ โรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรีจึงควรทำการส่งเสริมสุขภาพให้เกิดขึ้นกับเด็กนักเรียนทุกคน

ความเป็นมาของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

คำว่า ”สุขภาพ” ที่มาจากคำอังกฤษว่า “health” และมีรากศัพท์มาจากภาษาเยอรมันนั้นมีความหมาย 3 ประการคือ ความปลอดภัย (Safe), ไม่มีโรค (Sound), หรือทั้งหมด (Whole) ในพจนานุกรมออกซ์ฟอร์ด (1984) จึงให้ความหมายของคำว่า Health ว่า “ ความไม่มีโรคทั้งร่างกายและจิตใจ ” (Soundness of body or mind) และนิยามแนนี้จะพบในพจนานุกรมทางการแพทย์เกือบทั้งหมด

ต่อมาองค์การอนามัยโลกได้ให้นิยามคำว่า “สุขภาพ (Well being) ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต และสังคม” ความหมายดังกล่าวนี้เป็นที่ยอมรับกันทั่วไป รวมทั้งในความหมายของคำว่า “ส่งเสริมสุขภาพ” ด้วย

การส่งเสริมสุขภาพหรือ Health Promotion มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิตและสังคม เนื่องจากการส่งเสริมสุขภาพไม่ใช่เป็นการปฏิบัติสาธารณสุขเท่านั้น แต่เป็นการปฏิบัติมนุษยชาติ เพราะสุขภาพหรือสุขภาพะหมายถึงภาวะที่เป็นสุขนั้นเป็นที่ปรารถนาของมนุษย์ทุกคน เพียงแต่ว่าหาไม่พบหรือไม่ถึงเท่านั้น ฉะนั้นหากมีวิธีที่จะส่งเสริมให้คนทั้งปวงบรรลุถึงซึ่งสุขภาพะได้นั้นคือการปฏิบัติมนุษยชาติ

การส่งเสริมสุขภาพจึงเป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นให้ทุกคนเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพและปรับปรุงสุขภาพของตนเอง รวมทั้งการปรับเปลี่ยนเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี ทักษะที่จำเป็นของประชาชน ชุมชนที่เข้มแข็งและพึ่งตนเองได้ สิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยและการมีผู้นำที่เป็นตัวกลางประสานเชื่อมโยง ตลอดจนให้การชี้แนะ อันเป็นเงื่อนไขที่สำคัญต่อการมีสุขภาพที่ดี

การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจึงเป็นความพยายามที่จะพัฒนานักเรียนให้มีสุขภาพดีที่ได้มาจากการโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร กับการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และทำสันทนาการ เนื่องจากสุขภาพเป็นปัจจัยสำคัญต่อความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน ขณะเดียวกันระดับความรู้ของเด็กและเยาวชนก็ส่งผลต่อสุขภาพของเขาด้วยเช่นกัน

ปัญหาและความจำเป็นของการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

สุขภาพหรือสุขภาวะเป็นองค์ประกอบรวมทั้งหมดของทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมดังที่ได้กล่าวมาแล้วในข้างต้นนั้น แต่ในเด็กวัยเรียนนั้นยังหมายรวมถึงการเจริญเติบโตของร่างกาย การเพิ่มพูนความสามารถ หรือพัฒนาการทางด้านสติปัญญา จิตใจ อารมณ์ และสังคม ดังนั้นเด็กที่มีสุขภาพที่ดีย่อมมีการเจริญเติบโตที่ดีในทุกๆด้าน อันหมายถึงการบ่งบอกถึงควมมีพื้นฐานที่ดีมีคุณภาพสำหรับการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต

นับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันเด็กในวัยเรียน โดยเฉพาะในวัยประถมยังประสบปัญหาด้านสุขภาพ ถึงแม้ว่าส่วนรัฐจะมีการรณรงค์ส่งเสริมในหลายรูปแบบและอย่างจริงจัง เพื่อแก้ปัญหาด้านสุขภาพของนักเรียนในวัยนี้ก็ตาม ซึ่งส่วนหนึ่งของการไม่ประสบความสำเร็จอาจเนื่องมาจากการขาดระบบการบริหารจัดการที่ดี ทำให้เกิดความล้มเหลวในการส่งเสริมสุขภาพให้กับเด็ก ดังผลการสำรวจของกลุ่มสนับสนุนวิชาการ, ศูนย์อนามัยที่ 4 ราชบุรีในปี 2544-2545 ยังพบว่าเด็กนักเรียนโรงเรียนประถมศึกษายังมีปัญหาในด้านสุขภาพอยู่ โดยเฉพาะในด้านของการขาดสารอาหารและน้ำหนักส่วนสูงที่ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน สิ่งเหล่านี้เป็นตัวบ่งชี้ได้ว่าเด็กยังขาดการส่งเสริมสุขภาพที่ดี ทำให้ไม่สามารถดูแลตัวเองในด้านการบริโภคอาหารให้ครบ 5 หมู่ ไม่มีการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเพื่อให้เกิดการเจริญเติบโตของกล้ามเนื้อ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องอย่างยั้งที่ควรจะต้องเร่งแก้ไขปัญหานี้ให้หมดไป เพื่ออนาคตของประเทศที่จะได้ประชากรที่มีคุณภาพและการที่ผู้บริหารโรงเรียนมีความรู้ ความเข้าใจถึงสาเหตุและสภาพปัญหาอย่างแท้จริงย่อมจะช่วยให้เกิดประสิทธิภาพในการบริหารได้เป็นอย่างดี โดยในคู่มือจะยกประเด็นของการส่งเสริมสุขภาพในด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหารกับการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการด้วยระบบการบริหารแบบวงจรคุณภาพ (PDCA)

ความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

โรงเรียนเป็นสถานที่ที่มีคนเป็นจำนวนมากซึ่งมีทั้งวัย เพศ ที่แตกต่างกันเช่น ครู คนงาน ภารโรง นักเรียน เป็นต้น เมื่อมีบุคคลอยู่ร่วมกันมากสิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึงคือเรื่องสุขภาพ เพราะมีผลต่อการเรียนการสอนในโรงเรียนได้มาก ถ้าหากโรงเรียนเห็นความสำคัญช่วยส่งเสริมสุขภาพบุคลากรต่างๆ โดยเฉพาะเด็กนักเรียนในโรงเรียนนั้นๆ จะช่วยให้ทุกคนมีสุขภาพดี การเรียน การปฏิบัติงานก็เกิดผลดีด้วย

การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจึงเป็นการส่งเสริมให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ เพื่อการนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ในเรื่องของสุขภาพอันจะทำให้เกิดเป็นผลดีต่อตนเองและชุมชน แต่งานจะสามารถดำเนินไปด้วยดีต้องได้รับความร่วมมือรวมถึงการยอมรับถึงความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพจากทุกฝ่ายไม่ว่าจะเป็นผู้บริหาร ครู คนงาน ภารโรง ชุมชน งานจึงจะสัมฤทธิ์ผล โดยเฉพาะผู้บริหารจะต้องมีระบบการบริหารจัดการที่ดี จึงจะทำให้การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาสามารถสำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดี

กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษาระดับประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรีสามารถแบ่งได้ 7 หมวดใหญ่ๆคือ การให้บริการอนามัย อนามัยสิ่งแวดล้อม โภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร สุขศึกษาในโรงเรียน การให้คำปรึกษา และการสนับสนุนทางสังคม การออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ และการส่งเสริมสุขภาพบุคลากรของโรงเรียน โดยมีการจัดกิจกรรมตามหมวดดังนี้

1. การให้บริการอนามัย

1.1 ด้านการส่งเสริมและบริการสุขภาพ จัดทำให้ทุกคนมีบัตรบันทึกสุขภาพ มีการบันทึกการให้การรักษาพยาบาลนักเรียนที่เจ็บป่วย ได้รับบัตรสวัสดิการประชาชนด้านการรักษา นักเรียนชั้นป.1-ป.4 ได้รับการตรวจสุขภาพโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข 1 ปี/ครั้ง นักเรียนชั้นป.5 ขึ้นไปมีแบบตรวจสุขภาพและการบันทึกการตรวจสุขภาพ 1 ครั้ง/ภาคเรียน รวบรวมและรายงานด้านสุขภาพนักเรียนและเสนอ 1 ครั้ง/ปี สรุปปัญหาด้านสุขภาพนักเรียนเสนอผู้บริหาร 1 ครั้ง/ปี

1.2 ด้านการควบคุมป้องกันและจัดโรค นักเรียนได้รับวัคซีนขั้นพื้นฐานตามเกณฑ์ของกรมควบคุมโรคติดต่อนักเรียนชั้นป.1 ทุกคนได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ บาดทะยัก โรคหัด หัดเยอรมัน วัณโรค และโปลิโอ นักเรียนชั้นป.6 ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ บาดทะยัก นักเรียนได้รับการสำรวจโรคพยาธิ โรคโลหิตจางธาลัสซีเมีย โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก และได้รับยาเสริมในกรณีที่ต้องพบ ตรวจหาอาการ คอพอก สำรวจเหา และจัดโรคเหา ได้รับการตรวจวัดสายตา การได้ยิน พร้อมทั้งให้การช่วยเหลือ

1.3 การเฝ้าระวังและส่งเสริมทันตสุขภาพ ตรวจสุขภาพช่องปาก ดำเนินกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน จัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการส่งเสริมทันตสุขภาพ

1.4 การเฝ้าระวังโรคไข้เลือดออก ดำเนินกิจกรรมที่ทำให้โรงเรียนปลอดภัยลดความเสี่ยงความร่วมมือกับชุมชน

1.5 การเฝ้าระวังสารเสพติดในโรงเรียน

1.6 ส่งเสริมการเรียนรู้และป้องกันปัญหาโรคเอดส์ในโรงเรียน

2. อนามัยสิ่งแวดล้อม

2.1 สนามและบริเวณโรงเรียนมีรั้วเป็นระเบียบ สภาพดี มีการจัดระบบจราจร มีสนามกีฬา สนามเด็กเล่นเป็นสัดส่วน

2.2 อาคารเรียน มีสภาพดี วัสดุแข็งแรง มีความปลอดภัย

2.3 ห้องเรียน มีระเบียบทางเดิน บันได มีแสงสว่างเพียงพอ ห้องเรียนสะอาด สวยงาม มีอุปกรณ์ช่วยในการระบายอากาศ

2.4 ห้องสมุด มีแสงสว่างเพียงพอ มีการระบายอากาศดี

2.5 ห้องพยาบาล มีมุมแยกเป็นสัดส่วน มีตู้เวชภัณฑ์และวัสดุอุปกรณ์ที่พร้อมใช้งาน อยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้อง

2.6 น้ำดื่ม สะอาดและถูกสุขลักษณะ เก็บในที่ที่เหมาะสม

2.7 น้ำใช้ สะอาดและมีปริมาณเพียงพอ

2.8 ห้องส้วม อ่างล้างมือ ที่ปัสสาวะ มีเพียงพอและเป็นสัดส่วน มีการระบายอากาศ ที่ดี แสงสว่างเพียงพอ ถูกสุขลักษณะ

2.9 การกำจัดขยะ ยังมีสภาพที่ดี มีฝาปิด มีระบบการกำจัดขยะที่ถูกอนามัย

2.10 การกำจัดน้ำเสีย มีการบำบัดน้ำเสียที่เหมาะสม มีท่อหรือรางระบายน้ำที่อยู่ในสภาพที่ดี

2.11 บุคลากรรับผิดชอบงานสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน

3. โภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

3.1 การเฝ้าระวังภาวะการเจ็บป่วยเฉียบพลันในนักเรียน ด้วยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แล้วทำการแปลผล ให้อาหารเสริม(นม)แก่เด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์

3.2 อาหารกลางวันที่มีคุณภาพ

3.3 สุขาภิบาลอาหาร มีสถานที่สะอาด เป็นระเบียบ

4. สุขศึกษาในโรงเรียน

4.1 จัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรด้านการส่งเสริมสุขภาพตามสภาพปัญหาหรือความต้องการของท้องถิ่น

4.2 พัฒนานวัตกรรมการเรียนการสอน รวมทั้งสื่อเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

4.3 ผู้นำนักเรียนให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน

4.4 การส่งเสริมสุขภาพตามแนวทางสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ

5. การให้คำปรึกษา และการสนับสนุนทางสังคม

5.1 บริการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนและผู้ปกครองในด้านการส่งเสริมสุขภาพ มีการประเมิน จัดบันทึกในการให้คำปรึกษา

5.2 การช่วยเหลือนักเรียนด้อยโอกาส

6. การออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ

6.1 ส่งเสริมความรู้เรื่องการออกกำลังกาย

6.2 มีอุปกรณ์การออกกำลังกายที่เหมาะสมและมีสถานที่ที่ปลอดภัย

6.3 จัดสถานที่ให้กับบุคคลภายในชุมชนได้มีส่วนร่วมในการใช้สนามหรือสถานที่ในการออกกำลังกาย

7. การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรของโรงเรียน มีการอบรม แจกเอกสาร และการตรวจสุขภาพให้กับบุคลากรเป็นประจำ

จากกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษาระดับประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรีทั้ง 7 หมวดย่อยๆ ดังรายละเอียดที่กล่าวมาแล้วนั้น ได้นำกิจกรรมด้านโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร

กับกิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และสันทนาการ มาใช้เป็นตัวอย่างกิจกรรมในการบริหารจัดการคุณภาพด้วยระบบ วงจรคุณภาพ(PDCA) ด้านการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนระดับประถมศึกษาของคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา จังหวัดราชบุรี เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญขั้นพื้นฐานที่จะส่งเสริมให้เด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาสามารถเจริญเติบโตได้อย่างสมบูรณ์และแข็งแรง สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพส่งผลให้เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพในอนาคต

ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพ

1. ผู้บริหารสามารถบริหารจัดการให้การส่งเสริมสุขภาพเป็นไปด้วยดีมีประสิทธิภาพ มีผลทำให้นักเรียนภายในโรงเรียนมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี พร้อมทั้งเป็นเยาวชนที่เก่ง ดี และมีความสุข
2. เกิดความปฏิสัมพันธ์กันระหว่างโรงเรียน ครู ผู้ปกครอง ชุมชน ทำให้เกิดความสมัครสมานสามัคคี เกิดเป็นชุมชนที่เข้มแข็ง
3. บุคลากรภายในโรงเรียนมีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ
4. นักเรียน ผู้ปกครอง และสมาชิกชุมชนได้รับความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย และสามารถนำไปปฏิบัติได้

การบริหารจัดการคุณภาพ (PDCA)

การบริหารจัดการคุณภาพเป็นการบริหารที่นำวงจรคุณภาพ (PDCA)มาใช้ในการดำเนินงานอย่างเป็นระบบเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ

วงจรคุณภาพ (PDCA) คืออะไร

วงจรคุณภาพ คือ กระบวนการวางแผนและควบคุมการทำงานให้เป็นไปอย่างมีระบบ ซึ่งมีผลต่อการปรับปรุงคุณภาพ โดยอาศัยแนวคิดของเดมมิงเนื่องจากวงจรเดมมิง (PDCA) จะมีลักษณะของการบริหารที่มีการประสานงานอย่างเป็นระบบและกระทำอย่างต่อเนื่อง จึงทำให้การบริหารปรับปรุงคุณภาพเป็นไปด้วยดี

วงจรเดมมิงประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอนคือ PDCA ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

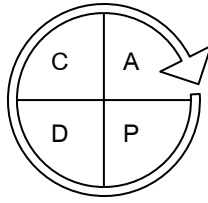
P (Plan) หมายถึง ขั้นตอนการวางแผน

D (Do) หมายถึง ขั้นตอนการปฏิบัติตามแผนงาน

C (Check) หมายถึง ขั้นตอนการตรวจสอบประเมินผล

A (Act) หมายถึงขั้นตอนการปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆที่พบจากการตรวจสอบ

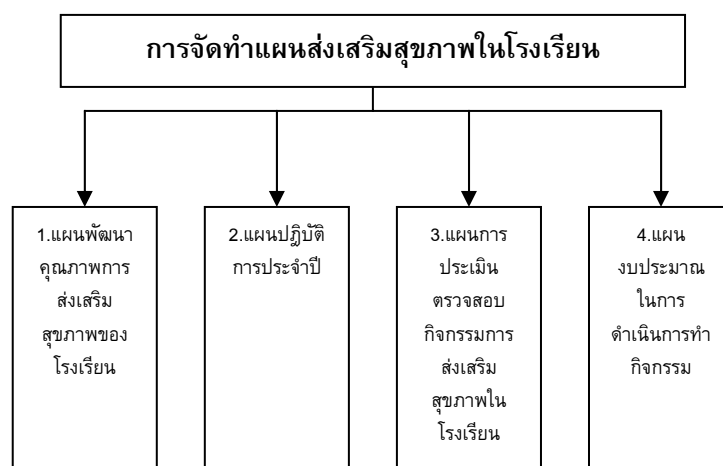
ลักษณะของการดำเนินงานแบบวงจรเดมมิงจะเป็นแบบวงล้อคือมีการทำงานอย่างต่อเนื่องไม่มีจุดสิ้นสุด ทำให้สามารถควบคุมการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและถาวร เนื่องจากเมื่อพบข้อบกพร่องก็จะสามารถนำข้อบกพร่องนั้นมาทำการวางแผนดำเนินการตามขั้นตอนใหม่ได้อีกครั้ง จนสามารถทำให้ลดปริมาณของปัญหาจนไม่พบและคงสภาพได้ต่อไป



ภาพประกอบ 7 แสดงวงจรคุณภาพ (PDCA)

การนำวงจรคุณภาพ (PDCA) ไปใช้กับการจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี

การวางแผน (Plan : P) เป็นจุดสำคัญที่สุดของระบบเนื่องจากเป็นขั้นตอนแรกของการดำเนินงาน เมื่อมีการวางแผนที่ดี ตรงจุดตามเป้าหมายก็จะทำให้การดำเนินงานขั้นอื่นๆ ดำเนินไปได้ด้วยดีและเป็นระบบ ทำให้ลดขั้นตอนการทำงานอื่นๆที่ไม่จำเป็น ประหยัดเวลา เห็นเป้าหมายที่ชัดเจน การวางแผนที่ดีช่วยให้สามารถควบคุมการทำงาน ตรวจสอบ เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างสอดคล้อง ผู้บริหารจึงควรทำการวางแผนอย่างรอบคอบ ระมัดระวัง และต้องทราบสาเหตุของปัญหาอย่างแท้จริง เพื่อให้การวางแผนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดทำแผนด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนควรวางแผนใน 4 เรื่องคือ วางแผนพัฒนาคุณภาพการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน วางแผนปฏิบัติการประจำปี วางแผนการประเมินตรวจสอบกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน วางแผนการจัดงบประมาณในการดำเนินงานดังภาพประกอบ



ภาพประกอบ 8 การจัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน

ในแต่ละแผนมีรายละเอียดในการดำเนินงานดังนี้

1.แผนพัฒนาคุณภาพการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน เป็นการวางแผนแบบภาพองค์รวมของการส่งเสริมทั้งหมดในโรงเรียน การวางแผนในขั้นตอนนี้มีความสำคัญเนื่องจากจะเป็นหลักที่สามารถชี้ทิศทางความเป็นไปของงานส่งเสริมว่าจะเน้นหนักในเรื่องใดมากที่สุด ขั้นตอนนี้จึงเป็นขั้นตอนแรกๆที่ผู้บริหารจะต้องให้ความสำคัญและจัดทำขึ้นมาก่อนแผนงานอื่นๆ เนื่องจากจะเป็นจุดชี้ถึงปัญหา นโยบาย เป้าหมาย วัตถุประสงค์ ของงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนได้เป็นอย่างดี ทำให้การดำเนินงานในขั้นตอนอื่นๆเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ การวางแผนงานนี้จะทำให้ผู้ดำเนินการทราบถึงปัญหาหลักๆที่เกิดขึ้นกับการส่งเสริมสุขภาพ ทำให้สามารถวางแผนการแก้ไขปัญหาที่มีความสำคัญได้ก่อน หรืออาจวางแผนให้สอดคล้องกับนโยบายหลักของกระทรวงสาธารณสุขที่มีการส่งเสริมอยู่เช่น นโยบายส่งเสริมสุขภาพ หรือสุขบัญญัติ 10 ประการ เป็นต้น ขั้นตอนในการดำเนินงานมีดังนี้

1.1 จัดตั้งคณะกรรมการดำเนินการ ดูแล ประสานงานให้มีหน้าที่รับผิดชอบตรงตามที่ตนเองมีความสามารถ

1.2 สืบเสาะหาปัญหาสุขภาพในด้านต่างๆของบุคลากรในโรงเรียน เช่น นักเรียน ครู ภารโรง รวมถึงสภาพปัญหาด้านสถานที่สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณโรงเรียน การสำรวจจะทำให้ทราบถึงสาเหตุของปัญหาที่แท้จริง การดำเนินการวางแผนแก้ไขพัฒนาคุณภาพจึงจะสามารถกระทำได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถแก้ไขได้ตรงกับต้นกำเนิดของปัญหา

1.3 ทำการจดบันทึก วิเคราะห์ผลที่ได้จากการสำรวจทำการแปลผลให้ทราบถึงสภาพปัญหาที่แท้จริง

1.4 จัดลำดับความสำคัญของปัญหาพร้อมทั้งกำหนดนโยบาย/เป้าหมาย ที่ชัดเจนในด้านที่จะทำการส่งเสริมเพื่อสร้างความเข้าใจไปในทิศทางเดียวกันทั้งองค์กร

1.5 ทำการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ เพื่อสร้างจิตสำนึกให้เกิดขึ้นกับคนในองค์กร ในด้านให้เห็นถึงความสำคัญของปัญหา และแนวทางการแก้ไข พัฒนาเพื่อคุณภาพที่ดีขึ้นของทุกคนภายในองค์กร

1.6 จัดงบประมาณในการดำเนินการ

2.แผนปฏิบัติการประจำปีด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน

ขั้นนี้เป็นการวางแผนขั้นที่ 2 ต่อเนื่องมาจากการวางแผนขั้นแรกคือเมื่อมีการทราบถึงปัญหา แนวทางแก้ไข พัฒนา ทราบถึงลำดับความสำคัญของปัญหา ข้อมูลเหล่านี้มีผลต่อการวางแผนปฏิบัติการประจำปีเนื่องจากแผนการนี้จะต้องสอดคล้องกับปัญหาที่พบคือ ต้องสอดคล้องกับแผนพัฒนาคุณภาพการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน การวางแผนนี้จึงมุ่งเน้นไปที่ด้านการจัดกิจกรรมที่จะเกิดขึ้นกับการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน การดำเนินกิจกรรมจะได้ประสิทธิภาพมากหรือน้อย ได้ตรงตามเป้าหมายหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับการวางแผนในขั้นนี้ ซึ่งมี

ขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้คือ

2.1 กำหนดกิจกรรมที่มีความสอดคล้องกับปัญหา กิจกรรมที่ดำเนินการก่อนต้องเป็นกิจกรรมที่เป็นปัญหาหลักของโรงเรียนที่ประสบอยู่และต้องการแก้ไขอย่างเร่งด่วน การวางแผนจะต้องทำอย่างเป็นระบบมีการจัดเรียงตามสภาพปัญหา

2.2 จำนวนกิจกรรมจะมากหรือน้อยในแต่ละปีนั้นขึ้นอยู่กับความใหญ่หรือเล็กของกิจกรรม ควรมีการวางแผนไว้ล่วงหน้าตลอดทั้งปีเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้

2.3 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงาน วัตถุประสงค์ ความสำคัญของกิจกรรม

2.4 กำหนดขอบเขตของกิจกรรม ผู้รับผิดชอบในการดำเนินงาน งบประมาณ และเกณฑ์การประเมินผล

2.5 สร้างความสัมพันธ์อันดีในการดำเนินงานด้วยการยอมรับความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการดำเนินงานแก้ไขปัญหา หรือเสนอแนะแนวทางต่างๆ

2.6 มีการจัดทำบอร์ดแสดงแผนงานประจำปีให้ทุกคนสามารถเห็นถึงกิจกรรมที่จะเกิดขึ้น ระยะเวลาในการดำเนินงานของแต่ละกิจกรรม และความก้าวหน้าในการดำเนินงานของแต่ละกิจกรรมได้เป็นอย่างดี เพื่อเสริมสร้างกำลังใจและเป็นการกระตุ้นความสนใจของผู้รับผิดชอบ อาจมีการชมเชยหรือให้รางวัลถ้ากิจกรรมนั้นๆประสบความสำเร็จ

2.7 จัดงบประมาณในการดำเนินงานของแต่ละกิจกรรมตลอดทั้งปี

3.แผนการประเมินตรวจสอบกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน

ขั้นตอนนี้เป็นการวางแผนหลักเกณฑ์การประเมินและตรวจสอบให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน เป็นระบบมาตรฐานเดียวกัน ทำให้เกิดความชัดเจนในด้านความเข้าใจของทั้งผู้ประเมินและผู้ถูกประเมิน ทำให้ผลที่ได้ของการประเมินเป็นไปในทิศทางเดียวกัน ทำให้เกิดความสำเร็จในการแก้ปัญหา ปรับปรุง และพัฒนา การวางแผนการประเมินจึงมีความสำคัญในด้านคุณภาพของการแก้ปัญหาและทุกๆครั้งของการทำกิจกรรมตามแผนจะต้องมีการประเมินตรวจสอบเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลของปัญหาอย่างต่อเนื่องและชัดเจน ขั้นตอนการดำเนินงานมีดังนี้

3.1 กำหนดแนวทางการประเมินว่า ต้องการทำการประเมินในหัวข้ออะไรบ้างจึงจะตรงกับเป้าหมาย วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

3.2 กำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินว่าจะใช้เครื่องมือแบบใดในการประเมิน เช่น การสอบถาม สัมภาษณ์ กรอกข้อมูล บันทึกลง เพื่อความสะดวกในการดำเนินงาน

3.3 กำหนดระยะเวลาในการทำการประเมิน

3.4 มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดในหัวข้อการประเมิน เพื่อความเข้าใจที่ตรงกัน

3.5 มีการแจ้งผลการประเมินอย่างสม่ำเสมอและให้ทราบอย่างทั่วถึง

การวางแผนการประเมินที่ดีจะทำให้เกิดความสำเร็จในการทำกิจกรรมอย่างสูงและควรมีการวางแผนการประเมินอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ และควรมีการประเมินในทุกๆกิจกรรมที่ทำ

4.แผนงบประมาณในการทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน

งบประมาณเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่มีความสำคัญที่จะทำให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่น การวางแผนงบประมาณที่ดีจึงควรกระจายได้อย่างทั่วถึงทุกกิจกรรมที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ภายในระยะเวลานั้นๆ ดังนั้นการวางแผนจัดงบประมาณจึงควรวางแผนอย่างรอบคอบ

ในขั้นตอนของการวางแผนนี้ผู้บริหารควรให้ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็น ร่วมเสนอแนะ หรือชี้แจงปัญหาต่างๆ เพื่อให้เกิดความรู้สึกถึงการมีส่วนร่วมในการทำงาน มีผลทำให้เกิดความสุข สบายใจในการทำงาน ผลงานที่ปรากฏออกมา ก็จะได้ประสิทธิภาพ เนื่องจากผู้ดำเนินการทำงานด้วยความสมัครใจ ก็จะทำให้เกิดความร่วมมือกันในการดำเนินงาน ความราบรื่นและได้ผลสำเร็จตามนโยบาย/เป้าหมายที่กำหนดหรือวางแผนไว้

การปฏิบัติตามแผน (Do : D) ขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนของการลงมือร่วมกันปฏิบัติงานให้เป็นไปตามเป้าหมายหรือแผนการที่กำหนดไว้ โดยผู้บริหารควรมีบทบาทคือ

- 1.เน้นให้ผู้ปฏิบัติงานเห็นถึงความสำคัญและความจำเป็นในการวางแผนงานนั้นๆ
- 2.สร้างความมั่นใจให้เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติงาน ในขั้นตอนนี้ผู้บริหารควรส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรทำงานอย่างมีความสุข
- 3.สร้างความมีส่วนร่วมให้เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติงาน
- 4.ผู้บริหารควรจัดสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆที่จำเป็น และสนับสนุนทรัพยากร เพื่อให้การปฏิบัติงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ
- 5.จัดให้มีการศึกษาและอบรมแก่บุคลากรที่เกี่ยวข้องเพื่อให้สามารถนำความรู้มาใช้ในการปฏิบัติงานได้

6.กำกับ ติดตาม (Monitoring) ผลการดำเนินงานทำกิจกรรมกับผู้รับผิดชอบอย่างสม่ำเสมอ เพื่อเป็นการกระตุ้นและส่งเสริมให้มีการดำเนินการตามแผน

7.ทำการนิเทศ ในระหว่างปฏิบัติงาน ผู้บริหารต้องมีการกำกับติดตามผลว่าเป็นไปตามเป้าหมายหรือแผนที่กำหนดไว้หรือไม่ มีปัญหาหรือพบกับปัญหาอะไรบ้าง เพื่อที่จะได้ทำการแก้ไขปรับปรุง มีผลทำให้งานสามารถสำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี การนิเทศอาจทำได้หลายวิธีเช่น การสอบถาม การจัดประชุม หรือการจัดให้มีการรายงานเป็นรายสัปดาห์ รายเดือน ขึ้นอยู่กับระยะเวลาของการทำกิจกรรม โดยอาจรายงานด้วยปากเปล่าหรือจัดทำรายงานเสนอ เพื่อให้ร่วมกันเสนอแนะในการปรับปรุงการปฏิบัติงาน ขั้นตอนของการปฏิบัติงานนี้ผู้บริหารอาจมีการให้รางวัลแก่ผู้ปฏิบัติงานหรือกลุ่มผู้ปฏิบัติงานที่สามารถทำได้บรรลุตามเป้าหมาย เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจแก่ผู้ปฏิบัติงาน

การตรวจสอบประเมินผล (Check : C) การตรวจสอบประเมินผลเป็นกลไกสำคัญที่จะกระตุ้นให้เกิดการพัฒนาเพราะจะทำให้ได้ข้อมูลย้อนกลับที่จะสะท้อนให้เห็นถึงการดำเนินงานที่ผ่านมาว่าบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้เพียงใด ต้องปรับปรุงแก้ไขในเรื่องใดบ้าง การตรวจสอบประเมินผลจึงมีจุดมุ่งหมายเพื่อการปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้นมิใช่เพื่อการจับผิด ผู้ที่ทำการจดบันทึก

หรือสังเกต สอบถาม ควรกระทำด้วยความตั้งใจและเป็นจริง ลักษณะของการประเมินมี 2 ประการคือ มีการปฏิบัติตามแผนหรือไม่และตัวแผนการเองมีความเหมาะสมหรือไม่ ขั้นตอนการตรวจสอบประเมินผลมีดังนี้

1.กำหนดเกณฑ์การตรวจสอบประเมินผลอย่างชัดเจน ตามความเหมาะสมของกิจกรรมนั้นๆเช่น กิจกรรมนั้นเกี่ยวกับด้านการโภชนาการ เกณฑ์การประเมินตรวจสอบก็ต้องเกี่ยวข้องกับคุณค่าทางด้านอาหาร ความสะอาด ความปลอดภัยจากสารพิษ เป็นต้น

2.กำหนดผู้รับผิดชอบในการตรวจสอบประเมินผลและผู้นั้นต้องไม่มีส่วนเกี่ยวข้องในการดำเนินงานที่จะประเมิน

3.มีการกำหนดระยะเวลาในการตรวจสอบที่ชัดเจน อาจกำหนดให้มีการประเมินตรวจสอบทุกๆ 2 สัปดาห์ ทุกๆเดือน หรือ ปีละครั้ง จะเป็นรูปแบบใดขึ้นอยู่กับระยะเวลาและขนาดของกิจกรรมนั้นๆ

4.จัดทำ/จัดหา เครื่องมือสำหรับการจัดเก็บข้อมูลและการทำการประเมินตรวจสอบ เช่น ใบประเมิน ใบจดบันทึกการปฏิบัติงาน

5.นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์และแปลผล เพื่อนำไปประเมินผลการปฏิบัติงาน

6.นำผลการประเมินตรวจสอบมาทำการปรับปรุงแก้ไข พัฒนาให้ได้คุณภาพตามเป้าหมาย

การปรับปรุงแก้ไข (Act : A) การปรับปรุงแก้ไขเป็นขั้นตอนของการดำเนินงานในด้านการนำผลการประเมินมาใช้ในการปรับปรุงแก้ไขที่ต้องทำอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ได้ประสิทธิภาพของการดำเนินงานตามนโยบาย/เป้าหมาย เนื่องจากการปรับปรุงเป็นการทำให้คุณภาพของการดำเนินงานดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง ผลของการประเมินสามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลในการปรับปรุงการปฏิบัติงานของผู้ดำเนินงานได้และยังสามารถใช้ในการกำหนดวางแผนการดำเนินงานครั้งต่อไป ประโยชน์ของการปรับปรุงแก้ไขการดำเนินงานพอจะกล่าวได้ดังนี้

1.ทำให้เกิดการปรับปรุงพัฒนาการทำงานขององค์กรได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นไปตามนโยบายที่กำหนดไว้ เนื่องจากสามารถนำผลมาใช้ในการปรับปรุงได้ทันที

2.มีผลต่อการกำหนดวางแผนกิจกรรมต่างๆในระยะต่อไป กล่าวคือ การนำผลการประเมินตรวจสอบกิจกรรมไปใช้กับการกำหนดกิจกรรมในครั้งต่อไป หรือปีต่อไป โดยความร่วมมือของทุกฝ่ายในการนำผลมาวิเคราะห์หาข้อผิดพลาด จุดเด่น-จุดด้อยในการปฏิบัติงาน เพื่อประสิทธิภาพในการทำงานที่ดีในครั้งต่อไป

3.มีการจัดทำข้อมูลสารสนเทศ เพื่อความสะดวกรวดเร็วและเป็นปัจจุบัน ทำให้เกิดประโยชน์ต่อการบริหารงานและประกอบการตัดสินใจในเรื่องต่างๆเป็นการประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารให้กับทุกฝ่ายได้รับทราบและเข้าใจตรงกันเพื่อจะได้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติอย่างมีความสุข และเข้าใจถึงสภาพปัญหาที่เกิดขึ้น ส่งผลให้พร้อมที่จะช่วยกันดำเนินการแก้ไขปัญหา

บทบาทของผู้บริหารโรงเรียนที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพ

การบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจะประสบความสำเร็จมากหรือน้อยเพียงใด นอกจากจะขึ้นอยู่กับระบบการบริหารจัดการที่ดีแล้ว การรับรู้ถึงบทบาทหน้าที่ของผู้บริหารที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพก็เป็นปัจจัยสำคัญอีกปัจจัยหนึ่งอันจะทำให้การบริหารงานสามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เนื่องจากผู้บริหารเป็นบุคคลหนึ่งที่มีความสำคัญในด้านการกระตุ้นให้เกิดความก้าวหน้าในการปฏิบัติงานของผู้ดำเนินงาน ผู้บริหารจึงควรตระหนักถึงบทบาทของตนเองดังต่อไปนี้

1. ให้ตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพของเด็กนักเรียนว่าเป็นจุดหมายเบื้องต้นของการศึกษา
2. ผู้บริหารควรมีส่วนร่วมในการกำหนดแนวทางการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากผู้บริหารจะเป็นผู้ที่มองเห็นภาพหรือปัญหาของโรงเรียนโดยรวมได้มากที่สุดคนหนึ่ง
3. จัดหาบุคลากรที่มีความเหมาะสมมาดำเนินการส่งเสริมสุขภาพ โดยเน้นที่การวางตัวบุคคลให้ตรงกับงาน (Put the right man on the right job) เพื่อให้งานสามารถดำเนินไปได้ อย่างราบรื่น
4. ดูแลและอำนวยความสะดวกในด้านต่าง ๆ ให้แก่ผู้รับผิดชอบไม่ว่าจะเป็นในเรื่องเครื่องมือ วัสดุ อุปกรณ์ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพ
5. ส่งเสริมให้มีการจัดสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพของเด็กนักเรียนและบุคลากร

แผนการจัดกิจกรรมการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

สภาวะการณ์โลกยุคการสื่อสารไร้พรมแดน ทำให้การโฆษณาสินค้ามีผลต่อการดำเนินชีวิตของผู้คนในยุคนี้เป็นอย่างมาก ไม่เว้นแม้แต่ปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตอันประกอบด้วย อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค สิ่งเหล่านี้ล้วนได้รับอิทธิพลของการโฆษณาซึ่งมีผลต่อการบริโภค โดยเฉพาะในเรื่องของอาหารที่มีการโฆษณาด้วยรูปแบบที่หลากหลาย บางครั้งผลิตภัณฑ์ดังกล่าวอาจไม่มีคุณค่าทางสารอาหารหรือมีในปริมาณที่น้อยมากเมื่อเปรียบเทียบกับปริมาณและราคา อาหารโดยส่วนมากจึงเต็มไปด้วยปริมาณของแป้งและไขมัน เมื่อบริโภคเข้าไปในปริมาณมาก ๆ ประกอบกับวิถีการดำรงชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป ผู้คนมีการเคลื่อนไหวในการทำงานน้อยลง เนื่องจากมีเทคโนโลยีต่าง ๆ เข้ามารองรับไม่ว่าจะเป็นเครื่องอำนวยความสะดวกหรือแม้กระทั่งคอมพิวเตอร์ ทำให้พฤติกรรมในการดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไปมีการเคลื่อนไหวในการทำงานน้อยลง จากเด็กที่มีการวิ่งเล่นก็เป็นการนั่งอยู่หน้าจอโทรทัศน์หรือหน้าจอคอมพิวเตอร์ซึ่งมีผลกระทบต่อสุขภาพและร่างกาย ซึ่งในวัยเด็กอาจทำให้เกิดเป็นโรคอ้วนหรือ

การขาดสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกาย อันเป็นผลกระทบที่สำคัญสำหรับเด็กในวัยที่กำลังเจริญเติบโตและกำลังเรียนรู้

พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปนี้ทำให้เด็กได้รับสารอาหารไม่ครบ 5 หมู่ โดยเด็กจะได้รับ แป้ง ไขมัน และน้ำตาล ในปริมาณที่เกินความต้องการ อีกทั้งขาดการออกกำลังกายหรือมีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อย มีผลทำให้สุขภาพอ่อนแอเพราะร่างกายไม่ได้รับการกระตุ้นให้เกิดการทำงาน ปัจจุบันจึงมีการส่งเสริมสุขภาพกันอย่างกว้างขวางโดยเฉพาะในด้านของการโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร กับการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และทำกิจกรรมสันทนาการ เพื่อเป็นการกระตุ้นให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดี มีพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง รวมถึงต้องการให้เด็กมีการเจริญเติบโตเป็นไปอย่างสมบูรณ์ พร้อมทั้งสามารถดูแลตนเองและผู้อื่นให้บริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ เพื่อการมีสุขภาพที่แข็งแรง สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา รวมทั้งทำให้เกิดความพร้อมที่จะเรียนรู้วิทยาการต่าง ๆ

วัตถุประสงค์

เป็นการวางแผนการบริหารการจัดการคุณภาพ (PDCA) ด้านการส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนประถมศึกษาภายในจังหวัดราชบุรี โดยมุ่งเน้นให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลกับสุขภาพอนามัยของเด็กนักเรียนในช่วงประถมศึกษา เพื่อให้เด็กได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย รวมถึงการสร้างเสริมพลานามัยที่แข็งแรงอันเกิดจากการบริโภคและการออกกำลังกายที่ถูกสุขลักษณะ โดยการร่วมมือระหว่างบุคลากรในสถานศึกษา ชุมชน ผู้ปกครอง และที่สำคัญคือผู้บริหารของโรงเรียนจะต้องเห็นถึงความจำเป็นในการส่งเสริมสุขภาพและเข้าใจในระบบการบริหารจัดการคุณภาพ (PDCA) อย่างชัดเจน

แนวทางในการดำเนินงาน

1. จัดทำแผนการบริหารจัดการคุณภาพ (PDCA) ด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา โดยเน้นที่การส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร และการส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและสันทนาการ ตามแผนงานดังนี้

1.1 แต่งตั้งคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ประกอบด้วย ครู นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เจ้าหน้าที่เกษตรอำเภอ และตัวแทนภายในชุมชน

1.2 คณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพร่วมกันกำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุมตรงตามแผนการส่งเสริมสุขภาพทั้ง 2 ด้าน เพื่อหาทิศทางในการพัฒนา

1.3 คณะกรรมการกำหนดระยะเวลาในการตรวจสอบ ประเมินผลเป็นระยะเวลาที่เหมาะสมของแต่ละกิจกรรม

1.4 ถ่ายทอดนโยบายสู่นักเรียน ครู ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้อง

1.5 จัดทำแผนการส่งเสริมสุขภาพให้สอดคล้องกับนโยบายการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร และการส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย แบ่งเป็น 7 กิจกรรม คือ

- กิจกรรมที่ 1 สวนเกษตรปลอดสารพิษ
- กิจกรรมที่ 2 โรงอาหารในฝัน
- กิจกรรมที่ 3 อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด
- กิจกรรมที่ 4 ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล
- กิจกรรมที่ 5 ลานแอโรบิค
- กิจกรรมที่ 6 ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ
- กิจกรรมที่ 7 ลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง

1.6 จัดทำข้อมูลและสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาและความต้องการด้านสุขภาพด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร และสุขภาพด้านการออกกำลังกาย ของทุกฝ่ายทั้งในและนอกโรงเรียน

2. การปฏิบัติการตามแผนงาน

2.1 ปฏิบัติตามแผนงาน/กิจกรรม ที่กำหนด

2.2 ผู้รับผิดชอบประเมินผลการปฏิบัติงาน โดยใช้เกณฑ์การประเมินที่ทางคณะกรรมการได้กำหนด เพื่อตรวจสอบการดำเนินงานและข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นขณะปฏิบัติงาน

2.3 ดำเนินการปรับปรุงผลที่ทำการตรวจสอบจากข้อ 2.2 เพื่อให้ตรงกับตัวชี้วัดตามเกณฑ์ในการประเมิน

3. การตรวจสอบ / ประเมิน

3.1 ตรวจสอบการดำเนินงานโดยคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน

3.2 คณะกรรมการทำการนิเทศ ติดตามผล การดำเนินงานของคณะทำงานกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยคณะกรรมการนิเทศภายในโรงเรียนเป็นระยะ ระหว่างการปฏิบัติงาน

3.3 ประเมินผลการจัดแผนการส่งเสริมสุขภาพ จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ผู้ทรงคุณวุฒิจากชุมชน คณะกรรมการประเมินภายในโรงเรียน

3.4 นำผลการประเมินแจ้งผู้บริหารโรงเรียนและหน่วยงานที่รับผิดชอบ

4. การปรับปรุงแก้ไข/พัฒนา

4.1 สรุปผลการตรวจสอบ ทำการทบทวนการปฏิบัติงานและศึกษาเพื่อหาแนวทางแก้ไขการปฏิบัติงาน เพื่อให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ตามแผนงานการส่งเสริมสุขภาพที่กำหนด

4.2 นำผลที่ได้จากการตรวจสอบและทบทวนมาทำการปรับปรุงแก้ไข พัฒนาการดำเนินงานในแผนการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในปีการศึกษาต่อไป

แผนระยะเวลาการดำเนินงานของแต่ละกิจกรรม

กิจกรรมที่1	ระยะเวลาดำเนินกิจกรรม(เดือน)												หมายเหตุ
	ม.ค	ก.พ	มี.ค	เม.ย	พ.ค	มิ.ย	ก.ค	ส.ค	ก.ย	ต.ค	พ.ย	ธ.ค	
1. สวนเกษตรปลอดสารพิษ													
2. โรงอาหารในฝัน													
3. อาหารที่มีประโยชน์ราคาประหยัด													
4. ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล													
5. ลานแอโรบิค													
6. ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ													
7. สู้วิ่งสู่ความแข็งแรง													

กิจกรรมที่ 1 สวนเกษตรปลอดสารพิษ

กิจกรรมที่1	ระยะเวลาดำเนินกิจกรรม(เดือน)												หมายเหตุ
	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	
1.ขั้นเตรียมการ													
2.ขั้นปฏิบัติงาน													
3.ตรวจสอบรายงานผล (ทุก 1 สัปดาห์)													
4.รับการประเมินเดือนละ 1 ครั้ง													
5.ปรับปรุง/แก้ไข													
6.รายงานผล/พัฒนาและวางแผนการจัดดำเนินงานครั้งต่อไป													

กิจกรรมที่ 2 โรงอาหารไผ่ฝืน

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินกิจกรรม (เดือน)												หมายเหตุ
	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	
1. ขั้นเตรียมการ													
2. ขั้นปฏิบัติงาน													
3.ตรวจสอบรายงาน ผล (ทุก 1 สัปดาห์)													
4. รับการประเมิน เดือนละ 1 ครั้ง													
5. ปรับปรุง / แก้ไข													
6. รายงานผล / พัฒนาและวางแผนการจัด ดำเนินงานครั้งต่อไป													

[illegible]

กิจกรรมที่ 4 ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการกิจกรรม (เดือน)												หมายเหตุ
	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	
1. ขั้นเตรียมการ													
2. ขั้นปฏิบัติงาน													
3.ตรวจสอบรายงาน ผล (ทุก 1 สัปดาห์)													
4. รับการประเมิน เดือนละ 1 ครั้ง													
5. ปรับปรุง / แก้ไข													

4. รับการประเมิน เดือนละ 1 ครั้ง												
5. ปรับปรุง / แก้ไข												
6. รายงานผล / พัฒนาและวาง แผนการจัด ดำเนินงานครั้งต่อไป												

คู่มือ หน้า 21

กิจกรรมที่ 6 ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินกิจกรรม (เดือน)	หมายเหตุ
---------	-------------------------------	----------

	ม.ค	ก.พ	มี.ค	เม.ย	พ.ค	มิ.ย	ก.ค	ส.ค	ก.ย	ต.ค	พ.ย	ธ.ค	
1. ชั้นเตรียมการ													
2. ชั้นปฏิบัติงาน													
3. ตรวจสอบรายงาน ผล (ทุก 1 สัปดาห์)													
4. รับการประเมิน เดือนละ 1 ครั้ง													
5. ปรับปรุง / แก้ไข													
6. รายงานผล / พัฒนาและวางแผนการจัด ดำเนินงานครั้งต่อไป													

กิจกรรมที่ 7 ลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินกิจกรรม (เดือน)												หมายเหตุ
	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	
1. ขั้นเตรียมการ													
2. ขั้นปฏิบัติงาน													
3. ตรวจสอบรายงาน ผล (สัปดาห์ละ 1 ครั้ง)													
4. รับการประเมิน เดือนละ 1 ครั้ง													
5. ปรับปรุง / แก้ไข													
6. รายงานผล / พัฒนาและวางแผนการจัด ดำเนินงานครั้งต่อไป													

**ผลที่คาดว่าจะได้รับจากการทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาใน
จังหวัดราชบุรี**

1. นักเรียนได้รับความรู้ ความเข้าใจ ในการส่งเสริมสุขภาพทางด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร การส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
2. ปัญหาสุขภาพได้รับการแก้ไขและปรับปรุง สอดคล้องกับสภาพปัญหาของแต่ละชุมชน นำไปสู่เจตคติและการปฏิบัติตนที่ถูกต้องในการส่งเสริมสุขภาพ

3. ผู้ปกครองและชุมชนเห็นความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนความรู้และการจัดแผนการส่งเสริมสุขภาพ ก่อให้เกิดความร่วมมือระหว่างโรงเรียนและชุมชนในด้านอื่น ๆ ต่อไป เพื่อนำไปสู่การพัฒนาชุมชน

คู่มือ หน้า 23

ตัวอย่างแผนการบริหารการจัดการคุณภาพ (PDCA) ด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษา

แผนการบริหารการจัดการคุณภาพ (PDCA) ด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาของจังหวัดราชบุรีแบ่งออกเป็น 2 แผนที่สำคัญคือ

1. แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร
 - กิจกรรมที่ 1 สวนเกษตรปลอดสารพิษ
 - กิจกรรมที่ 2 โรงอาหารในฝัน
 - กิจกรรมที่ 3 อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด
 - กิจกรรมที่ 4 ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล
2. แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและสันทนาการ
 - กิจกรรมที่ 1 ลานแอโรบิค
 - กิจกรรมที่ 2 ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ
 - กิจกรรมที่ 3 สู้วิ่งสู่ความแข็งแรง

แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหาร

แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลอาหารเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้รับข้อมูลที่ถูกต้องในการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายและการเจริญเติบโตของเด็ก นอกจากนี้ยังส่งเสริมให้นักเรียนได้เป็นผู้เผยแพร่ข้อมูลที่ให้กับบุคคลต่าง ๆ รอบข้างเพื่อให้เลือกรับประทานอาหารที่ถูกต้อง มีกิจกรรมในแผนนี้ 4 กิจกรรมดังนี้

กิจกรรมที่ 1 สวนเกษตรปลอดสารพิษ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนบุคลากรภายในโรงเรียนได้บริโภคอาหารที่มีคุณภาพ ปลอดจากสารพิษต่าง ๆ ทำให้ได้รับประโยชน์จากอาหารอย่างเต็มที่
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากสารพิษต่าง ๆ ที่ปนเปื้อนในอาหารและสามารถดูแลผู้อื่นได้
3. นักเรียนมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวมไม่นำสิ่งที่เป็นโทษไปให้ผู้อื่นบริโภค
4. นักเรียนเข้าใจถึงประโยชน์และโทษที่มีต่อร่างกายของอาหารที่ปลอดสารพิษและอาหารที่มีสารพิษเจือปน
5. เพื่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน ครู และชุมชน

สาระสำคัญ

นักเรียนทราบถึงความสำคัญของการเลือกบริโภคอาหารที่ปลอดภัย อันมีผลต่อสุขภาพการเจริญเติบโตของร่างกายและสามารถบอกถึงคุณลักษณะของอาหารที่ดี มีคุณภาพได้ ทำให้สามารถดูแลตนเองและผู้อื่นให้มีสุขภาพที่ดีได้

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม “สวนเกษตรปลอดภัย”

1.วางแผนการดำเนินกิจกรรม

1.1 ตั้งคณะดำเนินงานผู้รับผิดชอบกิจกรรม เป็นครูวิชาเกษตรหรือครูประจำชั้นในระดับประถมศึกษา จำนวน 2 คน

1.2 จัดประชุมเพื่อร่วมกันกำหนดเป้าหมายหาทิศทางของกิจกรรม เช่น เป้าหมายเพื่อมีผักปลอดสารพิษ มีไข่ไก่และไข่เป็ดไว้บริโภค รวมถึงการรณรงค์และส่งเสริมในการทำสวนเกษตรปลอดภัย เป็นต้น

1.3 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม ในด้านของปริมาณการผลิต คุณภาพของการผลิต ความสะอาดของสถานที่ การเจริญเติบโตของผลผลิต

1.4 กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมดังนี้

1 . 4 . 1 สถานที่ทำสวนเกษตรมีความสะอาดปลอดภัย

1.4.2 ไม่มีการใช้สารเคมีในการทำสวนเกษตร เช่น ไม่ใช้ปุ๋ยเคมี ไม่ให้สารเร่งกับเปิด-ไก่

1.4.3 ผลผลิตที่ได้มีคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนด

1.5 กำหนดผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน อาจเป็นบุคคลภายในโรงเรียนที่มีความรู้ความสามารถ เช่น ครูสอนทางด้านงานเกษตร หรือบุคคลภายในชุมชนที่มีความเชี่ยวชาญด้านการเกษตร

1.6 กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน อาจเป็นเดือนละ 1 ครั้ง

1.7 วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม

2.การปฏิบัติกิจกรรม

2.1 จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรมในเรื่องของกิจกรรม

2.1.1 ชี้แจงโครงการปลูกผักปลอดสารพิษภายในโรงเรียน และการรณรงค์รับประทานผักปลอดสารพิษ รวมถึงการเลี้ยงสัตว์โดยไม่ใช้สารเร่งการเจริญเติบโตหรือสารเพิ่มสีภายในชุมชน การจัดนิทรรศการให้ความรู้แก่นักเรียนและชุมชน

2.1.2 กำหนดผู้รับผิดชอบกิจกรรมอาจเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 - 6

2.1.3 จัดหาพื้นที่ในการทำสวนเกษตรปลอดภัย

2.1.4 ทำการวางแผนและจัดหาวัสดุ อุปกรณ์ และวัตถุดิบสำหรับการทำ

2.1.5 ทำการจัดสรรงบประมาณ

คู่มือ หน้า 25

2.2 ทำการแบ่งหน้าที่ผู้รับผิดชอบในการดำเนินกิจกรรม

2.2.1 ฝ่ายประชาสัมพันธ์

2.2.2 ฝ่ายรณรงค์และให้ความรู้

2.2.3 ฝ่ายดำเนินกิจกรรม

2.2.4 ฝ่ายตรวจสอบและประเมินผล ฯลฯ

2.3 ทำการรายงานผลของกิจกรรมแบ่งเป็น 3 ระยะ

2.3.1 ขั้นเตรียมการ

2.3.2 ขั้นการเพาะปลูก เพาะเลี้ยง

2.3.3 ขั้นการเก็บผลผลิต

2.4 เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในการปฏิบัติงานควรมีการปรึกษา หรือจัดประชุมย่อย เพื่อร่วมกันแก้ปัญหาให้ลุล่วง

3.ทำการตรวจสอบประเมินผลการทำงานกิจกรรม

3.1 ทำการประเมินผลเดือนละ 1 ครั้งตามเกณฑ์ที่กำหนด

3.2 นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/และสรุปผล

3.3 แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไข

4.ทำการปรับปรุงแก้ไขทันทีเมื่อได้ทราบถึงผลการประเมิน โดยหาสาเหตุของความผิดพลาดจากการประเมินกิจกรรมแล้วนำจุดนั้นมาทำการแก้ไข เพื่อให้กิจกรรมสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

แบบประเมินกิจกรรม “สวนเกษตรปลอดสารพิษ”

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องผลการประเมินตามหลักเกณฑ์การประเมิน

หัวข้อประเมิน	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน			หมายเหตุ
		๔	ปานกลาง	ปรับปรุง	
ก.มีสถานที่ทำสวนเกษตรปลอดสารพิษ ที่สะอาด ปลอดภัย ถูกต้องตามมาตรฐาน	1. มีพื้นที่หรือบริเวณสำหรับการทำสวนเกษตรปลอดสารพิษ 1.1 มีสถานที่สำหรับปลูกพืช ผัก สวนครัว 1.2 มีสถานที่สำหรับเลี้ยงสัตว์ เช่น ไก่ไข่ แพะ ปลา 2. สถานที่มีความสะอาด 2.1 สามารถถ่ายเทอากาศได้ดี ไม่มีกลิ่นเหม็น ในกรณีเป็นสถานที่เลี้ยงสัตว์ 2.2 พื้นที่ไม่มีเศษขยะ ไม่มีวัชพืชปกคลุมในกรณีเป็นสถานที่ปลูกพืช-ผักสวนครัว 3. มีการแบ่งสัดส่วนการใช้พื้นที่อย่างชัดเจน 4. มีป้ายบอกชื่อผู้ดูแลพื้นที่ 5. มีป้ายบอกถึงระเบียบขั้นตอนต่างๆของวิธีการปฏิบัติ การให้อาหารสัตว์และการดูแลพืชผัก ที่ถูกต้องชัดเจน				
ข.ไม่มีการใช้สารเคมีในการทำสวนเกษตร เช่น ไม่ใช้ปุ๋ยเคมี ไม่ให้สารเร่งกับเปิด-ไก่	6. ไม่มีการใช้สารเคมีที่เป็นอันตรายต่อผู้บริโภค 6.1 ไม่มีการใช้สารเร่งเนื้อ 6.2 ไม่มีการฉีดสารให้สี 6.3 ไม่ใช้ปุ๋ยเคมีกับพืช-ผัก 6.4 ไม่ฉีดยาฆ่าแมลง 7. ใช้สารชีวภาพเป็นปุ๋ยและยาฆ่าแมลง				
ค.ผลผลิตที่ได้มีคุณภาพ ตามมาตรฐานที่กำหนด	8. ผลผลิตที่ได้ปลอดจากสารพิษต่างๆที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ				

ง.มีการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารที่ถูกสุขลักษณะ ปลอดภัย สารพิษ	9. มีการเผยแพร่ให้ความรู้เกี่ยวกับสารพิษต่างๆที่อยู่ในสารอาหารให้กับบุคลากรภายในโรงเรียน 9.1 จัดนิทรรศการ 9.2 ทำเอกสาร 9.3 สัมมนา 10. ประชาสัมพันธ์ด้วยการจัดงานออกร้านโดยนำผลิตภัณฑ์ที่ได้มาจำหน่าย ทั้งแปรรูป และไม่แปรรูป พร้อมทั้งการให้ความรู้แก่บุคคลทั่วไปเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง				
---	---	--	--	--	--

หลักเกณฑ์การประเมิน “สวนเกษตรปลอดภัยสารพิษ” มีดังนี้ (ลงชื่อ)

1. ระดับดี ปฏิบัติตามเกณฑ์ได้ร้อยละ 75-100 (.....)

2. ระดับปานกลาง ผลการประเมินได้ร้อยละ 50-74 ผู้ประเมินกิจกรรม
 แผนกงานผลการประเมินที่จัดอบรม “สวนเกษตรปลอดภัยสารพิษ”
 ปีการศึกษา...../ภาคเรียนที่..... คู่มือ หน้า 27
 ครั้งที่...../เดือน...../ปี.....

สรุปผลการประเมินกิจกรรม

.....

.....

.....

ปัญหาที่พบ

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....
 (.....)

(ผู้ทำการประเมิน)

สรุปขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมสวนเกษตรปลอดภัย

ขั้นตอน	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
การวางแผน	• จัดตั้งผู้รับผิดชอบกิจกรรม • จัดประชุมเพื่อร่วมกำหนดเป้าหมายและทิศทางของกิจกรรม • กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม • กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรม • กำหนดผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน • กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน • วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม	• ผู้บริหารโรงเรียน
การปฏิบัติ	• จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรมสวนเกษตรปลอดภัย • ทำการแบ่งหน้าที่ผู้รับผิดชอบ • ปฏิบัติกิจกรรมตามแผนที่กำหนด • รายงานผลการปฏิบัติกิจกรรม • ตรวจสอบปัญหา/หาแนวทางแก้ไข	• ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรม • นักเรียนผู้รับผิดชอบ
การตรวจสอบ	• ทำการประเมินผลเดือนละ 1 ครั้ง - สถานที่การทำสวนเกษตรมีความสะอาดปลอดภัย - ไม่มีการใช้สารเคมีในการทำสวนเกษตร	• ครูผู้มีความรู้ • สมาชิกชุมชน • เกษตรอำเภอ

	- ผลผลิตที่ได้มีคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนด • นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/และสรุปผล • แจ้งผลการประเมินเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไข	
การปรับปรุงแก้ไข	• จัดประชุมเพื่อหาสาเหตุ • ทำการปรับปรุงแก้ไข • ตรวจสอบผล	• ผู้บริหาร • ครูผู้ได้รับมอบหมาย • นักเรียนผู้ได้รับมอบหมาย

คู่มือ หน้า 29

กิจกรรมที่ 2 โรงอาหารในฝัน

วัตถุประสงค์

- 1.เพื่อให้นักเรียนบุคลากรภายในโรงเรียนได้บริโภคอาหารที่สะอาด ปลอดภัยจากเชื้อโรค อันทำให้เกิดโรคทางเดินอาหาร
- 2.เพื่อให้นักเรียนสามารถดูแลตนเองในการเลือกซื้ออาหารจากร้านค้าที่ถูกสุขลักษณะ
- 3.โรงเรียนมีโรงอาหารที่สะอาด
- 4..สร้างพฤติกรรมที่ดีในการเลือกบริโภคอาหารของนักเรียน

สาระสำคัญ

นักเรียนทราบถึงความสำคัญของการเลือกบริโภคอาหารจากร้านที่สะอาด ถูกสุขลักษณะ ทราบถึงผลเสียที่ได้จากการบริโภคอาหารที่สกปรกมีสารปนเปื้อน สามารถดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากโรคทางเดินอาหารอันเนื่องมาจากการบริโภคอาหารได้

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม “โรงอาหารในฝัน”

1.วางแผนการดำเนินกิจกรรม

1.1 ตั้งคณะดำเนินงานผู้รับผิดชอบกิจกรรม อาจเป็นอาจารย์ประจำชั้นในระดับ ประถมศึกษาปีที่ 5 – 6 จำนวน 2 คน

1.2 จัดประชุมเพื่อร่วมกำหนดเป้าหมายหาทิศทางของกิจกรรม เช่น รณรงค์ รักษาความสะอาดของร้านอาหารภายในโรงเรียน ให้ความรู้แก่นักเรียนด้านสุขาภิบาลอาหาร อบรมให้ความรู้แก่พ่อค้า-แม่ค้าภายในโรงเรียนและบริเวณโรงเรียน

1.3 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม รวมถึงกำหนด เกณฑ์การประเมินกิจกรรม ในด้านของความสะอาดของโรงอาหาร ให้ความรู้ประชาสัมพันธ์ด้าน สุขาภิบาลอาหารที่ดี

1.4 กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมดังนี้

1.4.1 ความสะอาดของสถานที่ปรุงอาหาร เช่น ผู้ปรุงมีการแต่งกายมิดชิด มีหมวกสวม ใส่ผ้ากันเปื้อน มีอากาศถ่ายเทดีไม่มีกลิ่นอับ

1.4.2 อาหารทำจากวัตถุดิบที่มีคุณภาพ สด เช่น กุ้งแห้งไม่ใส่สี พลาสติกไม่นำอาหารบรรจุในภาชนะมีการป้องกันจากฝุ่นละออง

1.4.3 ภาชนะที่ใส่ต้องสะอาด ทำจากวัสดุที่ไม่มีพิษสามารถทนความร้อน ไม่มีการตกแต่งสารเจือปนเช่น สี

1.4.4 โรงอาหารต้องสะอาด โปร่งมีการถ่ายเทอากาศดี มีโต๊ะ-เก้าอี้ที่อยู่ในสภาพดี ปลอดภัย สะอาด

1.5 กำหนดผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน อาจเป็นบุคคลภายในโรงเรียนที่มีความรู้เช่น ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษาหรือผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการโภชนาการอาหารและสุขาภิบาลอาหาร

คู่มือ หน้า 30

1.6 กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน อาจเป็นเดือนละ 1 ครั้ง

1.7 วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม

2. การปฏิบัติกิจกรรม

2.1 จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรม

2.1.1 อาจารย์ผู้รับผิดชอบกิจกรรมแนะนำรายละเอียดของกิจกรรมโรงอาหารในฝัน อาจมีการจัดโครงการรักษาความสะอาดภายในโรงอาหาร และรณรงค์การรักษาความสะอาดในการประกอบอาหาร การเลือกซื้ออาหารที่ปลอดภัยแก่นักเรียนและผู้ประกอบอาหารภายในโรงเรียน

2.1.2 กำหนดผู้รับผิดชอบกิจกรรมนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

2.1.3 กำหนดพื้นที่ในการปฏิบัติกิจกรรมคือภายในโรงอาหารของโรงเรียน

2.1.4 กำหนดวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้สำหรับการทำกิจกรรม

2.1.5 ทำการจัดสรรงบประมาณ

2.2 ทำการแบ่งหน้าที่ผู้รับผิดชอบในการดำเนินกิจกรรม

2.2.1 ฝ่ายประชาสัมพันธ์

2.2.2 ฝ่ายรณรงค์และให้ความรู้

2.2.3 ฝ่ายจัดนิทรรศการ

2.2.4 ฝ่ายดำเนินกิจกรรม

2.2.5 ฝ่ายตรวจสอบและประเมินผล

2.2.6 ฝ่ายประเมินติดตามผล และทำรายงานผลของกิจกรรม

2.3 ทำการรายงานผลของกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2.4 เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในการปฏิบัติงานควรมีการปรึกษา หรือจัดประชุมย่อย เพื่อร่วมกันแก้ปัญหาให้ลุล่วง

3.ทำการตรวจสอบประเมินผลการทำงาน

3.1 ทำการประเมินผลเดือนละ 1 ครั้งตามเกณฑ์ที่กำหนด

3.2 นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์และสรุปผล

3.3 แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไข

4.ทำการปรับปรุงแก้ไขทันทีเมื่อได้ทราบถึงผลการประเมิน โดยหาสาเหตุของความผิดพลาดจากการประเมินกิจกรรมแล้วนำจุดนั้นมาทำการแก้ไข เพื่อให้กิจกรรมสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

คู่มือ หน้า 31

แบบประเมินกิจกรรม “โรงอาหารในฝัน”

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย✓ ในช่องผลการประเมินตามหลักเกณฑ์การประเมิน

หัวข้อประเมิน	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน			หมายเหตุ
		๔	ปานกลาง	ปรับปรุง	
ก.สถานที่รับประทานอาหารและบริเวณทั่วไป	1. สะอาด เป็นระเบียบ 2. โต๊ะ เก้าอี้ สะอาดแข็งแรงจัดเป็นระเบียบ 3. มีการระบายอากาศที่ดี 4. มีการจัดบริเวณและอุปกรณ์สำหรับทั้งขยะที่มีดขีดและสะอาดไม่มีแมลงวันตอม				
ข.บริเวณที่เตรียม-ปรุงอาหาร	4. สะอาดเป็นระเบียบ 5. มีการระบายอากาศที่ดี หรือ เป็นสถานที่ที่การระบายอากาศดี 6. ไม่เตรียมหรือปรุงอาหารที่พื้น				

ค.ตัวอาหาร และเครื่องดื่ม	7. อาหารและเครื่องดื่มอยู่ในภาชนะที่ปิดสนิท มีเครื่องหมาย อาหารและยา 8. อาหารสด เช่น เนื้อสัตว์ ผักสด ผลไม้ และอาหารแห้ง มีคุณภาพดีไม่เสีย มีการวางเป็นสัดส่วนไม่ปะปนกัน มีการล้างทำความสะอาด ไม่วางบนพื้น 9. อาหารที่ปรุงเสร็จแล้วใส่ในภาชนะที่ปิดมิดชิด				
ง.ภาชนะ อุปกรณ์	10. ภาชนะ อุปกรณ์ เช่น จาน ชาม ช้อน ต้องทำจากวัสดุที่ไม่เป็นอันตรายต่อผู้รับประทาน เช่น ตะเกียบต้องไม่ทาสี 11. ภาชนะที่ใส่เครื่องปรุงต้องทำจากแก้วหรือกระเบื้องเคลือบหรือสแตนเลสมีฝาปิดมิดชิด 12. ล้างภาชนะอุปกรณ์ให้สะอาด 13. ที่เก็บอุปกรณ์การรับประทานต้องเออาดำขึ้น ที่วางสะอาด เป็นระเบียบ				
จ.ห้องน้ำ ห้องส้วม	14. สะอาด อากาศถ่ายเท ไม่มีกลิ่น 15. มีน้ำใช้พอเพียง มีอ่างล้างมือ 16. ไม่อยู่บริเวณที่ปรุงอาหาร เตรียมอาหาร เก็บอาหาร				
หัวข้อประเมิน	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน			
		๖	พอใช้	คู่มือ หน้า32	
ฉ.ผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ	17. แต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน 18. ผูกผ้ากันเปื้อน ใส่หมวกคลุมผม 19. ไม่เป็นโรคติดต่อ 20. มีสุขนิสัยที่ดี เล็บสั้น ไม่สูบบุหรี่ ในขณะที่ปฏิบัติงาน ไม่ใช้มือจับอาหารที่ปรุงเสร็จแล้วโดยตรง				

หลักเกณฑ์การประเมิน “โรงอาหารในฝัน” มีดังนี้

1. เกณฑ์การประเมินระดับดี อยู่ที่ร้อยละ 75-100 (ลงชื่อ)
2. เกณฑ์การประเมินระดับปานกลาง อยู่ที่ร้อยละ 50-74 (.....)
3. เกณฑ์การประเมินระดับควรปรับปรุง อยู่ที่ร้อยละ 0-49 (.....)

ผู้ประเมินกิจกรรม

แบบรายงานผลการประเมินกิจกรรม “โรงอาหารในฝัน”

ปีการศึกษา...../ภาคเรียนที่.....

ครั้งที่...../เดือน...../ปี.....

สรุปผลการประเมินกิจกรรม

.....

.....

.....

ปัญหาที่พบ

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

(ผู้ทำการประเมิน)

คู่มือ หน้า 34

สรุปขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมโรงอาหารในฝัน

ขั้นตอน	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
การวางแผน	● จัดตั้งผู้รับผิดชอบกิจกรรมและประชุมเพื่อร่วมกันกำหนดเป้าหมาย ● กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม ● กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมโดยรวม ● วางแผนจัดงบประมาณ	● ผู้บริหารโรงเรียน
การปฏิบัติ	● จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรมโรงอาหารในฝัน ● สำนวณสภาพภายในโรงอาหาร บันทึก	● ครูผู้มีความรู้ทางด้านโภชนาการ ● นักเรียน

	• รณรงค์ให้ความรู้แก่ผู้ประกอบการและบุคลากรภายในโรงเรียน เช่น จัดให้มีกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ประกอบการมีความกระตือรือร้นเช่นร้านอาหาร 5 ดาว • ทำการประเมินผู้ประกอบการตามเกณฑ์ที่กำหนด • ทำการรายงานผล • ตรวจสอบปัญหา/หาแนวทางแก้ไข	• ผู้ประกอบการ
การตรวจสอบ	• ประเมินผลเดือนละ 1 ครั้ง - ความสะอาดของสถานที่ปรุงอาหาร - อาหารทำจากวัตถุดิบที่มีคุณภาพ - โรงอาหารสะอาด มีการถ่ายเทอากาศ • นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/และสรุปผล • แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบทราบ	• สมาชิกชุมชน • สาธารณสุข • บุคลากรภายในโรงเรียน
การปรับปรุงแก้ไข	• นำผลที่ได้จากการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไข หาข้อบกพร่องของงาน • แจ้งให้กับผู้ประกอบการและผู้เกี่ยวข้องทราบเพื่อทำการแก้ไขอย่างถูกต้อง	• ผู้บริหาร • ครูรับผิดชอบกิจกรรม • นักเรียนผู้รับผิดชอบ

คู่มือ หน้า 35

กิจกรรมที่ 3 อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด

วัตถุประสงค์

1.เพื่อให้นักเรียนได้บริโภคอาหารที่ดีปลอดภัย มีประโยชน์ต่อร่างกาย ได้สารอาหารครบ 5 หมู่

2.เพื่อให้ได้บริโภคอาหารที่มีราคาถูก แต่มีคุณภาพ สะอาด ปลอดภัย

3.นักเรียนและบุคลากรภายในโรงเรียนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น

สาระสำคัญ

นักเรียนได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์ ครบคุณค่าทางโภชนาการทั้ง 5 หมู่ ด้วยราคาประหยัด ทำให้นักเรียนสามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง พร้อมสำหรับการเจริญเติบโต

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม “อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด”

1.วางแผนการดำเนินกิจกรรม

1.1 ตั้งคณะดำเนินงานผู้รับผิดชอบกิจกรรมอาจเป็นอาจารย์ผู้ดูแลด้านโภชนาการภายในโรงเรียน หรืออาจารย์ประจำชั้นที่มีความรู้ด้านโภชนาการ จำนวน 1 คน

1.2 จัดประชุมเพื่อร่วมกำหนดเป้าหมาย หาทิศทางของกิจกรรม เช่น เป้าหมายเพื่อมีอาหารที่มีคุณค่าครบ 5 หมู่ มีราคาประหยัด สะอาด นักเรียนและบุคลากรมีสุขภาพดีที่ได้จากการบริโภคอาหารที่ดี เป็นต้น

1.3 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม รวมถึงกำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรม ในด้านของคุณค่าของอาหาร ความสะอาด และการกำหนดราคาที่เหมาะสม

1.4 กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมดังนี้

1.4.1 อาหารในแต่ละมื้อมีคุณค่าครบทางโภชนาการ

1.4.2 มีราคาประหยัด และสะอาด

1.4.3 มีการใช้ประโยชน์จากกิจกรรม “สวนเกษตรปลอดสารพิษ”

1.4.4 ใช้ภาชนะใส่อาหารที่ไม่มีพิษต่อสุขภาพผู้บริโภค

1.4.5 รณรงค์ด้านการเลือกบริโภคอาหาร

1.5 กำหนดผู้ที่มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน อาจเป็นบุคคลภายในโรงเรียนที่มีความรู้ความสามารถ เช่น ครูคหกรรม ครูผู้มีความชำนาญเชี่ยวชาญทางด้านอาหารและโภชนาการ

1.6 กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน อาจเป็นเดือนละ 1 ครั้ง

1.7 วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม

คู่มือ หน้า 36

2.การปฏิบัติกิจกรรม

2.1 จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรม

2.1.1 อาจารย์ผู้รับผิดชอบกิจกรรมแนะนำรายละเอียดของกิจกรรม อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด อาจมีเป็นการรณรงค์ การประชาสัมพันธ์ หรือการจัดนิทรรศการ รวมทั้งให้ความรู้กับพ่อค้าแม่ค้าภายในโรงเรียน

2.1.2 กำหนดผู้รับผิดชอบกิจกรรมอาจเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่4 —

2.1.3 กำหนดพื้นที่ในการปฏิบัติกิจกรรมคือภายในโรงเรียน

2.1.4 กำหนดวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้สำหรับการทำกิจกรรม

2.1.5 ทำการจัดสรรงบประมาณ

- 2.2 ทำการแบ่งหน้าที่ผู้รับผิดชอบในการดำเนินกิจกรรม
 - 2.2.1 ฝ่ายประชาสัมพันธ์
 - 2.2.2 ฝ่ายรณรงค์และให้ความรู้
 - 2.2.3 ฝ่ายจัดนิทรรศการ
 - 2.2.4 ฝ่ายดำเนินกิจกรรม
 - 2.2.5 ฝ่ายตรวจสอบและประเมินผล
 - 2.2.6 ฝ่ายรายงานผลของกิจกรรม
- 2.3 ทำการรายงานผลของกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง
- 2.4 เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในการปฏิบัติงานควรมีการปรึกษา หรือจัดประชุมย่อย เพื่อร่วมกันแก้ปัญหาให้ลุล่วง
3. ทำการตรวจสอบประเมินผลการทำงานกิจกรรม
 - 3.1 ทำการประเมินผลเดือนละ 1 ครั้งตามเกณฑ์ที่กำหนด
 - 3.2 นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/สรุปผล
 - 3.3 แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไข
- 4.ทำการปรับปรุงแก้ไขทันทีเมื่อได้ทราบถึงผลการประเมิน โดยหาสาเหตุของความผิดพลาดจากการประเมินกิจกรรมแล้วนำจุดนั้นมาทำการแก้ไข เพื่อให้กิจกรรมสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

คู่มือ หน้า 37

แบบประเมินกิจกรรม “อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด”

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องผลการประเมินตามหลักเกณฑ์การประเมิน

หัวข้อประเมิน	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน			หมายเหตุ
		๔	ปานกลาง	ปรับปรุง	

ก.อาหารในแต่ละมื้อมีคุณค่าครบทางโภชนาการ	1. อาหารมีคุณค่าครบทางโภชนาการทั้ง 5 หมู่ 2. ไม่มีสารพิษเจือปนในอาหาร เช่น สีย้อมผ้า สารบอแรกซ์ น้ำประสานทอง น้ำส้มสายชูปลอม ไม่ใส่ผงชูรส 3. ไม่มีขนมที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกายมาจำหน่ายในโรงเรียน				
ข.มีราคาประหยัด และสะอาด	4. อาหารสะอาด ปรุงสุก มีภาชนะปิดมิดชิด 5. ไม่เตรียมหรือปรุงอาหารที่พื้น 6. มีราคาประหยัดไม่แพง				
ค.ตัวอาหาร และเครื่องดื่มมีการใช้ประโยชน์จากกิจกรรม “สวนเกษตรปลอดสารพิษ”	7. มีการนำวัตถุดิบมาจากกิจกรรม “สวนเกษตรปลอดสารพิษ”				
ง.ใช้ภาชนะใส่อาหารที่ไม่มีพิษต่อสุขภาพผู้บริโภค	8. ภาชนะที่ใช้ในการใส่อาหารเป็นวัสดุที่ไม่มีผลต่อร่างกายเมื่อโดนความร้อน หรือความเย็น 9. ไม่มีสีปนเปื้อน 10. ใช้ภาชนะบรรจุเหมาะสมกับประเภทของอาหาร				
จ.รณรงค์ด้านการเลือกบริโภคอาหาร	11. มีการจัดนิทรรศการเพื่อรณรงค์ให้เลือกบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ 12. มีเอกสารแจกแก่บุคลากรภายในโรงเรียน และชุมชน				

หลักเกณฑ์การประเมิน “อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด” มีดังนี้

1. เกณฑ์การประเมินระดับดี อยู่ที่ร้อยละ 75-100 (ลงชื่อ)
2. เกณฑ์การประเมินระดับปานกลาง อยู่ที่ร้อยละ 50-74
3. เกณฑ์การประเมินระดับควรปรับปรุง อยู่ที่ร้อยละ 0-49 (.....)

ผู้ประเมินกิจกรรม

คู่มือ หน้า 38

แบบรายงานผลการประเมินกิจกรรม “อาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด”

ปีการศึกษา...../ภาคเรียนที่.....

ครั้งที่...../เดือน...../ปี.....

สรุปผลการประเมินกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

ปัญหาที่พบ

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....
 (.....)
 (ผู้ทำการประเมิน)

สรุปขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมอาหารดี มีประโยชน์ ราคาประหยัด

ขั้นตอน	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
การวางแผน	• ผู้บริหารกำหนดวันการประชุมเพื่อชี้แจงรายละเอียดและกำหนดผู้รับผิดชอบ • กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม	• ผู้บริหารโรงเรียน

	- กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมและระยะเวลาที่จะทำการประเมิน - กำหนดงบประมาณที่จะใช้ในกิจกรรม	
การปฏิบัติ	- จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรม - จัดทำเอกสารให้ความรู้เผยแพร่แก่บุคลากรภายในโรงเรียนและชุมชน - จัดตั้งผู้รับผิดชอบดูแลในด้านการประเมินผลด้านความรู้ต่างๆที่ได้เผยแพร่ไป - ตรวจสอบ/ประเมินผลจากร้านค้าและบุคลากร บุคคลทั่วไป	- ครูที่ได้รับมอบหมาย - นักเรียนผู้ดูแล
การตรวจสอบ	- ประเมินผลเดือนละ 1 ครั้ง - คุณค่าทางโภชนาการ - ความสะอาด - ราคาที่จำหน่าย - นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์ และสรุปผล - แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบ	- ครูผู้มีความรู้ด้านโภชนาการ - สมาชิกชุมชน - สาธารณสุข - ผู้ปกครอง
การปรับปรุงแก้ไข	- จัดประชุมเพื่อร่วมกันหาทางปรับปรุงแก้ไข - แจ้งผลการประชุมให้แก่ผู้เกี่ยวข้องทราบ	- ผู้บริหาร - ครู - นักเรียน

คู่มือ หน้า 40

กิจกรรมที่ 4 ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล

วัตถุประสงค์

1.เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงผลประโยชน์ของผลไม้ชนิดต่าง ๆ ในประเทศไทยและภายในท้องถิ่นของตน

2.เพื่อให้นักเรียนหันมาบริโภคผลไม้แทนขนมขบเคี้ยวที่ให้พลังงานเพียงอย่างเดียว

3.เพื่อให้นักเรียนมีสุขภาพที่ดีจากการบริโภคผลไม้อย่างถูกวิธี

สาระสำคัญ

นักเรียนทราบถึงประโยชน์จากการบริโภคผลไม้ และสามารถเลือกผลไม้บริโภคได้ตามฤดูกาล ลดการบริโภคขนมขบเคี้ยวต่าง ๆ เพื่อสุขภาพกายและสุขภาพฟันที่ดี

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม “ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล”

1.วางแผนการดำเนินกิจกรรม

1.1 ตั้งคณะดำเนินงานผู้รับผิดชอบกิจกรรม

1.2 จัดประชุมเพื่อร่วมกำหนดเป้าหมายหาทิศทางของกิจกรรม เช่น เป้าหมายเพื่อให้ นักเรียนหันมาบริโภคผลไม้แทนขนมขบเคี้ยว มีสุขภาพฟันที่ดี ได้รับประโยชน์จากคุณค่าที่มีอยู่ในผลไม้ รู้จักการแปรรูปผลไม้เพื่อรักษาคุณค่าทางโภชนาการและสามารถเก็บรักษาไว้ได้นาน เป็นต้น

1.3 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม รวมถึงกำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรม ในด้านของการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ การรู้จักการแปรรูปผลไม้เพื่อการรักษาคุณค่าทางโภชนาการ

1.4 กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมประกอบด้วย

1.4.1 นักเรียนมีความเข้าใจถึงประโยชน์จากการบริโภคผลไม้มากขึ้น

1.4.2 นักเรียนหันมาบริโภคผลไม้กันมากขึ้น

1.4.3 มีร้านค้าที่จำหน่ายผลไม้ปลอดสารพิษมากกว่าขนมขบเคี้ยว

1.4.4 ทำการส่งเสริมการบริโภคผลไม้ตามฤดูกาล

1.4.5 จัดนิทรรศการเผยแพร่

1.5 กำหนดผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน ซึ่งเป็นบุคคลที่มีความรู้ความสามารถในด้านโภชนาการโดยตรง

1.6 กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน อาจเป็นเดือนละ 1 ครั้ง

1.7 วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม

2.การปฏิบัติกิจกรรม

2.1 จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรม

2.1.1 อาจารย์ผู้รับผิดชอบกิจกรรมแนะนำรายละเอียดของกิจกรรม ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล อาจมีเป็นการณรงค์ การประชาสัมพันธ์ หรือการจัดนิทรรศการ

คู่มือ หน้า 41

2.1.2 กำหนดผู้รับผิดชอบกิจกรรมอาจเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่4 —

2.1.3 กำหนดพื้นที่ในการปฏิบัติกิจกรรมคือภายในโรงเรียน

2.1.4 กำหนดวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้สำหรับการทำกิจกรรม

2.1.5 ทำการจัดสรรงบประมาณ

- 2.2 ทำการแบ่งหน้าที่ผู้รับผิดชอบในการดำเนินกิจกรรม
 - 2.2.1 ฝ่ายประชาสัมพันธ์
 - 2.2.2 ฝ่ายรณรงค์และให้ความรู้
 - 2.2.3 ฝ่ายจัดนิทรรศการ
 - 2.2.4 ฝ่ายดำเนินกิจกรรม
 - 2.2.5 ฝ่ายตรวจสอบและประเมินผล
 - 2.2.6 ฝ่ายรายงานผลของกิจกรรม
- 2.3 ทำการรายงานผลของกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง
- 2.4 เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในการปฏิบัติงานควรมีการปรึกษา หรือจัดประชุมย่อย เพื่อร่วมกันแก้ปัญหาให้ลุล่วง
- 3.ทำการตรวจสอบประเมินผลการทำงานกิจกรรม
 - 3.1 ทำการประเมินผลเดือนละ 1 ครั้งตามเกณฑ์ที่กำหนด
 - 3.2 นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/สรุปผล
 - 3.3 แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไข
- 4 .ทำการปรับปรุงแก้ไขทันทีเมื่อได้ทราบถึงผลการประเมิน โดยหาสาเหตุของความผิดพลาดจากการประเมินกิจกรรมแล้วนำจุดนั้นมาทำการแก้ไข เพื่อให้กิจกรรมสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

คู่มือ หน้า 42

แบบประเมินกิจกรรม ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องผลการประเมินตามหลักเกณฑ์การประเมิน

หัวข้อประเมิน	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน	หมายเหตุ
---------------	-----------------	--------------	----------

		๓	ปานกลาง	ปรับปรุง	
ก.นักเรียนมีความเข้าใจถึงประโยชน์จากการบริโภคผลไม้มากขึ้น	1. นักเรียนเข้าใจถึงคุณค่าและประโยชน์ของผลไม้ 2. นักเรียนหันมาใส่ใจกับสุขภาพและคุณค่าของอาหารที่รับประทานกันมากขึ้น				
ข.นักเรียนหันมาบริโภคผลไม้กันมากขึ้น	3. นักเรียนให้ความสำคัญกับการบริโภคผลไม้กันมากขึ้น				
ค.มีร้านค้าที่จำหน่ายผลไม้ปลอดสารพิษมากกว่าขนมขบเคี้ยว	4. มีจำนวนของการจำหน่ายผลไม้มากขึ้น 5. ผลไม้ที่นำมาจำหน่ายไม่มีการย้อมสีใส่สารให้ความหวาน หรือเจือปนสารพิษอื่นๆที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ				
ง.ทำการส่งเสริมการบริโภคผลไม้ตามฤดูกาล	6. ให้ความรู้เกี่ยวกับฤดูกาลของผลไม้ชนิดต่างๆ 7. ส่งเสริมให้มีการจำหน่ายผลไม้ตามฤดูกาล				
จ.จัดนิทรรศการเผยแพร่	8. จัดนิทรรศการเผยแพร่ให้ความรู้แก่นักเรียนในเรื่องคุณค่า ประโยชน์ และการเลือกซื้อผลไม้ที่ถูกต้อง				

หลักเกณฑ์การประเมินกิจกรรม “ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล” มีดังนี้

1. เกณฑ์การประเมินระดับดี อยู่ที่ร้อยละ 75-100 (ลงชื่อ)

2. เกณฑ์การประเมินระดับปานกลาง อยู่ที่ร้อยละ 50-74

3. เกณฑ์การประเมินระดับควรปรับปรุง อยู่ที่ร้อยละ 0-49 (.....)

ผู้ประเมินกิจกรรม

คู่มือ หน้า 43

แบบรายงานผลการประเมินกิจกรรม “ผลไม้เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล”

ปีการศึกษา...../ภาคเรียนที่.....

ครั้งที่...../เดือน...../ปี.....

สรุปผลการประเมินกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

ปัญหาที่พบ

.....

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....
(.....)
(ผู้ทำการประเมิน)

สรุปขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมผลไม่เปี่ยมคุณค่าตามฤดูกาล

ขั้นตอน	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
การวางแผน	• จัดตั้งผู้รับผิดชอบกิจกรรม	• ผู้บริหารโรงเรียน

	- กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม - กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมและผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน - วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม	
การปฏิบัติ	- ร่วมกันสำรวจความนิยมในการบริโภคอาหารของนักเรียนภายในโรงเรียน - ทำการสรุปผลการสำรวจที่ได้หาข้อสรุป - ทำการรายงานผล - จัดนิทรรศการให้ความรู้เรื่องคุณค่าของผลไม้แก่นักเรียนภายในโรงเรียน - ส่งเสริมให้มีการจำหน่ายผลไม้ อาจจัดให้มีการแข่งการแปรรูปผลไม้ตามฤดูกาล เป็นต้น	- ครูรับผิดชอบกิจกรรม - นักเรียนผู้รับผิดชอบ
การตรวจสอบ	- ประเมินผลเดือนละ 1 ครั้ง - เข้าใจถึงประโยชน์ในการบริโภคผลไม้ - มีการบริโภคผลไม้เพิ่มขึ้น - ร้านค้ามีการจำหน่ายผลไม้มากกว่าขนมขบเคี้ยว - การส่งเสริมการบริโภคผลไม้ตามฤดูกาล - การจัดนิทรรศการ - นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/และสรุปผล - แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบ	- ครูผู้มีความรู้ด้านโภชนาการ - ครูผู้มีความรู้ด้านการเกษตร - สมาชิกในชุมชน - นักเรียน
การปรับปรุงแก้ไข	ทำการปรับปรุงแก้ไขจากปัญหาที่พบแจ้งผลให้ผู้บริหารทราบ	ครูรับผิดชอบกิจกรรม

คู่มือ หน้า 45

แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและันทนาการ

แผนการส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและันทนาการเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง เหมาะสมกับวัย ทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับการออกกำลังกาย และสามารถเผยแพร่ข้อมูลให้กับบุคคลอื่นได้อย่างถูกต้อง ดังตัวอย่างต่อไปนี้

กิจกรรมที่ 1 ลานแอโรบิค

วัตถุประสงค์

- 1.เพื่อให้นักเรียนบุคลากรภายในโรงเรียนมีสุขภาพที่แข็งแรง ร่างกายสามารถเจริญเติบโตได้อย่างเต็มที่และสมบูรณ์
- 2.นักเรียนทราบถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายและรู้วิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง
- 3.สร้างพฤติกรรมการออกกำลังกายให้เป็นกิจนิสัย
- 4.เพื่อให้นักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดี
- 5.สร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียน ชุมชน และสังคม

สาระสำคัญ

นักเรียนทราบถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย เข้าใจและรักการออกกำลังกาย นักเรียนมีร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรค มีสุขภาพจิตที่ดี

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม “ลานแอโรบิค”

1.วางแผนการดำเนินกิจกรรม

- 1.1 ตั้งคณะดำเนินงานผู้รับผิดชอบกิจกรรม อาจเป็นอาจารย์พลศึกษาจำนวน 2 คน
- 1.2 จัดประชุมเพื่อร่วมกำหนดเป้าหมายหาทิศทางของกิจกรรม เช่น แอโรบิค เพื่อสุขภาพ รับผิดชอบให้ออกกำลังกายด้วยการแอโรบิค เป็นต้น
- 1.3 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม รวมถึงกำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรม ในด้านของความแข็งแรงของร่างกาย ส่วนสูง น้ำหนัก ความเข้าใจถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย
- 1.4 กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมประกอบด้วย
 - 1.4.1 นักเรียนมีความเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการออกกำลังกาย
 - 1.4.2 น้ำหนัก-ส่วนสูงได้มาตรฐานตามเกณฑ์
 - 1.4.3 มีลานสำหรับการออกกำลังกายที่เพียงพอ ได้มาตรฐาน ปลอดภัย
 - 1.4.4 มีผู้ดูแลควบคุมการออกกำลังกาย
 - 1.4.5 มีการจัดตารางเวลาให้กับการออกกำลังกาย
 - 1.4.6 มีความร่วมมือระหว่างชุมชนกับโรงเรียนในการร่วมกันจัดกิจกรรม
- 1.5 กำหนดผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน อาจเป็นบุคลากรภายในโรงเรียนที่มีความรู้เช่นครูพลศึกษาหรือผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านพลานามัย

คู่มือ หน้า 46

- 1.6 กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน อาจเป็นเดือนละ 1 ครั้ง

- 1.7 วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม

2.การปฏิบัติกิจกรรม

- 2.1 จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรม

2.1.1 อาจารย์ผู้รับผิดชอบกิจกรรมแนะนำรายละเอียดของกิจกรรม อาจมีการจัดทรงเครื่องเดินแอโรบิคสัปดาห์ละ 1 ครั้ง การประชาสัมพันธ์ หรือการจัดนิทรรศการให้ความรู้ของการออกกำลังกายแอโรบิคที่ถูกต้องรวมถึงให้ความรู้ด้านประโยชน์ที่ได้จากการเดิน แอโรบิค

2.1.2 กำหนดผู้รับผิดชอบกิจกรรมอาจเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5–6

2.1.3 กำหนดพื้นที่ในการปฏิบัติกิจกรรมคือภายในโรงเรียน

2.1.4 กำหนดวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้สำหรับการทำกิจกรรม

2.1.5 ทำการจัดสรรงบประมาณ

2.2 ทำการแบ่งหน้าที่ผู้รับผิดชอบในการดำเนินกิจกรรม

2.2.1 ฝ่ายประชาสัมพันธ์

2.2.2 ฝ่ายทรงเครื่องและให้ความรู้

2.2.3 ฝ่ายจัดนิทรรศการ

2.2.4 ฝ่ายดำเนินกิจกรรม

2.2.5 ฝ่ายตรวจสอบและประเมินผล

2.2.6 ฝ่ายรายงานผลของกิจกรรม

2.3 ทำการรายงานผลของกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2.4 เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในการปฏิบัติงานควรมีการปรึกษา หรือจัดประชุมย่อย เพื่อร่วมกันแก้ปัญหาให้ลุล่วง

3.ทำการตรวจสอบประเมินผลการทำกิจกรรม

3.1 ทำการประเมินผลเดือนละ 1 ครั้งตามเกณฑ์ที่กำหนด

3.2 นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/แปลความหมาย

3.3 แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไข

4.ทำการปรับปรุงแก้ไขทันทีเมื่อได้ทราบถึงผลการประเมิน โดยหาสาเหตุของความผิดพลาดจากการประเมินกิจกรรมแล้วนำจุดนั้นมาทำการแก้ไข เพื่อให้กิจกรรมสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

คู่มือ หน้า 47

แบบประเมินกิจกรรม “ลานแอโรบิค”

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องผลการประเมินตามหลักเกณฑ์การประเมิน

หัวข้อประเมิน	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน	หมายเหตุ
---------------	-----------------	--------------	----------

		ดี	ปานกลาง	ปรับปรุง	
ก.นักเรียนมีความเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการออกกำลังกาย	1.นักเรียนเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการออกกำลังกาย 2.นักเรียนหันมาใส่ใจกับสุขภาพและออกกำลังกายกันมากขึ้น				
ข.นักเรียนมี น้ำหนัก-ส่วนสูง ที่ดีขึ้น	3.ตรวจสอบน้ำหนัก ส่วนสูงของนักเรียนจากสถิติใบรายงานผลเรื่องสุขภาพ 4.นักเรียนมีสุขภาพที่ดี ป่วยลดลง				
ค.มีลานสำหรับการออกกำลังกายที่เพียงพอ ได้มาตรฐาน ปลอดภัย	5. มีสถานที่สำหรับการเดินแอโรบิคเพียงพอกับความต้องการของผู้ใช้ 6.สถานที่ได้มาตรฐาน และมีความปลอดภัย 7. มีการตรวจอย่างต่อเนื่อง				
ง.มีผู้ดูแลควบคุมการออกกำลังกาย	8.มีผู้ดูแลนำออกกำลังกายอย่างถูกต้อง				
จ.มีความร่วมมือระหว่างชุมชนกับโรงเรียน ในการร่วมกันจัดกิจกรรม	9.มีการจัดนิทรรศการเผยแพร่ให้ความรู้แก่นักเรียนในเรื่องคุณค่า ประโยชน์จากการออกกำลังกาย 10.มีการจัดกิจกรรมร่วมกันระหว่างโรงเรียนกับชุมชนส่วนที่เกี่ยวข้องกับแอโรบิค				

หลักเกณฑ์การประเมิน “ลานแอโรบิค” มีดังนี้

1. เกณฑ์การประเมินระดับดี อยู่ที่ร้อยละ 75-100 (ลงชื่อ)
2. เกณฑ์การประเมินระดับปานกลาง อยู่ที่ร้อยละ 50-74
3. เกณฑ์การประเมินระดับควรปรับปรุง อยู่ที่ร้อยละ 0-49 (.....)

ผู้ประเมินกิจกรรม

คู่มือ หน้า 48

แบบรายงานผลการประเมินกิจกรรม “ลานแอโรบิค”

ปีการศึกษา...../ภาคเรียนที่.....

ครั้งที่...../เดือน...../ปี.....

สรุปผลการประเมินกิจกรรม

.....

.....

.....

ปัญหาที่พบ

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....
(.....)
(ผู้ทำการประเมิน)

คู่มือ หน้า 49

สรุปขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมลานแอโรบิค

ขั้นตอน	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
การวางแผน	จัดตั้งผู้รับผิดชอบกิจกรรมพร้อมทั้งจัดประชุมเพื่อร่วมกำหนดเป้าหมายและทิศทาง	คณะผู้บริหารโรงเรียน

	ของกิจกรรม - กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม - กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมและผู้มีหน้าที่รับผิดชอบ - กำหนดระยะเวลาและงบประมาณในการทำกิจกรรม	
การปฏิบัติ	- ตรวจสอบสถานที่ภายในโรงเรียนเพื่อทำการกำหนดตำแหน่งของลานแอโรบิค - เตรียมเอกสารที่เกี่ยวข้องกับลานแอโรบิคเพื่อทำการเผยแพร่ - เตรียมบุคลากรที่จะขึ้นมานำเต้น - จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรมลานแอโรบิค - รายงานผลความคืบหน้าของกิจกรรมลานแอโรบิค	- ครูที่ได้รับมอบหมาย - นักเรียนที่ได้รับมอบหมาย
การตรวจสอบ	- ประเมินผลเดือนละ 1 ครั้ง - เข้าใจถึงประโยชน์จากการออกกำลังกาย - มีน้ำหนัก - ส่วนสูงที่ดีขึ้น - มีสถานที่ในการออกกำลังกายเพียงพอและได้มาตรฐาน - มีผู้ดูแลการออกกำลังกาย - มีการร่วมมือระหว่างชุมชนกับโรงเรียน - นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/และสรุปผล - แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไขต่อไป	- ครูผู้มีความรู้ด้านการออกกำลังกาย - สมาชิกชุมชน - สาธารณสุข - ผู้ปกครอง - นักเรียน
การปรับปรุงแก้ไข	จัดประชุมเพื่อสรุปผลการประเมินและหาแนวทางแก้ไข พร้อมทั้งดำเนินการแก้ไข	- ผู้บริหาร - ครูและนักเรียน

คู่มือ หน้า 50

กิจกรรมที่ 2 ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีให้เกิดขึ้นกับนักเรียนและบุคลากรภายในโรงเรียน

- 2.เพื่อการเจริญเติบโตที่สมบูรณ์ของนักเรียน
- 3.เพื่อให้นักเรียนหันมาสนใจใส่ใจกับสุขภาพร่างกายของตนเอง
- 4.เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนและครอบครัว
- 5.เพื่อส่งเสริมให้ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี

สาระสำคัญ

นักเรียนทราบถึงความสำคัญและคุณประโยชน์ของการออกกำลังกาย สามารถออกกำลังกายด้วยการปั่นจักรยานได้อย่างถูกวิธี พร้อมทั้งมีร่างกายที่แข็งแรงมีสุขภาพจิตที่ดีมีเตรียมพร้อมสำหรับการเรียนรู้

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม “ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ”

1.วางแผนการดำเนินกิจกรรม

1.1 ตั้งคณะดำเนินงานผู้รับผิดชอบกิจกรรม อาจเป็นอาจารย์พลศึกษาหรืออาจารย์ประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 2 คน

1.2 จัดประชุมเพื่อร่วมกำหนดเป้าหมายหาทิศทางของกิจกรรม เช่น แรลลี่ปั่นจักรยาน การรณรงค์ปั่นจักรยานแทนการขี่จักรยานยนต์ เป็นต้น

1.3 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม รวมถึงกำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรม ในด้านของความแข็งแรงของร่างกาย ส่วนสูง น้ำหนัก ความเข้าใจถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยาน

1.4 กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมประกอบด้วย

1.4.1 นักเรียนมีความเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการปั่นจักรยาน

1.4.2 นักเรียนมีส่วนสูงและน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ที่ดีขึ้น

1.4.3 มีที่ไว้สำหรับจอดจักรยาน

1.4.4 มีการจัดกิจกรรมเพื่อการรณรงค์สำหรับการปั่นจักรยานอย่างสม่ำเสมอ

1.5 กำหนดผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน ซึ่งเป็นบุคคลที่มีความรู้ความสามารถในด้านการออกกำลังกายและพลานามัย

1.6 กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน อาจเป็นเดือนละ 1 ครั้ง

1.7 วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม

คู่มือ หน้า 51

2.การปฏิบัติกิจกรรม

2.1 จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรม

2.1.1 อาจารย์ผู้รับผิดชอบกิจกรรมแนะนำรายละเอียดของกิจกรรม อาจเป็น การรณรงค์และการประชาสัมพันธ์การขี่จักรยานแทนการใช้รถยนต์และจักรยานยนต์ หรือการจัด นิทรรศการเพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยการขี่จักรยาน

2.1.2 กำหนดผู้รับผิดชอบกิจกรรมอาจเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

2.1.3 กำหนดพื้นที่ในการปฏิบัติกิจกรรม คือ ภายในโรงเรียน และชุมชนของ นักเรียน

2.1.4 กำหนดวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้สำหรับการทำกิจกรรม

2.1.5 ทำการจัดสรรงบประมาณ

2.2 ทำการแบ่งหน้าที่ผู้รับผิดชอบในการดำเนินกิจกรรม

2.2.1 ฝ่ายประชาสัมพันธ์

2.2.2 ฝ่ายรณรงค์และให้ความรู้

2.2.3 ฝ่ายจัดนิทรรศการ

2.2.4 ฝ่ายดำเนินกิจกรรม

2.2.5 ฝ่ายตรวจสอบและประเมินผล

2.2.6 ฝ่ายรายงานผลของกิจกรรม

2.3 ทำการรายงานผลของกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2.4 เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในการปฏิบัติงานควรมีการปรึกษา หรือจัดประชุมย่อย เพื่อ ร่วมกันแก้ปัญหาให้ลุล่วง

3.ทำการตรวจสอบประเมินผลการทำกิจกรรม

3.1 ทำการประเมินผลเดือนละ 1 ครั้งตามเกณฑ์ที่กำหนด

3.2 นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/แปลความหมาย

3.3 แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไข

4 .ทำการปรับปรุงแก้ไขทันทีเมื่อได้ทราบถึงผลการประเมิน โดยหาสาเหตุของความ ผิดพลาดจากการประเมินกิจกรรมแล้วนำจุดนั้นมาทำการแก้ไข เพื่อให้กิจกรรมสามารถบรรลุ เป้าหมายที่ตั้งไว้

หัวข้อประเมิน	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน			หมายเหตุ
		ได้	ปานกลาง	ปรับปรุง	
ก.นักเรียนมีความเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการปั่นจักรยาน	1.นักเรียนเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการปั่นจักรยาน 2.นักเรียนสามารถอธิบายถึงประโยชน์ให้กับผู้อื่นทราบได้				
ข.นักเรียนมีส่วนสูงและน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ที่ดีขึ้น	3.ตรวจสอบน้ำหนัก ส่วนสูงของนักเรียนจากสถิติใบรายงานผลด้านสุขภาพ 4.นักเรียนมีสุขภาพที่ดี ป่วยลดลง				
ค.มีที่ไว้สำหรับจอดจักรยาน	5. มีสถานที่สำหรับจอดจักรยานอย่างเพียงพอ 6.สถานที่ได้มาตรฐาน และมีความปลอดภัย				
ง.มีการจัดกิจกรรมเพื่อการรณรงค์สำหรับการปั่นจักรยานอย่างสม่ำเสมอ	7.มีการรณรงค์และสนับสนุนทั้งในด้านสถานที่ ด้านวัสดุ(รถจักรยาน) และผู้ดูแล 8.ทำการเผยแพร่ให้มีการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปั่นจักรยาน				

หลักเกณฑ์การประเมิน “ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ” มีดังนี้

1. เกณฑ์การประเมินระดับดี อยู่ที่ร้อยละ 75-100 (ลงชื่อ)
2. เกณฑ์การประเมินระดับปานกลาง อยู่ที่ร้อยละ 50-74
3. เกณฑ์การประเมินระดับควรปรับปรุง อยู่ที่ร้อยละ 0-49 (.....)

ผู้ประเมินกิจกรรม

คู่มือ หน้า 53

แบบรายงานผลการประเมินกิจกรรม “ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ”
ปีการศึกษา...../ภาคเรียนที่.....

ครั้งที่...../เดือน...../ปี.....

สรุปผลการประเมินกิจกรรม

.....
.....
.....

ปัญหาที่พบ

.....
.....
.....

แนวทางแก้ไข

.....
.....
.....

ลงชื่อ.....

(.....)

(ผู้ทำการประเมิน)

คู่มือ หน้า 54

สรุปขั้นตอนการดำเนินงานกิจกรรมบ้านจักรยานเพื่อสุขภาพ

ขั้นตอน	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
---------	---------	--------------

การวางแผน	● จัดตั้งผู้รับผิดชอบกิจกรรม ● จัดประชุมเพื่อร่วมกันกำหนดเป้าหมายและทิศทางของกิจกรรม ● กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงาน ขอบเขตของกิจกรรม และเกณฑ์การประเมิน ● กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน ● วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม	● ผู้บริหารโรงเรียน
การปฏิบัติ	● สำรวจความเป็นไปได้ของโครงการ ● สำรวจความต้องการของนักเรียน ● สำรวจสถานที่ที่เหมาะสมกับการทำลานจอดรถจักรยาน ● เตรียมเอกสารเพื่อการเผยแพร่ประโยชน์ของการปั่นจักรยาน ● จัดสรรงบประมาณ ● กำหนดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรมปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพที่ได้ทำการดำเนินงานมา ● รายงานผลการปฏิบัติ	● ครูรับผิดชอบกิจกรรม ● นักเรียนผู้รับผิดชอบ
การตรวจสอบ	● ประเมินผลเดือนละ 1 ครั้ง - เข้าใจถึงประโยชน์จากการออกกำลังกายด้วยการขี่จักรยาน - มีน้ำหนัก — ส่วนสูงในเกณฑ์ที่ดีขึ้น - มีสุขภาพแข็งแรง - มีสถานที่สำหรับจอดจักรยาน - มีการจัดกิจกรรมเพื่อรณรงค์อย่างสม่ำเสมอ ● นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์และสรุปผล	● ครูผู้มีความรู้ด้านการออกกำลังกาย ● สมาชิกชุมชน ● นักเรียน
การปรับปรุงแก้ไข	● จัดประชุมเพื่อแจ้งผลการประเมินและหาแนวทางแก้ไข ● ทำการปรับปรุงแก้ไขตามแนวทางที่กำหนด	● ผู้บริหาร ● ครู

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนบุคลากรของโรงเรียนมีร่างกายแข็งแรงด้วยการออกกำลังกาย
2. เพื่อให้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้วยการออกกำลังกายแทนการเล่นเกมส์คอมพิวเตอร์

3. เพื่อให้นักเรียนมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงไม่เป็นโรคอ้วน
4. มีสุขภาพจิตและกายที่ดี

สาระสำคัญ

นักเรียนทราบถึงความสำคัญและคุณประโยชน์ของการออกกำลังกาย สามารถออกกำลังกายด้วยการวิ่งอย่างถูกวิธี พร้อมทั้งมีร่างกายที่แข็งแรงมีสุขภาพจิตที่มีเตรียมพร้อมสำหรับการเรียนรู้

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม “ลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง”

1.วางแผนการดำเนินกิจกรรม

1.1 ตั้งคณะดำเนินงานผู้รับผิดชอบกิจกรรม อาจเป็นอาจารย์พลศึกษาหรืออาจารย์ประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6

1.2 จัดประชุมเพื่อร่วมกันกำหนดเป้าหมายหาทิศทางของกิจกรรม เช่น วิ่งมินิมาราธอน วิ่งเปี้ยวสร้างสายสัมพันธ์ การรณรงค์วิ่งเพื่อสุขภาพภายในโรงเรียน เป็นต้น

1.3 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม รวมถึงกำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรม ในด้านของความแข็งแรงของร่างกาย ส่วนสูง น้ำหนัก ความเข้าใจถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายโดยการวิ่ง

1.4 กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรมประกอบด้วย

1.4.1 นักเรียนมีความเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการออกกำลังกาย

1.4.2 มีสถานที่สำหรับการวิ่งอย่างเพียงพอได้มาตรฐาน

1.4.3 นักเรียนมีความเข้าใจถึงหลักการวิ่งที่ถูกวิธีและสามารถวิ่งได้อย่างปลอดภัย

1.5 กำหนดผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน ซึ่งเป็นบุคคลที่มีความรู้ความสามารถในด้านสุขภาพพลานามัย หรือผู้มีความรู้ในด้านการออกกำลังกาย

1.6 กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน อาจเป็นเดือนละ 1 ครั้ง

1.7 วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม

2.การปฏิบัติกิจกรรม

2.1 จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรม

2.1.1 อาจารย์ผู้รับผิดชอบกิจกรรมแนะนำรายละเอียดของกิจกรรม ลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง อาจเป็นการรณรงค์และการประชาสัมพันธ์ หรือการจัดนิทรรศการเพื่อให้ความรู้

เกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยการวิ่งเพื่อสุขภาพ การจัดการวิ่งมินิมารารอนภายในชุมชน การรณรงค์ให้มีการวิ่งออกกำลังกายภายในโรงเรียน

2.1.2 กำหนดผู้รับผิดชอบกิจกรรมอาจเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6

2.1.3 กำหนดพื้นที่ในการปฏิบัติกิจกรรม คือ ภายในโรงเรียน และชุมชน

ของนักเรียน

2.1.4 กำหนดวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้สำหรับการทำกิจกรรม

2.1.5 ทำการจัดสรรงบประมาณ

2.2 ทำการแบ่งหน้าที่ผู้รับผิดชอบในการดำเนินกิจกรรม

2.2.1 ฝ่ายประชาสัมพันธ์

2.2.2 ฝ่ายรณรงค์และให้ความรู้

2.2.3 ฝ่ายจัดนิทรรศการ

2.2.4 ฝ่ายดำเนินกิจกรรม

2.2.5 ฝ่ายตรวจสอบและประเมินผล

2.2.6 ฝ่ายรายงานผลของกิจกรรม

2.3 ทำการรายงานผลของกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2.4 เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในการปฏิบัติงานควรมีการปรึกษา หรือจัดประชุมย่อย เพื่อร่วมกันแก้ปัญหาให้ลุล่วง

3.ทำการตรวจสอบประเมินผลการทำกิจกรรม

3.1 ทำการประเมินผลเดือนละ 1 ครั้งตามเกณฑ์ที่กำหนด

3.2 นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์/แปลความหมาย

3.3 แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบเพื่อทำการปรับปรุงแก้ไข

4 .ทำการปรับปรุงแก้ไขทันทีเมื่อได้ทราบถึงผลการประเมิน โดยหาสาเหตุของความ

ผิดพลาดจากการประเมินกิจกรรมแล้วนำจุดนั้นมาทำการแก้ไขเพื่อให้กิจกรรมสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

แบบประเมินกิจกรรม “รู้รังสู่ความแข็งแรง”

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องผลการประเมินตามหลักเกณฑ์การประเมิน

หัวข้อประเมิน	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน			หมายเหตุ
		ได้	ปานกลาง	ปรับปรุง	
ก.นักเรียนมีความเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการออกกำลังกาย	1.นักเรียนเข้าใจถึงประโยชน์ที่ได้จากการวิ่ง 2.นักเรียนสามารถอธิบายถึงประโยชน์ที่ได้จากการวิ่งให้กับผู้อื่นทราบได้				
ข.มีสถานที่สำหรับการวิ่งอย่างเพียงพอได้มาตรฐาน	3.มีสถานที่สำหรับการวิ่งอย่างเพียงพอ 4.สถานที่ได้มาตรฐาน และมีความปลอดภัย				
ค.นักเรียนมีความเข้าใจถึงหลักการวิ่งที่ถูกวิธีและสามารถวิ่งได้อย่างปลอดภัย	5.นักเรียนสามารถวิ่งได้อย่างถูกหลัก 6.มีครูผู้ดูแล คอยให้คำแนะนำแก่นักเรียนได้				
ง.มีการจัดตารางเวลาให้กับการออกกำลังกาย	7.มีกำหนดตารางการใช้สถานที่อย่างชัดเจนแน่นอน 8.มีการรณรงค์และสนับสนุนทั้งในด้านสถานที่ด้านวัสดุ(รถจักรยาน) และ ผู้ดูแล 9.ทำการเผยแพร่ให้มีการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปั่นจักรยาน				

หลักเกณฑ์การประเมิน “รู้รังสู่ความแข็งแรง” มีดังนี้

1. เกณฑ์การประเมินระดับดี อยู่ที่ร้อยละ 75-100 (ลงชื่อ)
2. เกณฑ์การประเมินระดับปานกลาง อยู่ที่ร้อยละ 50-74 (
3. เกณฑ์การประเมินระดับควรปรับปรุง อยู่ที่ร้อยละ 0-49)

ผู้ประเมินกิจกรรม

แบบรายงานผลการประเมินกิจกรรม “รู้รังสู่ความแข็งแรง”

ปีการศึกษา...../ภาคเรียนที่....

ครั้งที่...../เดือน.....ปี.....

สรุปผลการประเมินกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

ปัญหาที่พบ

.....

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

(ผู้ทำการประเมิน)

สรุปขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง

ขั้นตอน	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
การวางแผน	● จัดตั้งผู้รับผิดชอบกิจกรรม ● จัดประชุมเพื่อร่วมกันกำหนดเป้าหมายและทิศทางของกิจกรรม ● กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงานและขอบเขตของกิจกรรม ● กำหนดเกณฑ์การประเมินกิจกรรม ● กำหนดผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการประเมิน ● กำหนดระยะเวลาที่จะทำการประเมิน ● วางแผนจัดงบประมาณของกิจกรรม	● ผู้บริหารโรงเรียน
การปฏิบัติ	● จัดให้มีการประชุมชี้แจงรายละเอียดของกิจกรรมลู่วิ่งสู่ความแข็งแรง ● ทำการปฏิบัติกิจกรรม - จัดเตรียมสถานที่สำหรับการวิ่ง - เตรียมบุคลากรผู้ดูแล - เตรียมเอกสารเพื่อการเผยแพร่ ● จัดประชุมแจ้งความก้าวหน้า ● รายงานผล	● ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรม ● นักเรียนผู้รับผิดชอบ
การตรวจสอบ	● ประเมินผลเดือนละ 1 ครั้ง - เข้าใจถึงประโยชน์จากการออกกำลังกายด้วยวิธีการวิ่ง - มีสถานที่สำหรับสำหรับวิ่งเพียงพอและได้มาตรฐาน - เข้าใจถึงหลักในการวิ่งที่ถูกต้องและปลอดภัย ● นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินไปทำการวิเคราะห์และสรุปผล ● แจ้งผลการประเมินให้กับผู้รับผิดชอบกิจกรรมทราบ	● ครูผู้มีความรู้ด้านการออกกำลังกาย ● สมาชิกชุมชน ● ผู้ปกครอง
การปรับปรุงแก้ไข	● จัดประชุมเพื่อชี้ผลการประเมินและร่วมหาแนวทางแก้ไข ● การปรับปรุงแก้ไขตามแนวทางที่ได้	● ผู้บริหาร ● ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรม

--	--	--

คู่มือ หน้า 60

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กลุ่มสนับสนุนวิชาการ, ศูนย์อนามัยที่ 4 ราชบุรี, กรมอนามัย, กระทรวงสาธารณสุข. (2545).
วิเคราะห์สถานการณ์งานส่งเสริมสุขภาพเขต 4 ปี 2544-2545. ราชบุรี: ศูนย์อนามัยที่ 4
ราชบุรี.
- กรมสามัญศึกษา. (2543). แนวทางการบริหารงานคุณภาพการศึกษา. กรุงเทพฯ : อรุณสภา.
กรมอนามัย. (2535). คู่มือส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์
กองอนามัยโรงเรียน, กรมอนามัย. (2536). เอกสารการอบรมงานอนามัยโรงเรียนสำหรับเจ้าหน้าที่
สาธารณสุขและครู. กรุงเทพฯ: สำนักข่าวพาณิชย์ กรมพาณิชย์สัมพันธ์.
- คณะกรรมการการปฏิรูประบบการบริหารการศึกษาในกระทรวงศึกษาธิการ. (2542). รายงาน
การปฏิรูประบบการศึกษาในกระทรวงศึกษาธิการ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.
- คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัดราชบุรี. (2543). คู่มือการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริม
สุขภาพ. ราชบุรี: คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัดราชบุรี.
- ชวลิต พุทธรังษี. (2528). การบริหารโครงการสุขภาพในสถานศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์โอเดียน
สโตร์.
- ณรงค์ เจริญผล. (2543). แนวทางการดำเนินงานโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน สังกัด
สำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม.
(การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- ดวงพร โต๊ะนาค. (2533). บทบาทของผู้บริหารและครูในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน
โรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร
- ธนาคารกสิกรไทย. (2538). “การศึกษาไทยในยุคโลกาภิวัตน์สู่ความก้าวหน้าและมั่นคงของ
ชาติในศตวรรษหน้า”. ในเอกสารประกอบการสัมมนาระดับชาติ เรื่องยุทธศาสตร์
การศึกษาไทยในยุคโลกาภิวัตน์ ณ ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์. กรุงเทพฯ:ธนาคาร
กสิกรไทย.
- ทวีสิทธิ์ สิทธิกร. (2531). หลักและการจัดโครงการสุขภาพในโรงเรียน. กรุงเทพฯ: บริษัทอักษรพัฒนา.
นวัตกรรมสุขภาพและสิ่งแวดล้อม, คณะเภสัชศาสตร์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ, มหาวิทยาลัย
มหาสารคาม. (2546). การส่งเสริมสุขภาพชุมชนและสิ่งแวดล้อม(Online). Available
Telnet: <http://www.msu.ac.th/cesansrs/index.asp>.

- บรรจง จันทมาศ. (2544). พิมพ์ครั้งที่ 4. ระบบบริหารคุณภาพ ISO 9000:2000. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี(ไทย-ญี่ปุ่น).
- บุษบา จันทรผ่อง. (2543). โครงการสุขภาพในโรงเรียน. ภูเก็ต: ภาควิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีสถาบันราชภัฏภูเก็ต.
- ประดับ เรืองมาลัย. (2524). หลักการสอนและการเตรียมประสบการณ์ภาคปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: วัฒนาพานิช.
- ประสิทธิ์ พรหมตัน. (2542,กุมภาพันธ์). “ห้องปฏิบัติการสุขภาพอนามัยกับการประกันคุณภาพการศึกษา”, วารสารวิชาการ. 2 (2) : 44-50.
- ประสิทธิ์ สาระสันต์. (2536). การบริหารโครงการสุขภาพอนามัยในโรงเรียนของผู้บริหารโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปรีชา ช่างขวัญยืน และคณะ. (2539). เทคนิคการเขียนและผลิตตำรา. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พจน์ีย์ กลิ่นเกษร. (2525). โครงการสุขภาพในโรงเรียน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์พิศิษฐ์การพิมพ์.
- ไพศาล ไกรสิทธิ์. (2541). การศึกษาเพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. ราชบุรี: คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง.
- มานิต มานิตเจริญ. (2524). พจนานุกรมไทย สมบูรณ์ - ทันสมัยที่สุด. กรุงเทพฯ: รวมสาส์น.
- รังสรรค์ เพ็งหนู. (2541). การบริหารจัดการคุณภาพการศึกษา. หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 5. อุดรธานี.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น.
- รุ่ง แก้วแดง. (2542). ปฏิวัติการศึกษาไทย. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.
- ลักษณ์ เดิมศิริกุลชัย และสุชาดา ตั้งทางธรรม. (2541). “การสร้างเสริมสุขภาพคนทำงาน : สู่ศตวรรษใหม่ของการส่งเสริมสุขภาพ”. กรุงเทพฯ: วารสารการส่งเสริมสุขภาพ. (10-11)
- วิชาการ,กรม. (2540). แนวคิดเกี่ยวกับมาตรฐานและตัวบ่งชี้การศึกษาระดับพื้นฐานด้านผลผลิตปัจจัยและกระบวนการ:โครงการประกันคุณภาพการศึกษา. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ.
- วิชาการ,กรม. (2542). การประกันคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษา. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ.
- วิฑูรย์ อึ้งประพันธ์. (2541). นโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- วิทยา เชียงกุล. (2542). วิฤติและโอกาสในการปฏิรูปการศึกษาและสังคมไทย. กรุงเทพฯ: อัมรินทร์พรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

- วิลาวัลย์ วรรณศรี. (2528). การบริการสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาในเขตการศึกษา 8. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศักรินทร์ สุวรรณโรจน์ และคนอื่นๆ. (2535). เส้นทางก้าวหน้าของข้าราชการครู : คู่มือการจัดทำผลงานทางวิชาการ. กรุงเทพฯ: ประดิพัทธ์การพิมพ์.
- สมศักดิ์ สินธุระเวช. (2542). แนวทางการประกันคุณภาพการศึกษาของโรงเรียน. กรุงเทพฯ: หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา.
- สมศักดิ์ อัมพรต. (2538). การบริหารงานสุขภาพอนามัยในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนนทบุรี. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมาน ชาดิยานนท์. (2540). แนวคิดเรื่องการประกันคุณภาพการศึกษา. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ. อัดสำเนา.
- สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, กระทรวงศึกษาธิการและกรมอนามัย, กระทรวงสาธารณสุข. (2544). คู่มือผู้อำนวยการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ.
- สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. (2539). เกณฑ์มาตรฐานโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ.
- (2540). ก้าวสู่มาตรฐาน. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2541). รายงานการวิจัยเรื่องระบบการประกันคุณภาพและมาตรฐานการศึกษาแห่งชาติ: การอุดมศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพัฒนานโยบายและวางแผนการจัดการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2542). 2542 ปีการปฏิรูปการศึกษาไทย. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2543). แนวทางการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษาเพื่อพร้อมรับการประเมินผลภายนอก. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ

สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. (2537). นโยบายและเป้าหมายของกระทรวงศึกษาธิการ ประจำปีงบประมาณ 2538. กรุงเทพฯ: สำนักงานปลัดกระทรวง.

สำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน).(2543). แนวทางการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษาเพื่อพร้อมรับการประเมินภายนอก. กรุงเทพฯ: บริษัทพิมพ์ดีจำกัด.

สุชาติ โสมประยูร และเอมอชฌา วัฒนบุรานนท์. (2542). การบริหารงานสุขศึกษาในโรงเรียน (School Health Administration). กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.

สุชาติ โสมประยูร และคณะ. (2542). สุขศึกษาภาคปฏิบัติ (สาระสำคัญ การทดลอง และการปฏิบัติ). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.

สุชาติ โสมประยูร. (2545, เมษายน). “แนวทางการพัฒนางานสุขภาพในโรงเรียน”, วารสารวิชาการ. 5(4) : 16-20.

สุนทร พูนพิพัฒน์. (2540). ระบบบริหารคุณภาพ. กรุงเทพฯ: เอ็มพันธ์.

สุนีย์ ละกำป็น. (2541). การพัฒนารูปแบบกิจกรรมส่งเสริมความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง สำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ด.(การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

สุรพล เอี่ยมเพชร. (2545). ปัญหาการจัดการโครงการอาหารเสริมสำหรับนักเรียนของผู้บริหารโรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดเพชรบุรี. สารนิพนธ์ กศ.ม. (ธุรกิจศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

อัญชลี

โกมลรัตน์.

ประถมศึกษาจังหวัด

เขตการศึกษา

กรุงเทพฯ

:

บัณฑิตวิทยาลัย

อิโตชิ คูเบะ. (2540). Management By Quality. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).

Ciaran , Mac Donncha. (2002), 2 February. “A Strategy for Physical Education in Ireland”, Policy.(Online). Available.Policy.htm.

Hess , Doug and others. (2000). “School Breakfast Schoolcard 2000”, (Online). Available. [http: www.frac.org](http://www.frac.org).

Mirgatroyd,Stephen and Colin Morgan. (1994). Total Quality Management and School. Buckingham: Open University Press.

ภาคผนวก ก

ตัวอย่างหนังสือคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน



คำสั่งโรงเรียน.....
 ที่...../25....
 เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานโครงการส่งเสริมสุขภาพ
 กิจกรรม

เพื่อให้การดำเนินงานตามโครงการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในกิจกรรม
ของโรงเรียน.....ดำเนิน
 ไปด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพ และบรรลุวัตถุประสงค์ของการดำเนินงาน จึงแต่งตั้งคณะกรรมการ
 ดำเนินงานโครงการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในกิจกรรม

1. คณะกรรมการอำนวยการ ประกอบด้วย

ผู้บริหารสถานศึกษา	ประธานกรรมการ
ผู้ช่วย.....	รองประธาน
นาย.....	กรรมการ
นาย	กรรมการ
นาง	กรรมการและเลขานุการ

มีหน้าที่ให้คำปรึกษา แนะนำ กำหนดแนวทาง และวิธีดำเนินงานตามโครงการและแก้ไขปัญหาที่
 อาจเกิดขึ้นกับทุกฝ่าย

2. คณะกรรมการดำเนินกิจกรรม ประกอบด้วย

นาย	หัวหน้า
นาย	ผู้ช่วย
นาย	ผู้ช่วย
นาย	ผู้ช่วย
นาง.....	ผู้ช่วย

มีหน้าที่ดำเนินกิจกรรมตามโครงการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนตามแผนงาน / กิจกรรม

ให้คณะกรรมการที่ได้รับการแต่งตั้งปฏิบัติหน้าที่ด้วยความรับผิดชอบ บังเกิดผลดีแก่ทางราชการ
 ทั้งนี้ตั้งแต่วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....เป็นต้นไป
 สั ง ญ วนที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ลงชื่อ

(.....)

ผู้อำนวยการโรงเรียน.....

ภาคผนวก ข

**แบบประเมินความเป็นไปได้ของคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้าน
 การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี**

**แบบประเมินความเป็นไปได้ของ
คู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมจังหวัดราชบุรี**

.....

คำชี้แจง แบบประเมินความเป็นไปได้ของคู่มือการบริหารจัดการคุณภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประถมศึกษาจังหวัดราชบุรี ต้องการประเมินคุณภาพโดยรวมทั้งหมดของคู่มือขอให้ท่านผู้ทรงคุณวุฒิ/ท่านผู้เชี่ยวชาญได้กรุณาพิจารณาว่าองค์ประกอบต่างๆภายในคู่มือมีคุณภาพ ความเหมาะสมมากน้อยเพียงใด โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

รายการประเมิน	ระดับความเหมาะสม					ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไข
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
1.เนื้อหาสาระของคู่มือมีความชัดเจนเข้าใจง่าย 2.เนื้อหาสาระของคู่มือสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงหลังจากได้ทำการศึกษาคู่มือแล้ว 3.เนื้อหาสาระของคู่มือมีความเหมาะสมกับการนำไปใช้ 4.การเรียบเรียงเนื้อหาสาระเป็นไปตามลำดับความเหมาะสมก่อนหลัง 5.รายละเอียดในคู่มือครอบคลุมกับความต้องการของผู้บริหาร 6.กิจกรรมตัวอย่างภายในคู่มือมีความชัดเจนสามารถนำไปปฏิบัติได้ 7.เนื้อหาสาระภายในคู่มือสามารถช่วยผู้บริหารในการบริหารจัดการได้อย่างมีคุณภาพ 8.คู่มือมีความสำคัญเหมาะสมต่อการนำไปใช้ 9.คู่มือสามารถทำให้การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนประสบความสำเร็จในการดำเนินงาน						

10.คู่มือมีประโยชน์ต่อผู้บริหารโรงเรียน ประถมศึกษา						
11.คู่มือสามารถทำให้เกิดทัศนคติที่ดีของ ผู้บริหารต่อการบริหารงานการส่งเสริมสุขภาพ ในโรงเรียน						
12.กิจกรรมมีความเหมาะสมกับสภาพปัญหา ในปัจจุบันของโรงเรียนประถมศึกษา						

ข้อเสนอแนะอื่นๆ

.....

ภาคผนวก ค

ตัวอย่างรายการอาหารใน 7 วันสำหรับเด็กไทยสุขภาพดี

ตัวอย่างรายการอาหารใน 7 วัน สำหรับนักเรียนไทยสุขภาพดี

นักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาจะมีสุขภาพดีได้ควรได้รับคุณค่าทางโภชนาการให้ครบ 5 หมู่ ตารางตัวอย่างดังต่อไปนี้แสดงให้เห็นถึงอาหารในแต่ละมื้อแต่ละวันที่นักเรียนจะได้รับ

สารอาหารครบ 5 หมู่

วัน	มื้อเช้า	อาหารว่าง	มือกกลางวัน	อาหารว่าง	มื้อเย็น
จันทร์	ข้าวผัดหมูใส่ไข่ +ชมพู	นมรสจืด 1 แก้ว	ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ + ก๋วยบวชชี	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าว+ปลาทอด + แองจิตตำลึงหมูสับ +ส้ม
อังคาร	ข้าวไข่เจียวหมูสับ +มะละกอ	นมรสจืด 1 แก้ว	ผัดมะกะโรนีไก่ +สับปะรด	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าว+หมูทอด กระเทียมพริกไทย + แองจิตผักกาดขาวหมู สับ +ฝรั่ง
พุธ	ข้าวต้มไก่ใส่ไข่ +ส้ม	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าวหมูแดง+ผักทอง แกงบวช +แตงโม	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าว+ผัดกระหล่ำปลีใส่ กุ้ง/ตับ+ไข่เจียว +มะละกอ
พฤหัสบดี	เกี๊ยวน้ำกุ้ง +กล้วยน้ำว้า	นมรสจืด 1 แก้ว	ก๋วยเตี๋ยวราดหน้า หมู+ลวดช่องน้ำกะทิ แตงไทย	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าว+ปีกไก่ทอด+แอง จิตเต้าหู้หมูสับ +ชมพู
ศุกร์	บะหมี่ผัดใส่ไข่และ กะหล่ำปลี + แอปเปิ้ล	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าวผัดกระเพราหมู สับ+เฌอแก้ว สับปะรดเชื่อม น้ำแข็งใส	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าว+ไข่พะโล้+แองจิต ผักกบหน่องไก่ +มะม่วงสุก
เสาร์	ข้าวต้มกุ้ง +นมรสจืด 1 แก้ว	น้ำส้มคั้น +ชาลาเปา	ก๋วยเตี๋ยผัดไทย ทะเล +ไอศกรีมกะทิ	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าว+ปลาทอด กระเทียมพริกไทย +สับปะรด
อาทิตย์	โจ๊กหมูใส่ไข่และตับ	นมรสจืด 1 แก้ว	เส้นหมี่ผัดชีอิ้วหมู +ลูกตาลลอยแก้วใน น้ำแข็งใส	นมรสจืด 1 แก้ว	ข้าว + ต้มข่าไก่ใส่ เห็ดฟาง+ปลาสด +เงาะ

ภาคผนวก ง
แบบสำรวจโรงอาหารของกองสุขภาพิบาลอาหารกรมอนามัย
กระทรวงสาธารณสุข

แบบสำรวจโรงอาหารของกองสุขภาพิบาลอาหารกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ข้อมูลด้านโภชนาการและสุขภาพิบาล

โรงอาหารเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อสุขภาพิของนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนเนื่องจากถ้าโรงอาหารไม่สะอาดถูกสุขอนามัย คนปรุงอาหารแต่งกายไม่สะอาดเรียบร้อยก็อาจเป็นผู้นำเอาเชื้อโรคต่าง ๆ ปนเปื้อนมาให้อาหารได้ ทำให้เกิดเป็นโรคต่าง ๆ กับผู้ที่บริโภคอาหารเข้าไป เช่น โรคทางเดินอาหาร โรคท้องร่วง โรคอาหารเป็นพิษ เป็นต้น โรงอาหารจึงควรสะอาดถูก สุขลักษณะทั้งสถานที่ประกอบอาหาร คนปรุง ภาชนะจาน ชาม ช้อน บริเวณรอบ ๆ รวมถึง ห้องน้ำสะอาดไม่มีกลิ่นเหม็น โดยกองสุขภาพิบาลอาหารกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขได้ออกเป็นแบบสำรวจโรงอาหารขึ้นมาให้ใช้เป็นมาตรฐานการสุขภาพิบาลอาหาร ดังรายละเอียดต่อไปนี้

คำชี้แจง

แบบสำรวจนี้ใช้สำหรับโรงอาหาร ซึ่งหมายถึง สถานที่จัดบริการอาหารในหน่วยงานต่าง ๆ ได้แก่ โรงเรียน,สถาบันการศึกษา,บริษัท,โรงงาน,สำนักงาน ฯลฯ (ยกเว้นโรงครัวของโรงพยาบาล ซึ่งปรุงประกอบอาหารให้กับผู้ป่วยในโรงพยาบาล)

มาตรฐานสำหรับโรงอาหารแบ่งออกเป็น 2 ระดับ ดังนี้

1. มาตรฐานดีมากต้องปฏิบัติได้ทุกข้อครบ 30 ข้อ (มีป้ายและประกาศนียบัตรรับรองจากกรมอนามัย)
2. มาตรฐานดี ต้องปฏิบัติได้ตามข้อ ☐ และ ☐ ครบ 20 ข้อ (มีประกาศนียบัตรรับรองจากกรมอนามัย)

แบบสำรวจโรงอาหาร

ตามมาตรฐานการสุขาภิบาลอาหาร กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ชื่อโรงอาหาร

ชื่อโรงเรียน , หน่วยงาน

สังกัด

ที่อยู่ เลขที่ หมู่ที่ ซอย

ถนน ตำบล อำเภอ

เขต (เทศบาล/สุขาภิบาล/อบต.) จังหวัด

จำนวนผู้รับบริการจากโรงอาหาร คน/วัน

จำนวนผู้สัมผัสอาหาร คน

การอบรมด้านสุขาภิบาลอาหาร () เคย เมื่อ () ไม่เคย

ลักษณะการให้บริการ

() 1. หน่วยงานดำเนินการเองทั้งหมด

() 2. ให้อุคคลภายนอกเข้ามาจำหน่ายอาหาร จำนวน ราย

() 3. มีทั้ง 1 และ 2 จำนวน ราย

การจัดโครงการอาหารกลางวัน () มี จำนวนนักเรียนในโครงการ คน () ไม่มี

สรุปผลการสำรวจ	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4
ชื่อผู้สำรวจ				
วัน เดือน ปี ที่สำรวจ				

วิธีใช้แบบสำรวจ

ให้แสดงเครื่องหมาย “ / ” ในช่องผลการสำรวจหลังข้อมาตรฐานที่ถูกต้องครบถ้วน

ทุกรายการ

ให้แสดงเครื่องหมาย “ X ” ในช่องผลการสำรวจหลังข้อมาตรฐานที่ยังไม่ถูกต้องหรือ
ถูกต้องไม่ครบถ้วน

ให้แสดงเครื่องหมาย “ - ” ในช่องผลการสำรวจหลังข้อมาตรฐานในกรณีที่ไม่มีกิจกรรมที่
ระบุไว้ในข้อมาตรฐาน และไม่เป็นปัญหาทางด้านสุขาภิบาลอาหาร ให้ถือว่าผ่านมาตรฐานในข้อ
นั้น

เรื่อง	รายละเอียดมาตรฐาน	ผลการสำรวจ				หมายเหตุ
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	
ก. สถานที่ รับประทานอาหาร และ บริเวณทั่วไป	☐ 1. สะอาด เป็นระเบียบ ☐ 2. โต๊ะ เก้าอี้ สะอาด แข็งแรง จัดเป็นระเบียบ ☐ 3. มีการระบายอากาศที่ดี และ					

	สำหรับห้องรับประทานอาหารที่มี เครื่องปรับอากาศต้องมีเครื่องดูดอากาศ รวมทั้งติดตั้งเครื่องหมาย “ห้ามสูบบุหรี่” ไว้ ด้วย					
ข.บริเวณที่ เตรียม – ปรุงอาหาร	☐ 4. สะอาด เป็นระเบียบ พื้นทำด้วย วัสดุถาวร แข็ง เรียบ สภาพดี ☐ 5. มีการระบายอากาศรวมทั้งกลิ่น และควันจากการทำอาหารได้ดี เช่น มี ปล่องระบายควัน หรือพัดลมดูดอากาศ ☐ 6. ไม่เตรียมและปรุงอาหารบนพื้น ☐ 7. โต๊ะเตรียม-ปรุงอาหาร และผนัง					

เรื่อง	รายละเอียดมาตรฐาน	ผลการสำรวจ				หมายเหตุ
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	
ค.อาหาร น้ำ น้ำแข็ง เครื่องดื่ม	☐ 8. อาหารและเครื่องดื่มในภาชนะ บรรจุที่ปิดสนิท ต้องมีเลขทะเบียนตำรับ อาหาร ☐ 9. อาหารสด เช่น เนื้อสัตว์ ผักสด ผลไม้ และอาหารแห้ง มีคุณภาพดี แยก เก็บเป็นสัดส่วน ไม่ปะปนกัน วางสูงจาก พื้นอย่างน้อย 60 ซม. สำหรับอาหารสด ต้องล้างให้สะอาดก่อนนำมาปรุง ☐ 10.อาหารและเครื่องดื่มในภาชนะ					

	บรรจุที่ปิดสนิท มีคุณภาพดี เก็บเป็นระเบียบสูงจากพื้นอย่างน้อย 30 ซม. ☐ 11.อาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว เก็บในภาชนะที่สะอาด มีการปกปิด วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. ☐ 12.มีตู้สำหรับปกปิดอาหารที่ปรุงสำเร็จแล้ว และด้านหน้าของตู้ต้องเป็นกระจก ☐ 13.น้ำดื่ม เครื่องดื่ม น้ำผลไม้สะอาด ใส่ในภาชนะที่สะอาด มีฝาปิด มีก๊อกหรือทางเทริน้ำ หรือมีอุปกรณ์ที่มีด้ามสำหรับตักโดยเฉพาะ และวางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. ☐ 14.น้ำแข็งที่ใช้บริโภคต้องสะอาด ใส่ในภาชนะที่สะอาด มีฝาปิด มีอุปกรณ์ที่มีด้ามสำหรับตัก หรือตักโดยเฉพาะ วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.และต้องไม่มีสิ่งของอื่นแช่รวมไว้					
--	---	--	--	--	--	--

เรื่อง	รายละเอียดมาตรฐาน	ผลการสำรวจ				หมายเหตุ
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	
ง. ภาชนะอุปกรณ์	☐ 15.ภาชนะอุปกรณ์ เช่น จาน ชาม ช้อน ส้อม ฯลฯ ต้องทำด้วยวัสดุที่ไม่เป็นอันตราย เช่น สแตนเลส กระเบื้องเคลือบขาว แก้ว อลูมิเนียม เมลามีนสีขาว หรือสีอ่อน สังกะสีเคลือบขาว สำหรับตะเกียบ ต้องเป็นไม้ไม่ทาสี หรือพลาสติกสีขาว ☐ 16.ภาชนะใส่น้ำดื่ม สายชู น้ำปลา					

	และน้ำจิ้ม ต้องทำด้วยแก้ว กระเบื้องเคลือบขาว มีฝาปิดและช้อนตักทำด้วยกระเบื้องเคลือบขาว หรือสแตนเลส สำหรับเครื่องปรุงรสอื่น ๆ ต้องใส่ในภาชนะที่ทำความสะอาดง่าย มีฝาปิด และสะอาด ☐ 17.ล้างภาชนะอุปกรณ์ด้วยวิธีการอย่างน้อย 2 ขั้นตอน โดยขั้นตอนที่ 1 ล้างด้วยน้ำยาล้างภาชนะ และขั้นตอนที่ 2 ล้างด้วยน้ำสะอาด 2 ครั้ง หรือล้างด้วยน้ำไหล และอุปกรณ์การล้างต้องสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. ☐ 18.ใช้อ่างล้างภาชนะอุปกรณ์ที่มีท่อระบายน้ำที่ใช้การได้ดี อย่างน้อย 2 อ่าง ☐ 19.จาน ชาม ถ้วย แก้วน้ำ ถาดหลุม ฯลฯ เก็บไว้ในภาชนะโปร่งสะอาด หรือตะแกรงวางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. หรือเก็บในภาชนะหรือสถานที่ที่สะอาดมีการปกปิด ☐ 20.ช้อน ส้อม ตะเกียบ วางตั้งเอาด้ามขึ้นในภาชนะโปร่งสะอาด หรือวางเป็นระเบียบในภาชนะที่สะอาดและมีการปกปิดตั้งสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.					
เรื่อง	รายละเอียดมาตรฐาน	ผลการสำรวจ				หมายเหตุ
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	
จ.การรวบรวมขยะและน้ำโสโครก	☐ 21.ใช้ถังขยะที่มีขนาดเหมาะสม ☐ 22.ใช้ถังขยะที่ไม่รั่วซึม และมีฝาปิด ☐ 23.มีท่อหรือรางระบายน้ำที่มีสภาพดี ไม่แตกร้าว ระบายน้ำจากห้องครัวและที่ล้างภาชนะอุปกรณ์ลงสู่ท่อระบายหรือ					

	แหล่งบำบัดได้ดี และต้องไม่ระบายน้ำเสียลงสู่แหล่งน้ำสาธารณะโดยตรง ○24.มีบ่อดักเศษอาหารและดักไขมันที่ใช้งานได้ดี ก่อนระบายน้ำเสียทิ้ง					
จ.ห้องน้ำ ห้องส้วม	□ 25.ห้องน้ำ ห้องส้วมต้องสะอาด ไม่มีกลิ่นเหม็น มีน้ำใช้เพียงพอ ○26.ห้องส้วมแยกเป็นสัดส่วน ประตูไม่เปิดสู่บริเวณที่เตรียม-ปรุงอาหาร ที่ล้างและเก็บภาชนะอุปกรณ์ ที่เก็บอาหาร และต้องมีอ่างล้างมือที่ใช้งานได้ดีอยู่บริเวณห้องส้วม					
ข.ผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ	□ 27.แต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน ○28.ผูกผ้ากันเปื้อนสีขาว หรือมีเครื่องหมาย ผู้ปรุงจะต้องใส่หมวก หรือเนคคัลมผมด้วย ○29.ต้องเป็นผู้มีสุขภาพดี ไม่เป็นโรคติดต่อ ไม่เป็นโรคผิวหนัง สำหรับผู้ปรุงจะต้องมีหลักฐานการตรวจสุขภาพในปีนั้นให้ตรวจสอบได้ ○30.มีสุขนิสัยที่ดี เช่น ตัดเล็บสั้น ไม่สูบบุหรี่ในขณะที่ปฏิบัติงาน ไม่ใช้มือหยิบจับอาหารที่ปรุงเสร็จแล้วโดยตรง					

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นายณัฐพร สุกิจญาณ
วันเดือนปีเกิด	16 มกราคม 2500
สถานที่เกิด	อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	88 หมู่ที่ 6 ต.บ้านสิงห์ อ.โพธาราม จังหวัดราชบุรี 70120
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนวัดบ้านหม้อ(ประชารังษี) อ.โพธาราม จังหวัดราชบุรี 70120
ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดบ้านหม้อ(ประชารังษี)
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2519	ประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา(ป.กศ.) จาก วิทยาลัยครูหมู่บ้าน จอมบึง จังหวัดราชบุรี
พ.ศ. 2526	ครุศาสตรบัณฑิต(ค.บ.) เอกพลศึกษา จาก วิทยาลัยครูหมู่บ้าน จอมบึง จังหวัดราชบุรี
พ.ศ. 2548	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ