

คู่มือการดำเนินงานสุขศึกษา โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ



จัดทำโดย

กองสุขศึกษา

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

คู่มือการดำเนินงานสุขศึกษา โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
Department of Health Service Support



โดย กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

กระทรวงสาธารณสุข

www.hed.go.th

คำนำ

การดำเนินงาน “โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ” เป็นรูปแบบหนึ่งของการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนในกลุ่มเด็กวัยเรียนอายุ 7- 14 ปี ที่ดำเนินการโดยโรงเรียน/ชุมชน โดยอาศัยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วน กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โดยกองสุขศึกษา ได้พัฒนาโรงเรียนที่มีความพร้อม และพัฒนาให้เป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ โดยมุ่งหวังให้โรงเรียนประถมศึกษาในสังกัด สพฐ. ทั่วประเทศเป็น “โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ” เพื่อปลูกฝังให้นักเรียน และครอบครัวในชุมชนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ และมีพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ซึ่งจำเป็นต้องได้รับโอกาสการเรียนรู้ด้านสุขภาพ และจัดปัจจัยแวดล้อมให้เอื้อต่อการเรียนรู้ด้านสุขภาพและการมีสุขภาพที่หลากหลาย เหมาะสมและสอดคล้องกับวิถีชีวิต สามารถจัดการสุขภาพเพื่อการพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน ได้แก่

- สุขบัญญัติข้อ 1 ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด
- สุขบัญญัติข้อ 2 รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง
- สุขบัญญัติข้อ 3 ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย
- สุขบัญญัติข้อ 4 กินอาหาร สุข สะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสุนัข
- สุขบัญญัติข้อ 5 งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ
- สุขบัญญัติข้อ 6 สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น
- สุขบัญญัติข้อ 7 ป้องกันอุบัติเหตุด้วยความไม่ประมาท
- สุขบัญญัติข้อ 8 ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี
- สุขบัญญัติข้อ 9 ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ
- สุขบัญญัติข้อ 10 มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือการดำเนินงานสุขศึกษา “โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ” ซึ่งมีเนื้อหาหลักเกี่ยวกับ 7 ขั้นตอนการพัฒนา “โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ” ฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์แก่บุคลากรสาธารณสุขที่รับผิดชอบด้านการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพรวมถึงแกนนำสุขภาพในโรงเรียน/หมู่บ้าน/ชุมชน ได้ศึกษาและใช้เป็นคู่มือแนวทางในการดำเนินงานเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ในกลุ่มเด็กวัยเรียนอายุ 7- 14 ปี ในสถานศึกษาอันจะเชื่อมโยงไปถึงการประเมินระดับการพัฒนาโรงเรียนฯ หรือการประเมินตนเองในโปรแกรม Health Gate สู่ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ และตำบลจัดการคุณภาพชีวิตต่อไป

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ส่วนที่ 1 บทนำ	1
1.1 แนวคิดการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ	1
1.2 คำจำกัดความ	1
ส่วนที่ 2 คุณลักษณะของโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ	3
ส่วนที่ 3 การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ 7 ขั้นตอน	5
3.1 การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ 7 ขั้นตอน	6
3.2 ขั้นตอนการดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ	7
ส่วนที่ 4 แนวทางการดำเนินงานสุขศึกษาโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ	11
4.1 แนวทางการดำเนินงานสุขศึกษา	11
4.2 การประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ	12
4.3 บทบาทหน้าที่ขององค์กรหรือภาคีเครือข่ายในชุมชน/โรงเรียนกับการดำเนินงาน ปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน	14
ส่วนที่ 5 เอกสาร/หลักฐานการดำเนินงาน “โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ”	16
5.1 ตัวอย่างการแนบเอกสารและหลักฐานการประเมินในโปรแกรม Health Gate	16
5.2 การจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ	23
5.3 ตัวอย่างกิจกรรมพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ ตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	25
ส่วนที่ 6 การประกวดต้นแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ	31
6.1 คำจำกัดความ	31
6.2 คุณสมบัติ เกณฑ์ และการนำเสนอผลงาน	32
6.3 แนวทางการประกวด/ประเมินพื้นที่ต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข	33
6.4 ประเภทรายางวัลพื้นที่ต้นแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	34
เอกสารอ้างอิง	35
ภาคผนวก	36
ภาคผนวก ก การเข้าใช้โปรแกรม Health Gate สำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ	37
1. โปรแกรม Health Gate สำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ คืออะไร มีกี่ระดับและมีเกณฑ์อะไรบ้าง	37
2. การประเมินการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ	40
3. การรายงานผลการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ	45

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ภาคผนวก ข การเข้าใช้โปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนวัยเรียนสำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัด ในตำบลจัดการคุณภาพชีวิต	47
1. โปรแกรมประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ (HL&HB) คืออะไร มีกี่ระดับ และใช้แบบประเมินอะไร	47
2. การเก็บข้อมูล	51
3. การแสดงผลการประเมิน	55
4. คู่มือรหัสบันทึกข้อมูลแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนสำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัด	62
ภาคผนวก ค ใบสมัครการประกวดโรงเรียนต้นแบบส่งเสริมสุขภาพจังหวัด	71

สารบัญญภาพ

เรื่อง	หน้า
แผนภาพที่ 1 การเรียนการสอนเสริมหลักสูตร	24
แผนภาพที่ 2 การเผยแพร่สื่อในโรงเรียน	24

ส่วนที่ 1 บทนำ

1.1 แนวคิดการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

การเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในกลุ่มเด็ก และเยาวชนนับว่ามีความสำคัญอย่างยิ่ง จะเป็นการปูพื้นฐานของการลดความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยและอันตรายต่อสุขภาพอันจะนำไปสู่การมีสุขภาพดี และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขอนามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง เป็นพลังสำคัญของการพัฒนาประเทศในอนาคต ซึ่งกลุ่มเด็กและเยาวชนจะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องตามสุขบัญญัติแห่งชาติได้นั้นจำเป็นต้องได้รับโอกาสการเรียนรู้ด้านสุขภาพ และจัดปัจจัยแวดล้อมให้เอื้อต่อการเรียนรู้ด้านสุขภาพ และการมีพฤติกรรมสุขภาพที่หลากหลาย เหมาะสมและสอดคล้องกับวิถีชีวิต โดยการมีส่วนร่วมของโรงเรียน ผู้ปกครอง ชุมชนและหน่วยงานสาธารณสุข ซึ่งโรงเรียนเป็นสถานที่สำคัญที่ส่งเสริมให้เด็กมีความรู้ ความเข้าใจ มีเจตคติที่ดี โดยจัดประสบการณ์ เสริมสร้างทักษะที่จำเป็น และการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติทั้ง 10 ประการ รวมถึงการจัดปัจจัยแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติหรือการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องได้อย่างสม่ำเสมอจนเกิดเป็นสุขนิสัย การละเลยในการปฏิบัติสุขบัญญัติข้อใดข้อหนึ่ง หมายถึงมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยหรืออันตรายต่อสุขภาพ ซึ่งอาจนำหรือเป็นสาเหตุของโรคต่างๆที่สามารถป้องกันได้ในภายหลัง ดังนั้นเพื่อลดความเสี่ยงต่อสุขภาพ และการสร้างเสริมให้มีสุขภาพดี จำเป็นต้องปลูกฝังให้เด็กมีพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติจนเป็นสุขนิสัย

1.2 คำจำกัดความ

โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ หมายถึง โรงเรียนที่มีการดำเนินงานตามกระบวนการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ 7 ขั้นตอน ของกองสุขศึกษา

ขั้นตอน 1 สร้างทีมงาน เพื่อการดำเนินงานด้านสุขภาพ

ขั้นตอน 2 ศึกษา วิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอน 3 ดำเนินการวางแผนและออกแบบการจัดกิจกรรม

ขั้นตอน 4 จัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสุขภาพตามสุขบัญญัติ

ขั้นตอน 5 จัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียนแห่งชาติ

ขั้นตอน 6 ประเมินผลและปรับปรุงการดำเนินงาน

ขั้นตอน 7 ขยายสู่ครอบครัวและชุมชนเรียนรู้

สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ คือ ข้อกำหนดที่เด็กและเยาวชน ตลอดจนประชาชนทั่วไปพึงปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอจนเป็นสุขนิสัยเพื่อให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์อันจะนำไปสู่การมีสุขภาพดี ประกอบด้วยพฤติกรรมสำคัญ 10 ประการ ดังต่อไปนี้

สุขบัญญัติข้อ 1 ดูแลรักษาร่างกาย และของใช้ให้สะอาด

สุขบัญญัติข้อ 2 รักษาฟันให้แข็งแรง และแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง

สุขบัญญัติข้อ 3 ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหาร และหลังขับถ่าย

สุขบัญญัติข้อ 4 กินอาหาร สุก สะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสันฉูดฉาด

สุขบัญญัติข้อ 5 งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ

สุขบัญญัติข้อ 6 สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น

สุขบัญญัติข้อ 7 ป้องกันอุบัติเหตุด้วยความไม่ประมาท

สุขบัญญัติข้อ 8 ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี

สุขบัญญัติข้อ 9 ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ

สุขบัญญัติข้อ 10 มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy : HL) หมายถึง ความสามารถ และทักษะในการเข้าถึงข้อมูล และบริการด้านสุขภาพ มีความรู้ ความเข้าใจสามารถวิเคราะห์ ประเมินและจัดการสุขภาพตนเอง รวมทั้งสามารถชี้แนะเรื่องสุขภาพแก่บุคคล ครอบครัวและชุมชนได้ หรือจะกล่าวให้เข้าใจอย่างง่าย ก็คือ “เป็นความสามารถในการหาข้อมูล คิดวิเคราะห์ ตัดสินใจเลือกวิธีการ และจัดการสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งสามารถบอกต่อในสิ่งที่ถูกต้องให้ผู้อื่นนำไปใช้ได้” การส่งเสริมให้ประชาชนในชุมชนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ จึงเปรียบเสมือนการเสริมสร้างความสามารถในการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างเท่าทันสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว

ในการดำเนินงานให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยมีความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ดีและมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องได้นั้น ต้องมีการดำเนินงานทั้งการจัดกิจกรรมให้เกิดการเรียนรู้ ฝึกทักษะควบคู่กับการจัดสภาพแวดล้อมในครอบครัว และชุมชนให้เอื้อต่อการเรียนรู้ เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ อาทิเช่น

- 1) จัดกิจกรรมเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจในรูปแบบที่หลากหลาย เช่น การบรรยาย การสาธิต การแสดงบทบาทสมมติ การวิเคราะห์สถานการณ์จำลอง การฝึกทักษะการเรียนรู้ เป็นต้น
- 2) ส่งเสริมการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่มในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันโรคต่างๆ ในชุมชน/โรงเรียนอย่างสม่ำเสมอ เช่น ชมรมสร้างสุขภาพ เวทีเสวนา กิจกรรมรณรงค์ของกลุ่มต่างๆ ในชุมชน/โรงเรียน เป็นต้น
- 3) จัดโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้ฝึกปฏิบัติในการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง
- 4) ส่งเสริมการเรียนรู้จากประสบการณ์ของบุคคลต้นแบบ หรือบุคคลที่เป็นแบบอย่างเรื่องการป้องกันโรคในชุมชน เช่น เรื่องเล่าจากประสบการณ์ การจัดเวทีประชาคม เป็นต้น
- 5) จัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง เช่น จัดให้มีป้าย มีสื่อ รณรงค์ให้ความรู้เรื่องการป้องกันโรค มีน้ำสบู่อุปโภคบริโภค มีบริการหน้ากอกอนามัยในโรงพยาบาล/โรงเรียน รวมถึงที่สาธารณะในชุมชน เป็นต้น
- 6) มีศูนย์การเรียนรู้ชุมชน ฐานเรียนรู้สุขภาพชุมชน/โรงเรียน ที่เข้าถึงได้ง่าย
- 7) จัดให้มีสถานที่ หรือแหล่งให้คำปรึกษาด้านสุขภาพ และสายด่วนปรึกษาปัญหาได้หลายช่องทาง
- 8) กำหนดมาตรการทางสังคมหรือข้อตกลงเพื่อถือปฏิบัติร่วมกัน

โปรแกรม Health Gate หมายถึง โปรแกรมหรือเครื่องมือประเมินการพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เพื่อยกระดับสู่การเป็นชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพและตำบลจัดการคุณภาพชีวิต โดยเกณฑ์การประเมินระดับการพัฒนาตามโปรแกรม Health Gate มี ดังนี้

1. การพัฒนาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล มี 3 ระดับ คือ พื้นฐาน พัฒนา คุณภาพ
2. หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ มี 4 ระดับ คือ พัฒนา ดี ดีมาก ดีเยี่ยม
3. โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ มี 4 ระดับ คือ พัฒนา ดี ดีมาก ดีเยี่ยม
4. ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ มี 3 ระดับ คือ พื้นฐาน พัฒนา คุณภาพ

ส่วนที่ 2

คุณลักษณะของโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

สุขภาพเป็นพื้นฐานสำคัญของการเรียน และการทำกิจกรรมต่างๆ ของเด็ก ซึ่งสุขภาพดีนั้น หมายถึง ความสมบูรณ์ แข็งแรงของร่างกาย จิตใจ และอยู่ในสังคมได้อย่างดีมีความสุข เด็กซึ่งอยู่ในวัยที่กำลังเรียนรู้และเจริญเติบโตหากได้รับการดูแล และส่งเสริมสุขภาพให้มีความสมบูรณ์จะทำให้มีสมรรถภาพในการเรียน มีความสามารถเรียนรู้ได้เต็มที่รวมถึงร่างกายเจริญเติบโตและมีพัฒนาการได้อย่างสมวัย ในทางตรงกันข้าม หากไม่ดูแลสุขภาพ หรือทำกิจกรรมที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดผลเสียต่อสุขภาพจะทำให้เกิดการเจ็บป่วย เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ การส่งเสริมสนับสนุนให้โรงเรียนจัดให้มีแกนนำนักเรียนด้านสุขภาพ หรือชมรม สุขบัญญัติในโรงเรียนจะเป็นการรวมตัวของนักเรียนเพื่อให้เกิดกิจกรรมที่ดีต่อสุขภาพ เพื่อดูแลตนเอง เพื่อนักเรียน รวมถึงเผยแพร่ความรู้สุขบัญญัติ ซึ่งจะเป็นการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องให้กับนักเรียนในโรงเรียนตลอดจนสอดแทรกความรู้กิจกรรมด้านสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติจะส่งผลให้นักเรียน มีความรอบรู้ และศักยภาพในการดูแลสุขภาพตนเองที่ดีขึ้นลดความเสี่ยง/ภาวะแทรกซ้อนต่อการเกิด/ภาวะแทรกซ้อนร้ายแรงทางสุขภาพอื่นๆ ที่ป้องกันได้ส่งผลต่อการลดอัตราการนอนโรงพยาบาลโดยไม่จำเป็น และลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลได้อย่างยั่งยืน

คุณลักษณะของโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

1. นักเรียนมีศักยภาพในการดูแลสุขภาพตนเองตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
2. มีสภาพแวดล้อมที่ดี และเอื้อต่อการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
3. เครือข่ายสุขภาพมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างสุขภาพ

1. เป็นโรงเรียนที่ : นักเรียนมีศักยภาพในการดูแลสุขภาพตนเองตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ได้แก่

1.1 นักเรียนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ

กล่าวคือ นักเรียนมีความสามารถ และทักษะในการเข้าถึงข้อมูล ความรู้ ความเข้าใจ เพื่อวิเคราะห์ แปลความหมาย ประเมินข้อมูลข่าวสาร และบริการทางสุขภาพที่ได้รับการถ่ายทอด และเรียนรู้ จากสิ่งแวดล้อม ซึ่งทำให้เกิดการสนใจให้ตัดสินใจเลือกวิถีทางในการดูแลตนเอง มีการจัดการสุขภาพตนเอง และคงรักษาสุขภาพที่ดีของตนเองไว้เสมอ รวมทั้งชี้แนะเรื่องสุขภาพส่วนบุคคล ครอบครัว และชุมชน เพื่อสุขภาพที่ดี

1.2 นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องตามสุขบัญญัติแห่งชาติ คือ

- สุขบัญญัติข้อ 1 ดูแลรักษาร่างกาย และของใช้ให้สะอาด
- สุขบัญญัติข้อ 2 รักษาฟันให้แข็งแรง และแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง
- สุขบัญญัติข้อ 3 ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหาร และหลังขับถ่าย
- สุขบัญญัติข้อ 4 กินอาหาร สุก สะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสันฉูดฉาด
- สุขบัญญัติข้อ 5 งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ
- สุขบัญญัติข้อ 6 สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น
- สุขบัญญัติข้อ 7 ป้องกันอุบัติเหตุด้วยความไม่ประมาท
- สุขบัญญัติข้อ 8 ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี
- สุขบัญญัติข้อ 9 ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ
- สุขบัญญัติข้อ 10 มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

2. เป็นโรงเรียนฯที่ : มีสภาพแวดล้อมที่ดี และเอื้อต่อการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

2.1 จัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียนทั้งภายในและบริเวณรอบโรงเรียนให้เอื้อต่อการเรียนรู้เรื่องการดูแลสุขภาพและการปฏิบัติตามวัยของนักเรียน

2.2 จัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้และปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ เช่น มีอ่างล้างมือและอุปกรณ์การล้างมือ มีสถานที่แปร่งพื่น สถานที่ออกกำลังกาย ป้ายกฎจราจร ถึงขยะ

2.3 จัดสภาพแวดล้อมให้มีความสะอาดถูกสุขลักษณะ และการห้ามสิ่งที่ไม่ถูกต้องต่างๆ เช่น ห้ามสูบบุหรี่ ห้ามขายอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะตีเส้นทางขึ้น-ลงบันไดไว้ให้เห็นชัดเจน เป็นต้น

3. เป็นโรงเรียนฯที่ : เครือข่ายสุขภาพมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างสุขภาพ

ประชาชน/ผู้นำชุมชน/กลุ่ม/ชมรม/อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)/หน่วยงาน/องค์กรท้องถิ่น มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างและปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

คุณลักษณะที่สำคัญในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ ประกอบด้วย

- 1 • มีคณะทำงานสุขภาพของโรงเรียน
- 2 • มีข้อมูลสุขภาพความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ
- 3 • มีแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ
- 4 • มีกิจกรรมการเรียนรู้ ฝึกทักษะ และจัดสภาพแวดล้อม
- 5 • มีกลุ่มชมรม/แกนนำนักเรียนด้านสุขภาพ
- 6 • มีนักเรียนต้นแบบด้านพฤติกรรมสุขภาพ/นวัตกรรม
- 7 • มีการประเมิน ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ

ประโยชน์ที่ได้รับ จากการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

ระดับบุคคล : นักเรียนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ และมีพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ทำให้สุขภาพดี ลด ภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล

ระดับครอบครัว : มีความรัก ความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ลดต้นทุนในการดูแลสุขภาพ

ระดับชุมชน : เป็นโรงเรียนต้นแบบฯ และเป็นแหล่งเรียนรู้ในการปรับเปลี่ยน/ปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพ ของนักเรียนพัฒนาสู่ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ และตำบลจัดการคุณภาพชีวิต

ส่วนที่ 3

การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ 7 ขั้นตอน

การพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ กองสุขศึกษาได้นำแนวคิดของการที่จะให้ครูและแกนนำนักเรียน เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โดยมุ่งหวังที่จะนำสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ ซึ่งเป็นข้อกำหนดในการดูแลสุขภาพขั้นพื้นฐานที่เด็ก เยาวชน ตลอดจนประชาชนทั่วไปพึงปฏิบัติในชีวิตประจำวันเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคและอันตรายต่อสุขภาพ โดยดำเนินการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพขั้นพื้นฐานภายใต้การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในองค์ประกอบที่ 6 เรื่อง “สุขศึกษาในโรงเรียน” เน้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และฝึกทักษะสุขภาพัญญิตี 10 ประการ เสริมการเรียนรู้ในวิชาสุขศึกษา เพื่อให้เด็กมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องตามแนวทางสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ ได้แก่

- สุขภาพัญญิตีข้อ 1 ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด
- สุขภาพัญญิตีข้อ 2 รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง
- สุขภาพัญญิตีข้อ 3 ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย
- สุขภาพัญญิตีข้อ 4 กินอาหาร สุข สะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสูดฉาด
- สุขภาพัญญิตีข้อ 5 งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ
- สุขภาพัญญิตีข้อ 6 สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น
- สุขภาพัญญิตีข้อ 7 ป้องกันอุบัติเหตุด้วยความไม่ประมาท
- สุขภาพัญญิตีข้อ 8 ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี
- สุขภาพัญญิตีข้อ 9 ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ
- สุขภาพัญญิตีข้อ 10 มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

3.1 การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพบุรีรัมย์แห่งชาติ 7 ขั้นตอน



3.2 ขั้นตอนการดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ

ขั้นตอน 1

สร้างทีมงาน เพื่อกำหนดงานด้านสุขภาพ

- ตั้งคณะกรรมการ/คณะทำงานด้านสุขภาพ โดยการมีส่วนร่วมของภาคส่วนต่างๆ ที่เกี่ยวข้องมีครู แกนนำนักเรียน ด้านสุขภาพ และมีการกำหนดบทบาทหน้าที่
- กำหนดนโยบายสุขบัญญัติเป็นนโยบายของสถานศึกษา ซึ่งเป็นปัจจัยเอื้อสำคัญในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะสร้างเสริมให้นักเรียนมีการเรียนรู้ และมีการปฏิบัติตัวตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
- พัฒนาศักยภาพแกนนำนักเรียนด้านสุขภาพให้เป็น “ยูวอสาสมัครสาธารณสุข” ตามแนวทางของกองสุขศึกษา

ขั้นตอน 2

ศึกษา วิเคราะห์ข้อมูล บริบทของโรงเรียน สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพของนักเรียน โดยการ

- สำรวจข้อมูลความรู้ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) และพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ของนักเรียน โดยใช้แบบสอบถาม แบบสำรวจ หรือการสังเกต เพื่อประเมินพฤติกรรมสุขภาพ และระบุ/บ่งชี้พฤติกรรมที่ควรปรับปรุงหรือส่งเสริม
- สำรวจ สภาพแวดล้อมและปัจจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อการเรียนรู้และเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
- เฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนเพื่อให้ทราบภาวะสุขภาพของนักเรียนในการแก้ไขปัญหาสุขภาพ

ขั้นตอน 3

ดำเนินการวางแผนและออกแบบการจัดกิจกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

- วางแผนและออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องตามสุขบัญญัติแห่งชาติ โดยให้มีความสอดคล้องกับพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยที่เป็นสาเหตุของพฤติกรรม
- การจัดหาทรัพยากรและสิ่งสนับสนุนสำหรับการดำเนินงาน

ขั้นตอน 4

จัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

- จัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติตามแผนอย่างสม่ำเสมอ
- จัดกิจกรรมและใช้สื่อการเรียนรู้ที่หลากหลายเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย เช่น มุมความรู้/ศูนย์สื่อสุขภาพ ป้ายนิทรรศการ/ป้ายประชาสัมพันธ์ จัดรายการสารคดี สื่อสารผ่านหอกระจายข่าว เสียงตามสายโรงเรียน เป็นต้น
- จัดกิจกรรมเรียนรู้ทั้งในและเสริมหลักสูตร
 - * จัดกิจกรรมเรียนรู้ในหลักสูตร เช่น สอดแทรกเนื้อหาสุขบัญญัติในการเรียนการสอนปกติ ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา การจัดการเรียนรู้โดยการบูรณาการข้ามกลุ่มสาระ
 - * การเรียนการสอนเสริมหลักสูตร เช่น เป็นวิชาเสริมในชั่วโมงเรียนพิเศษหรือชั่วโมง กิจกรรมของโรงเรียน การให้นักเรียนได้ปฏิบัติตนด้านสุขภาพ ได้ทำพฤติกรรมซ้ำๆ อย่างสม่ำเสมอ การเผยแพร่ความรู้ผ่านสื่อในโรงเรียน การจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน และการจัดทำกิจกรรมพิเศษ/กิจกรรมรณรงค์เนื่องในวันสุขบัญญัติแห่งชาติ เป็นต้น

ตัวอย่าง กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ

องค์ประกอบ	วัตถุประสงค์	กิจกรรม
1. การเข้าถึง (หมายถึง ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ)	เพื่อสร้างโอกาสให้เด็กได้รับรู้ข้อมูลข่าวสาร/ความรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวขั้นพื้นฐานอย่างเหมาะสม	1) มีศูนย์การเรียนรู้ด้านสุขภาพสำหรับเด็กและเยาวชน เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้และเป็นสถานที่ในการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ โดยมีกิจกรรมกระตุ้น/ส่งเสริมให้เด็กมาใช้บริการของศูนย์การเรียนรู้ด้านสุขภาพ 2) หาช่องทางการสื่อสาร เผยแพร่ความรู้ที่เข้าถึงได้ง่าย พร้อมบริการตลอดเวลา เช่น การค้นหาทางอินเทอร์เน็ต 3) จัดสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการเรียนรู้ด้านสุขภาพ
2. การเข้าใจ (หมายถึง มีความรู้ความเข้าใจข้อมูลสุขภาพ เป็นความสามารถในการเรียนรู้และจดจำประเด็นสำคัญของข้อมูลสุขภาพที่จะนำไปปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพดี)	1. เพื่อให้เด็กมีความรู้และความเข้าใจอย่างถูกต้องในการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ 2. เพื่อสร้างโอกาสให้เด็กได้พูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	1) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ ในหลักสูตรคือการสอนเนื้อหาสุขบัญญัติ 10 ประการ ในการเรียนการสอนปกติของกลุ่มการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และการสอนสอดแทรกในวิชาต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง 2) จัดกิจกรรมการเรียนรู้เสริมหลักสูตรเป็นวิชาเสริมในชั่วโมงเรียนพิเศษหรือชั่วโมงกิจกรรมของโรงเรียน เช่น การเล่านิทาน การสาธิต การแสดงละคร เป็นต้น 3) ฝึกให้นักเรียนมีการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเป็นประจำ เช่น การออกกำลังกายหน้าเสาธงตอนเช้า

องค์ประกอบ	วัตถุประสงค์	กิจกรรม
		<p>การให้นักเรียนแปรงฟันหลังอาหารกลางวันให้ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร โดยให้มีการปฏิบัติทุกวันซึ่งจะเป็นการปลูกฝังให้มีการปฏิบัติจนติดเป็นนิสัย</p> <p>4) เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามเพื่อสร้างความรู้และความเข้าใจในการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>
<p>3. การตัดสินใจ (หมายถึง มีความสามารถในการตัดสินใจ ด้านสุขภาพ โดยสามารถกำหนดทางเลือกและปฏิเสธ/หลีกเลี่ยงวิธีการปฏิบัติเพื่อให้มีสุขภาพดี)</p>	<p>เพื่อให้เด็กสามารถตัดสินใจในการดูแลสุขภาพตนเองโดยสามารถกำหนดทางเลือกและปฏิเสธ/หลีกเลี่ยงวิธีการปฏิบัติเพื่อให้มีสุขภาพดี</p>	<p>1) ส่งเสริมให้นักเรียนกำหนดทางเลือกที่เหมาะสมสำหรับตนเองได้</p> <p>2) ส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะในการปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงวิธีการปฏิบัติที่เสี่ยงต่อสุขภาพ</p> <p>3) ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์หรือเปรียบเทียบข้อดี-ข้อเสียด้านสุขภาพเพื่อนำมาใช้ในการดูแลสุขภาพตนเอง</p>
<p>4. การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (หมายถึง การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เป็นความสามารถในการกำหนดเป้าหมาย และวางแผนในการปฏิบัติตน เพื่อให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง และจัดการสุขภาพตนเองได้)</p>	<p>เพื่อให้เด็กมีการวางแผนและกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>	<p>1) ส่งเสริมชมรม/กลุ่มในโรงเรียน นำข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านสุขภาพเข้าไปอยู่ในกิจกรรมของชมรม/กลุ่มเพื่อให้มีการปรึกษาหารือ ช่วยเหลือกันในการดูแลสุขภาพร่วมกัน</p> <p>2) จัดโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อเด็กได้ฝึกปฏิบัติตนเอง เป็นการเพิ่มทักษะและความคิดในการดูแลสุขภาพของตนเอง เช่น โปรแกรมลดพุง โปรแกรมออกกำลังกาย เป็นต้น</p> <p>3) การทำโครงการด้านส่งเสริมสุขภาพที่เกี่ยวข้อง โดยอาจจะจัดทำเป็นโครงการส่งเสริมสุขภาพโครงการเดียว โดยมีกิจกรรมต่างๆ ตามประเด็นสุขบัญญัติหรือจัดทำเป็นโครงการเดียว แยกตามประเด็นสุขบัญญัติแต่ละข้อ</p>

ขั้นตอน 5

จัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียน

- จัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียนทั้งภายในและบริเวณรอบโรงเรียนให้เอื้อต่อการเรียนรู้เรื่องการดูแลสุขภาพและการปฏิบัติตามวัยของนักเรียน
- จัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้และปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ เช่น มีอ่างล้างมือและอุปกรณ์การล้างมือ มีสถานที่แปรงฟัน สถานที่ออกกำลังกาย ป้ายกฎจราจร ถึงขยะ
- จัดสภาพแวดล้อมให้มีความสะอาดถูกสุขลักษณะ และการห้ามสิ่งที่ไม่ถูกต้องต่างๆ เช่น ห้ามสูบบุหรี่ ห้ามขายอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะตีเส้นทางขึ้น-ลงบันไดไว้ให้เห็นชัดเจน เป็นต้น

ขั้นตอน 6

ประเมินผลและปรับปรุงการดำเนินงาน

- การประเมินระดับการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ ในโปรแกรม Health Gate
- การประเมินผลความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพตามแนวทางสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ HL&HB ใน Google forms
- การประเมินสถานะสุขภาพ ได้แก่ นน. รอบเอว BMI เป็นต้น
- นำผลการประเมินมาปรับปรุงแผนหรือกิจกรรมการดำเนินงาน

ขั้นตอน 7

ขยายสู่ครอบครัวและชุมชนเรียนรู้

- เผยแพร่สุขภาพัญญิตีไปสู่ผู้ปกครองและชุมชนให้มีความเข้าใจและเห็นความสำคัญในการดูแลสุขภาพ โดยมีกิจกรรมต่าง ๆ เช่น ประชุมชี้แจงผู้ปกครองตามโอกาสที่เหมาะสม จัดทำหนังสือ หรือเอกสารเผยแพร่เพื่อขอความร่วมมือไปยังผู้ปกครอง
- เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารจากโรงเรียนไปสู่บ้าน
- จัดให้ครู/อาจารย์กับผู้ปกครอง ได้มีโอกาสพบปะซึ่งกันและกันตามโอกาสอำนวย เป็นต้น
- ขอความร่วมมือไปยังครอบครัวให้มีการสนับสนุนหรืออำนวยความสะดวกให้บุตรหลานปฏิบัติในเรื่องสุขภาพัญญิตีจนเป็นนิสัย รวมทั้งมีการจัดสภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกต่อการปฏิบัติตามสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ

ส่วนที่ 4

แนวทางการดำเนินงานสุขศึกษาโรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ

การดำเนินงานเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียน รวมทั้งการพัฒนาเครือข่ายของกลุ่มบุคคล และองค์กรต่างๆ ที่ดำเนินการด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชน ได้แก่ ภาครัฐ (รพ.สต. เกษตร/พัฒนาชุมชน อปท. โรงเรียน กศน.) ภาคประชาชน (อสม./แกนนำสุขภาพ/ชมรม/กลุ่ม/กองทุนหมู่บ้าน) กลุ่มแกนนำทางสังคม (วัด/ปราชญ์ชาวบ้าน) เพื่อให้เด็กนักเรียนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องตามสุขบัญญัติแห่งชาติบนพื้นฐานการมีส่วนร่วม และปัจจัยแวดล้อมที่เหมาะสม มีดังนี้

4.1 แนวทางการดำเนินงานสุขศึกษา

ขั้นตอนที่ 1 สร้างทีมงานในโรงเรียน โดยพัฒนาศักยภาพครูพี่เลี้ยงและแกนนำนักเรียนให้เป็น “ยุวอสม.” ตามแนวทางที่กำหนด

ขั้นตอนที่ 2 โรงเรียนศึกษาข้อมูลสถานการณ์ด้านสุขศึกษา โดยการประเมินตนเองก่อนดำเนินการประกอบด้วย

2.1 ประเมินการพัฒนากระบวนการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ (ประเมินตนเองตามโปรแกรม Health Gate ในเว็บไซต์ กองสุขศึกษา)

2.2 ประเมินข้อมูลสถานการณ์ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ และปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยง ที่เป็นปัญหาสำคัญของนักเรียน (โปรแกรมประเมิน HL&HB บน Google Forms)

ขั้นตอนที่ 3 วางแผนและพัฒนาโรงเรียนตามแนวทางพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ 7 ขั้นตอน โดยมีการจัดกิจกรรมสุขศึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพของนักเรียนหรือพฤติกรรมตามสุขบัญญัติที่เป็นปัญหาเสี่ยงต่อสุขภาพ

ขั้นตอนที่ 4 ประเมินผลการดำเนินงานพัฒนาหลังดำเนินการ (ใช้เครื่องมือของกองสุขศึกษา) ทั้ง 2 ด้านคือ

4.1 กระบวนการตามเกณฑ์พัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติฯ โดยมีเป้าหมายทุกแห่งผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ระดับดีมากขึ้นไป และยกระดับเป็นระดับดีเยี่ยม เพื่อร่วมพัฒนาสู่ต้นแบบชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพและตำบลจัดการคุณภาพชีวิต

4.2 ผลลัพธ์ : ประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพในนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย โดยนักเรียนกลุ่มเป้าหมายมีศักยภาพในการจัดการสุขภาพตนเอง มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ และมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในระดับพอใช้ขึ้นไป ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

4.2 การประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ

การดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้กระบวนการ “โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ” จำเป็นต้องมีการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติก่อนและหลังดำเนินการเพื่อเปรียบเทียบกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมที่ถูกต้องเป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้นหรือไม่ ซึ่งจะแสดงให้เห็นถึงความสำเร็จของการดำเนินงานสุขศึกษาพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในโรงเรียน

กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพจึงได้สร้างและพัฒนาเครื่องมือวัดระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ เพื่อให้เจ้าหน้าที่ใช้ในการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนวัยเรียน โดยมีขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

1. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จัดประชุมชี้แจงการเก็บข้อมูล โดยแบ่งหน้าที่ให้ครูที่รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียนที่มีทักษะด้านเทคโนโลยีในแต่ละโรงเรียน เชิญชวนให้กลุ่มเป้าหมายวัยเรียนในโรงเรียนตอบแบบสอบถาม จำนวน 40 คน โดยเครื่องมือ/โปรแกรมการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ นี้ มี 4 ตอน จำนวน 40 ข้อ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบ จำนวน 4 ข้อ เป็นแบบตัวเลือก

ตอนที่ 2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ จำนวน 16 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วน

ประเมินค่า 5 ระดับที่วัดความยากง่ายของการกระทำ ตั้งแต่ระดับไม่เคยทำจนถึงระดับทำได้ง่ายมาก

ตอนที่ 3 พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ จำนวน 15 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วน ประเมินค่า 5 ระดับวัดความถี่ของการปฏิบัติต่อสัปดาห์ ตั้งแต่ระดับไม่เคยปฏิบัติจนถึงระดับปฏิบัติทุกวัน

ตอนที่ 4 การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (แกนนำนักเรียนหรือยุว อสม.) จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับที่วัดความถี่ของการกระทำตั้งแต่ไม่เคยปฏิบัติจนถึงปฏิบัติทุกครั้ง

ซึ่งสามารถดูเครื่องมือประเมินหรือดาวน์โหลดได้ที่เว็บไซต์กองสุขศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือก “เครื่องมือและแนวทางการประเมิน HL”

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล อาจแยกได้เป็น 2 กรณี คือ

2.1. กรณี Online ผ่าน Google Forms (รายละเอียดตามภาคผนวก ข)

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สามารถเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติส่งให้กลุ่มเป้าหมาย/นักเรียนตอบแบบประเมินผ่านทางช่องทาง Google Forms โดยคอมพิวเตอร์หรือมือถือได้เลย และยังสามารถส่งไปให้กลุ่มเป้าหมายรายอื่นตอบเพิ่มเติมโดย “คัดลอกลิงก์ Google Forms” เพื่อส่งให้ตอบแบบประเมินทางไลน์ต่อได้เช่นกัน

2.2 กรณี Onsite ไม่ได้ประเมินผ่าน Google Forms (รายละเอียดตามภาคผนวก ข)

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลโดยดาวน์โหลดเอกสารดังต่อไปนี้

2.2.1 แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ได้ที่เว็บไซต์กองสุขศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือก “เครื่องมือและแนวทางการประเมิน HL”

2.2.2 คู่มือรหัสบันทึกข้อมูล (กรณีไม่ได้ใช้ Google Forms) เพื่อนำไปเก็บข้อมูลและนำมาวิเคราะห์ผลผ่านโปรแกรม Excel ได้ (โปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ)

3. การแสดงผลการประเมิน HL&HB ในภาพรวม มี 2 แนวทาง ดังนี้

3.1 กรณี Online ผ่าน Google Forms (รายละเอียดตามภาคผนวก ข)

รพ.สต. สามารถนำผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ โดยเลือกพื้นที่ของท่านและนำไปวิเคราะห์ต่อด้วยโปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพซึ่งเป็นไฟล์ Excel ที่กองสุขศึกษาจัดเตรียมไว้ให้เพื่อดูผลการประเมิน

3.2 กรณี Onsite พื้นที่ที่ไม่ได้ประเมินผ่าน Google Forms (รายละเอียดตามภาคผนวก ข)

รพ.สต. สามารถดูผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพได้จากโปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพซึ่งเป็นไฟล์ Excel ที่กองสุขศึกษาจัดเตรียมไว้สำหรับเครือข่ายเพื่อใช้ในการดำเนินงานในพื้นที่

การแสดงผลการประเมินความรอบรู้และพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนวัยเรียน

รพ.สต. สามารถใช้เครื่องมือประเมิน HLHB ชุดเดิมทั้งก่อนและหลังดำเนินการ โดยการเก็บข้อมูลในครั้งที่ 1 เพื่อดูผล HL&HB ที่มีความเสี่ยงต้องดำเนินการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาให้ดีขึ้น สำหรับในครั้งที่ 2 เพื่อดูผล HL&HB เปรียบเทียบกับครั้งที่ 1 มีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้นหรือไม่ โดยดูได้จาก

คอลัมน์ w7 ร้อยละของประชาชนวัยเรียนที่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในระดับดีขึ้นไป

คอลัมน์ y7 ร้อยละของประชาชนวัยเรียนที่มีพฤติกรรมสุขภาพ ในระดับดีขึ้นไป

4.3 บทบาทหน้าที่ขององค์กรหรือภาคีเครือข่ายในชุมชน/โรงเรียนกับการดำเนินงานปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน

องค์กร/ภาคี		บทบาท/หน้าที่	กิจกรรม/การดำเนินงาน
1. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	อบต.	1. พัฒนาข้อตกลงหรือนโยบายสาธารณะของพื้นที่	1. ร่วมค้นหาปัญหา ร่วมกันแก้ไขปัญหา ออกแบบกิจกรรมดูแลสุขภาพ 2. ร่วมเวทีเรียนรู้ข้อมูล การวางแผนการทำงานในเวทีประชาคม
		2. แผนพัฒนาสุขภาพตำบล	1. สนับสนุนงบประมาณในการดำเนินงาน
		3. สนับสนุนการทำงาน	1. สนับสนุนวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องมือ
2. องค์กรชุมชน	อสม.	1. ค้นหาและใช้ข้อมูล/ศึกษาชุมชน/โรงเรียน	1. ร่วมศึกษาข้อมูลสภาพปัญหาและความต้องการของนักเรียน 2. ร่วมค้นหา ทำแผนที่กลุ่มผู้ป่วยแต่ละกลุ่ม ผู้ดูแล ผู้เกี่ยวข้อง เครือข่ายเชื่อมโยงการดูแลสุขภาพชุมชน 3. ร่วมแสดงความคิดเห็นในเวทีต่างๆ เช่น เวทีประชาคม เวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เวทีสรุปทบทเรียน
		2. ดูแลสุขภาพ	1. ร่วมให้บริการตรวจรักษาและตรวจคัดกรองประชากร/นักเรียน กลุ่มเสี่ยง 2. เผื่อระวังอาการผิดปกติในผู้ป่วยและนักเรียนกลุ่มเสี่ยงด้วยโรคอุบัติใหม่
		3. ประสานงาน	1. ประสานความร่วมมือและส่งต่อ
		4. ข้อตกลงหรือนโยบายสาธารณะของพื้นที่	1. ร่วมผลักดันและพัฒนาข้อตกลงหรือนโยบายสาธารณะของพื้นที่
	ผู้ดูแล/ญาติ	1. ดูแลช่วยเหลือ	1. ให้การดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและนักเรียนที่เป็นกลุ่มเสี่ยง 2. เผื่อระวังติดตามเยี่ยมผู้ป่วย/ค้นหากลุ่มเสี่ยงรายใหม่ 3. ช่วยเหลือ จนท.ในการให้บริการในคลินิกและจัดกิจกรรมในชุมชน 4. ร่วมรับรู้ปัญหาและแนวทางในการแก้ปัญหา
	อาสาสมัครอื่นๆ/แกนนำ	1. ค้นหาและใช้ข้อมูล/ศึกษาชุมชน	1. สำรวจ ค้นหา คัดกรองผู้ป่วย/นักเรียน กลุ่มเสี่ยง 2. จัดทำแผนที่ผู้ป่วย/นักเรียน กลุ่มเสี่ยง ผู้ดูแล แกนนำเครือข่าย
	3. หน่วยงานสุขภาพในพื้นที่	รพ.สต./รพ.	1. ค้นหาและใช้ข้อมูล/ศึกษาชุมชน
2. ดูแลสุขภาพ			1. ให้บริการตรวจรักษาและตรวจคัดกรองประชาชน/นักเรียนที่เป็นกลุ่มเสี่ยง 2. เผื่อระวังอาการผิดปกติในผู้ป่วยและ/นักเรียน ที่เป็นกลุ่มเสี่ยง 3. พัฒนาระบบการส่งต่อระหว่างชุมชนและสถานบริการ

องค์กร/ภาคี		บทบาท/หน้าที่	กิจกรรม/การดำเนินงาน
			4. จัดทำค่ายเบาหวานเน้นเรื่องอาหาร และการออกกำลังกาย
		3. ประสานงาน	1. ประสานความร่วมมือและส่งต่อผู้ป่วย/นักเรียน ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงที่มีปัญหา 2. สนับสนุนการทำงานของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเช่น ยานพาหนะ
		4. วิชาการ	1. สนับสนุนวิชาการในการพัฒนาศักยภาพของภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องในการดูแลผู้ป่วย/นักเรียน ที่เป็นกลุ่มเสี่ยง 2. เป็นวิทยากร/ผู้สนับสนุนการพัฒนาศักยภาพชุมชน 3. จัดกิจกรรมการจัดการความรู้เพื่อหาแนวทางการป้องกันโรค 4. อบรมพัฒนาความรู้และทักษะการจัดการโรคให้กับครู แกนนำนักเรียน เจ้าหน้าที่ PCU
		5. พี่เลี้ยงสนับสนุนการทำงาน	1. เป็นพี่เลี้ยงให้คำปรึกษาให้กับเครือข่าย 2. ติดตามเยี่ยมบ้านอาสาสมัครกลุ่มเสี่ยง/นักเรียน และครอบครัว เพื่อให้คำแนะนำและให้ความรู้
		6. สนับสนุนข้อตกลงพื้นที่	1. ร่วมผลักดันและพัฒนาข้อตกลงหรือนโยบายสาธารณะของพื้นที่ในการดูแลผู้ป่วย/นักเรียนที่เป็นกลุ่มเสี่ยง

ส่วนที่ 5

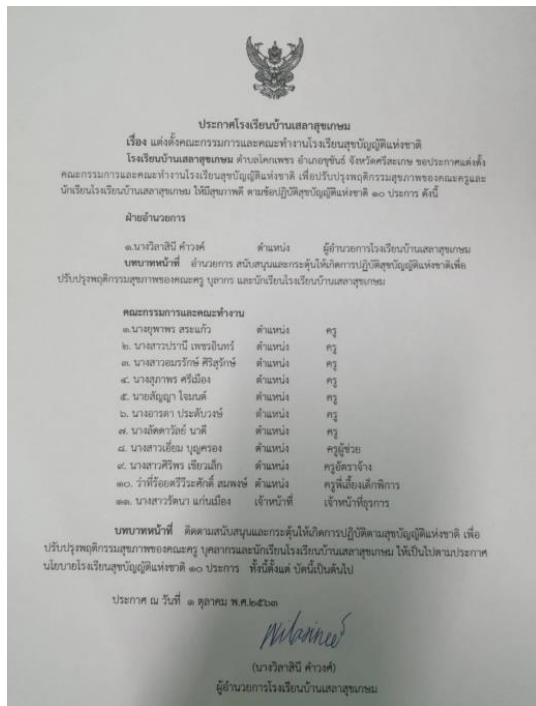
เอกสาร/หลักฐานการดำเนินงาน “โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ”

5.1 ตัวอย่างการแนบเอกสารและหลักฐานการประเมินในโปรแกรม Health Gate จำนวน 13 ข้อ มีดังนี้

1. มินนโยบายเรื่องสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ
ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน



2. มีคณะกรรมการ/คณะทำงาน
ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน



3. มีข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ ของวัยเรียน	รอบที่ 1/64		รอบที่ 2/64	
	คะแนนเฉลี่ยรายข้อ	ระดับ HL	คะแนนเฉลี่ยรายข้อ	ระดับ HL
ข้อ 1	3.00		4.28	
ข้อ 2	2.80		4.35	
ข้อ 3	3.59		4.49	
ข้อ 4	2.63		4.13	
ข้อ 5	3.62		4.44	
ข้อ 6	3.04		4.21	
ข้อ 7	3.15		4.49	
ข้อ 8	3.04		4.14	
ข้อ 9	3.68		4.50	
ข้อ 10	3.84		4.27	
คะแนนรวมเฉลี่ย	ร้อยละจากคะแนนเต็ม 32.58	พอใช้ 65.16	ร้อยละจากคะแนนเต็ม 43.28	ดีมาก 86.56

พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติ แห่งชาติของวัยเรียน	รอบที่ 1/64		รอบที่ 2/64	
	คะแนนเฉลี่ยรายข้อ	ระดับ HL	คะแนนเฉลี่ยรายข้อ	ระดับ HL
ข้อ 1	4.01		4.54	
ข้อ 2	4.10		4.81	
ข้อ 3	3.80		4.85	
ข้อ 4	3.51		4.51	
ข้อ 5	3.41		2.99	
ข้อ 6	3.10		2.81	
ข้อ 7	3.20		2.90	
ข้อ 8	3.06		3.37	
ข้อ 9	3.96		4.50	
ข้อ 10	3.80		4.01	
ข้อ 11	4.01		4.28	
ข้อ 12	3.19		4.17	
ข้อ 13	3.38		3.56	
ข้อ 14	3.14		4.79	
ข้อ 15	3.43		4.45	
คะแนนรวมเฉลี่ย	ร้อยละจากคะแนนเต็ม 53.10	ดี 70.80	ร้อยละจากคะแนนเต็ม 43.28	ดีมาก 80.72

4. มีแผนงาน/โครงการ การสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

4.โรงเรียนมีแผนงานโครงการ การสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ แผนงานโครงการการสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ปีการศึกษา ๒๕๖๓ โรงเรียนบ้านเสลาสุขเกษม						
กิจกรรมเพื่อสร้างเสริมและปลูกฝัง พฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	เป้าหมาย	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	งบประมาณ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๑) ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด ๒) รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวัน อย่างถูกต้อง ๓) ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลัง การขับถ่าย ๔) กินอาหารสุกสะอาด ปราศจากสาร อันตรายและหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีฉูดฉาด	อบรมให้ ความรู้แก่นักเรียนและ ฝึกปฏิบัติ อย่างถูกต้อง	เพื่อให้นักเรียนมี ความรู้ตามสุขบัญญัติ แห่งชาติ เพื่อติดตามและกระตุ้น ให้เกิดการปฏิบัติตาม สุขบัญญัติแห่งชาติ	นักเรียนสามารถ ปฏิบัติตามสุขบัญญัติ แห่งชาติได้อย่าง ถูกต้อง	ไม่ใช่ งบประมาณ	นางวิลาสินี คำ วงศ์ คณะครูและ คณะกรรมการ นักเรียน	เดือนตุลาคม ถึงมกราคม
๕) งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และ การสำส่อนทางเพศ ๖) สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น ๗) ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท	อบรมให้ ความรู้แก่นักเรียนและ ฝึกปฏิบัติ อย่างถูกต้อง	เพื่อติดตามและกระตุ้น ให้เกิดการปฏิบัติตาม สุขบัญญัติแห่งชาติ	นักเรียนสามารถ ปฏิบัติตามสุขบัญญัติ แห่งชาติได้อย่าง ถูกต้อง	ไม่ใช่ งบประมาณ	คณะครูและ คณะกรรมการ นักเรียน	เดือนตุลาคม ถึงมกราคม
๘) ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพ ประจำปี ๙) ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ ๑๐) มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม	อบรมให้ ความรู้แก่นักเรียนและ ฝึกปฏิบัติ อย่างถูกต้อง	เพื่อติดตามและกระตุ้น ให้เกิดการปฏิบัติตาม สุขบัญญัติแห่งชาติ	นักเรียนสามารถ ปฏิบัติตามสุขบัญญัติ แห่งชาติได้อย่าง ถูกต้อง	ไม่ใช่ งบประมาณ	คณะครูและ คณะกรรมการ นักเรียน	เดือนตุลาคม ถึงมกราคม

5. มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนงาน/โครงการ
ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

เด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านเสลาสุขเกษม ใส่เสื้อผ้าที่สะอาด สะอาด ไม่อับชื้น และให้อบอุ่นเพียงพอ



มีการตรวจเล็บมือโดยครูอนามัยโรงเรียนเป็นประจำ และให้หัวหน้าห้องแต่ละห้องช่วยตรวจ
เล็บมือก่อนเข้าเรียนทุกวัน



นักเรียนโรงเรียนบ้านเสลาสุขเกษม ได้ดำเนินการแปรงฟันทุกวันจันทร์ - วันศุกร์
หลังเวลารับประทานอาหารกลางวัน



6. มีการจัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียนที่เอื้อต่อการสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

๖. โรงเรียนมีการจัดสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนที่เอื้อต่อการสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

แผนงานการจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ปีการศึกษา ๒๕๖๓ โรงเรียนบ้านเสลาสุขเกษม

แผนงานการจัดสิ่งแวดล้อม	เป้าหมายเพื่อให้นักเรียน	งบประมาณ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๑) มีห้องน้ำห้องส้วมที่สะอาด มีน้ำใช้ไม่มีลูกน้ำยุงลาย ๒) มีสถานที่สำหรับล้างมือก่อนเข้าโรงเรียนก่อนเข้าห้องเรียน ก่อนกินอาหารและหลังการขับถ่าย ๓.) มีสถานที่สำหรับการแปรงฟันหลังอาหาร ๔) มีโรงอาหารที่สะอาดเหมาะสมและมีแม่ครัวที่รักษาความสะอาด ปราศจากสารอันตรายและหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีจัดฉูด	๑) ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด ๒) รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง ๓) ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังการขับถ่าย ๔) กินอาหารสุกสะอาด ปราศจากสารอันตรายและหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีจัดฉูด	ไม่ใช้งบประมาณ	นางวิลาสินี ค่างวงศ์ คณะครูและคณะกรรมการนักเรียน	เดือนตุลาคม ถึงมกราคม
๕) โรงเรียนประกาศเป็นเขตงดบุหรี่ยุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ ๖) สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น ๗) ส่งเสริมการใช้หมวกกันน็อกในสถานศึกษา	๕) งดบุหรี่ยุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ ๖) สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น ๗) ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท	ไม่ใช้งบประมาณ	คณะครูและคณะกรรมการนักเรียน	เดือนตุลาคม ถึงมกราคม
๘) มีสถานที่สำหรับการออกกำลังกายเพียงพอเหมาะสม ๙) ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ ๑๐) นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในการทำความสะอาดห้องเรียนและสถานที่ส่วนรวม	๘) ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี ๙) ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ ๑๐) มีส่วนร่วมต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม	ไม่ใช้งบประมาณ	คณะครูและคณะกรรมการนักเรียน	เดือนตุลาคม ถึงมกราคม

7. มีกลุ่มชมรมหรือแกนนำนักเรียนด้านสุขภาพ ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

รายชื่อผู้ที่ผ่านการคัดเลือกให้เป็นยุวอาสาสมัคร

รหัส ยุวอาสาสมัคร	เขต	จังหวัด	ชื่อโรงเรียน	รหัสโรงเรียน	ชื่อ	นามสกุล
10335302626314	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	วิษณุพัชร	นรสิงห์
10335302626313	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	สุภัทรมหา	ศรีชัยวุฒิไกร
10335302626312	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	แก้วดา	ราชธานี
10335302626311	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	ฉันทิพร	บุษยาธรรม
10335302626310	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	เอ็นชวิญญ์	ฉันทิพร
10335302626309	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	สิงขรณ์	ศรีคำม่วน
10335302626308	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	กฤษณีย์	กฤษณีย์
10335302626307	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	ณวัฒน์	ไวโยทัย
10335302626306	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	รุศิกัญญา	วิเชียร
10335302626305	10	ศรีสะเกษ	บ้านเสลาสุขเกษม	1033530262	กัญญาภัค	ชื่นใจเรียม

8. นักเรียนต้นแบบด้านพฤติกรรมสุขภาพ

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

แบบทบทวนนักเรียนต้นแบบของแต่ละคน ทำกิจกรรม ดังนี้

๑. เด็กหญิงวิชญาพร นรสิงห์



แบบทบทวนนักเรียนต้นแบบ ทำกิจกรรม ดังนี้

๑. เด็กหญิงวิชญาพร นรสิงห์
เป็นนักเรียนที่เป็นต้นแบบในการดูแลรักษาร่างกาย และของใช้สะอาด นำนักเรียนโรงเรียนบ้านเสลาสุขเกษมทำความสะอาดร่างกายโดยการเช็ดนักเรียนทุกคนว่าอาบน้ำโรงเรียนทุกวัน เป็นคนสวมใส่เสื้อดำ ถุงเท้า รองเท้าที่สะอาด รู้จักรักษาความสะอาดสิ่งของเครื่องใช้ส่วนตัว และไม่ใช้ร่วมกับคนอื่น

๒. เด็กหญิงแก้วตา ราชธานี



แบบทบทวนนักเรียนต้นแบบ ทำกิจกรรม ดังนี้

เด็กหญิงแก้วตา ราชธานี
เป็นนักเรียนที่เป็นต้นแบบในการดูแลรักษาฟัน นำนักเรียนโรงเรียนบ้านเสลาสุขเกษม แปรงฟันทุกวันหลังจากรับประทานอาหารกลางวัน เป็นตัวอย่างในการชอบกินผัก ผลไม้ จะไม่กินลูกอม ทอฟฟี่ ขนมหวาน ขนมกรุบกรอบ กินของจุบจิบ หมั่นตรวจฟันเป็นประจำ และจะตรวจฟันให้ทัน

9. มีและใช้นวัตกรรมที่ส่งผลต่อการสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

โครงการ To BE NUMBER




ส่งเสริมให้นักเรียนได้กล้าแสดงออก มีความเป็นผู้นำ นักเรียนรักที่จะออกกำลังกายเล่นกีฬา รวมทั้งตระหนักถึงโทษและห่างไกลยาเสพติด

นวัตกรรมน่ายำก้าจัดเหา



10. ร้อยละ 75 ของนักเรียนกลุ่มเป้าหมายมีความรอบรู้ด้านสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป
หรือมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นจากเดิม
ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

สรุปผลการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ		ดำเนินการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ												ความรู้ด้านสุขภาพ		พฤติกรรมสุขภาพ				
ลำดับกิจกรรม	คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม	ผลรวม	ร้อยละ	ระดับความรู้	จำนวนและร้อยละของผู้นอบน้อมประเมิน								จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ				
					จำนวนตามเกณฑ์การตัดสิน				ร้อยละ								จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
					ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี	ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี								
1. ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ	8,6275	8,39	4,6	4,33	6,3836	87,68	ดีมาก	365	91,25	17	4,25	7	1,75	11	2,75	380	95,00	337	86,25	
2. ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ	4,38	4,39	4,31	4,29	4,306	86,81	ดีมาก	342	90,50	20	5,00	8	2,00	10	2,50	สรุปประชากรที่มีผลการประเมินการดูแลสุขภาพตนเอง (ดี 16, และ 18) ตามเกณฑ์ที่กำหนด (ข้อ 2 ตาม)				
3. ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ	4,30	4,28	4,25	4,29	4,28	85,56	ดีมาก	348	87,00	20	5,00	19	4,75	13	3,25	จำนวน	ร้อยละ			
4. ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ	4,42	4,41	4,3	4,27	4,349	86,99	ดีมาก	355	88,75	29	7,25	9	2,25	7	1,75	334	ร้อยละ		83,5	
สรุปผลคะแนนรวมรายข้อคำถาม					4,34	86,76	ดีมาก	337	84,25	43	10,75	11	2,75	8	2,00					
สรุปผลคะแนนรวมพฤติกรรมสุขภาพ					4,20	84,03	ดีมาก	288	88,50	71	17,75	50	12,50	13	3,25					
คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม		ข้อที่ 1	ข้อที่ 2	ข้อที่ 3	ข้อที่ 4	ข้อที่ 5	ข้อที่ 6	ข้อที่ 7												
พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ		4,73	4,66	4,39	4,60	3,52	3,63	3,57												
		ข้อที่ 8	ข้อที่ 9	ข้อที่ 10	ข้อที่ 11	ข้อที่ 12	ข้อที่ 13	ข้อที่ 14												
		4,01	4,65	4,88	4,81	4,03	3,34	4,77												
		ข้อที่ 15																		
		4,26																		
สรุปกิจกรรมโดยรวม		2,8144	2,89	2,72	2,77	2,71	2,74	81,38	ดีมาก	328	84,02	0	0,00	48	11,88	4	1,03			

11. ร้อยละ 75 ของนักเรียนกลุ่มเป้าหมายมีพฤติกรรมสุขภาพตาม สุขบัญญัติแห่งชาติตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป
หรือมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นจากเดิม
ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

สรุปผลการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ		ดำเนินการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ												ความรู้ด้านสุขภาพ		พฤติกรรมสุขภาพ				
ลำดับกิจกรรม	คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม	ผลรวม	ร้อยละ	ระดับความรู้	จำนวนและร้อยละของผู้นอบน้อมประเมิน								จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ				
					จำนวนตามเกณฑ์การตัดสิน				ร้อยละ								จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
					ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี	ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี								
1. ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ	8,6275	8,39	4,6	4,33	6,3836	87,68	ดีมาก	365	91,25	17	4,25	7	1,75	11	2,75	380	95,00	337	86,25	
2. ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ	4,38	4,39	4,31	4,29	4,306	86,81	ดีมาก	342	90,50	20	5,00	8	2,00	10	2,50	สรุปประชากรที่มีผลการประเมินการดูแลสุขภาพตนเอง (ดี 16, และ 18) ตามเกณฑ์ที่กำหนด (ข้อ 2 ตาม)				
3. ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ	4,30	4,28	4,25	4,29	4,28	85,56	ดีมาก	348	87,00	20	5,00	19	4,75	13	3,25	จำนวน	ร้อยละ			
4. ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ	4,42	4,41	4,3	4,27	4,349	86,99	ดีมาก	355	88,75	29	7,25	9	2,25	7	1,75	334	ร้อยละ		83,5	
สรุปผลคะแนนรวมรายข้อคำถาม					4,34	86,76	ดีมาก	337	84,25	43	10,75	11	2,75	8	2,00					
สรุปผลคะแนนรวมพฤติกรรมสุขภาพ					4,20	84,03	ดีมาก	288	88,50	71	17,75	50	12,50	13	3,25					
คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม		ข้อที่ 1	ข้อที่ 2	ข้อที่ 3	ข้อที่ 4	ข้อที่ 5	ข้อที่ 6	ข้อที่ 7												
พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ		4,73	4,66	4,39	4,60	3,52	3,63	3,57												
		ข้อที่ 8	ข้อที่ 9	ข้อที่ 10	ข้อที่ 11	ข้อที่ 12	ข้อที่ 13	ข้อที่ 14												
		4,01	4,65	4,88	4,81	4,03	3,34	4,77												
		ข้อที่ 15																		
		4,26																		
สรุปกิจกรรมโดยรวม		2,8144	2,89	2,72	2,77	2,71	2,74	81,38	ดีมาก	328	84,02	0	0,00	48	11,88	4	1,03			

12. นักเรียนมีสภาวะสุขภาพดีขึ้น เช่น น้ำหนัก ส่วนสูง ตามเกณฑ์และอนามัยส่วนบุคคล
ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

ลำดับ	สภาวะสุขภาพ	ผลการประเมิน		
		ก่อน	หลัง	เปลี่ยนแปลงดีขึ้น
๑	ปัญหาฟันผุ	๑๐๖ (๕๘.๘ %)	๓๙ (๓๖.๗๙ %)	๖๗ (๖๓.๒๑%)
๒	ปัญหาหยา	๗๐ (๓๘.๘ %)	๐ (๑๐๐ %)	๗๐ (๑๐๐ %)
๓	ปัญหาภาวะอ้วน	๓๕ (๑๙.๔ %)	๒๕ (๗๑.๔๒%)	๑๐ (๒๘.๕๗ %)
๔	ปัญหาโรคผิวหนัง	๒๐ (๑๑.๑ %)	๑ (๕ %)	๑๙ (๙๕ %)
๕	ปัญหาขาดสารอาหาร	๑๒ (๖.๖ %)	๖ (๕๐%)	๖ (๕๐%)

13. มีการสร้างการมีส่วนร่วมกับชุมชนในการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน



5.2 การจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

การดำเนินงานสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติจะต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างโรงเรียน ครอบครัวและชุมชน ในการที่จะสร้างปัจจัยแวดล้อมให้เอื้อต่อการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในเด็กและเยาวชน ดังนี้

1. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในหลักสูตร

1.1 การสอดแทรกเนื้อหาสุขบัญญัติ 10 ประการ : ในการเรียนการสอนปกติของกลุ่มการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษามุ่งเน้นให้นักเรียนมีความรู้ที่ถูกต้องจนสามารถนำไปปฏิบัติเป็นประจำ เพื่อให้เกิดเป็น สุขนิสัย ผู้สอนสามารถจัดกิจกรรมได้หลากหลาย ขึ้นอยู่กับเนื้อหาในแต่ละครั้งที่สอน เช่น การสอนโดย บรรยาย การแสดงบทบาทสมมติ การสาธิต การสำรวจ การแบ่งกลุ่ม การศึกษาด้วยตนเองฯ ทั้งนี้โดยเน้น ผู้เรียนเป็นสำคัญ ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมมากที่สุด

1.2 การจัดการเรียนรู้โดยการบูรณาการข้ามกลุ่มสาระ : เป็นการนำความรู้วิชาต่างๆ ที่สัมพันธ์กัน นำเข้ามาด้วยกัน เพื่อจัดการเรียนการสอนภายใต้หัวข้อเดียวกัน ซึ่งจะเป็นประโยชน์สูงสุดกับผู้เรียน

ตัวอย่างการบูรณาการกิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง “การเลือกซื้ออาหารที่ปลอดภัย”	
กลุ่มสาระการเรียนรู้	ตัวอย่างกิจกรรม
ภาษาไทย	เรียงความ ประกาดคำขวัญ เรื่องเกี่ยวกับอาหารปลอดภัย ในโรงเรียน
คณิตศาสตร์	คำนวณสัดส่วนปริมาณอาหารที่บริโภค
วิทยาศาสตร์	ตรวจสอบสารปนเปื้อนในอาหาร
สังคมศึกษา	ค้นคว้าเนื้อหาเกี่ยวกับอาหารที่ปลอดภัยเพื่อประชาสัมพันธ์
ศาสนา และวัฒนธรรม	ศึกษาวัฒนธรรมบริโภคในท้องถิ่นที่เสี่ยงต่อสุขภาพ
ศิลปะ	ทำบอร์ดนิทรรศการอาหาร
งานอาชีพและเทคโนโลยี	จัดทำเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ
ภาษาต่างประเทศ	ค้นหาศัพท์ที่เกี่ยวกับอาหารแล้วอธิบาย

2. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เสริมหลักสูตร

2.1 จัดการเรียนการสอน เรื่องสุขบัญญัติ 10 ประการ หรือการเรียนเน้นเฉพาะประเด็นแต่ละเรื่องของสุขบัญญัติแห่งชาติ เป็นวิชาเสริมในชั่วโมงเรียนพิเศษหรือชั่วโมงกิจกรรมของโรงเรียน โดยจัดทำเป็นชุดการสอน บทเรียนสำเร็จรูป หนังสือส่งเสริมการอ่านเป็นสื่อประกอบการสอน หรือจัดกิจกรรมต่างๆ สำหรับนักเรียนแต่ละช่วงชั้น



แผนภาพที่ 1 การเรียนการสอนเสริมหลักสูตร

2.2 การให้นักเรียนปฏิบัติเป็นประจำ โดยเน้นให้นักเรียนปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพ โดยเฉพาะพฤติกรรมสุขบัญญัติเป็นประจำในช่วงที่อยู่โรงเรียน เพื่อเป็นการเสริมสร้างสุขภาพ และให้นักเรียนได้ทำพฤติกรรมซ้ำๆ อย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดทักษะและสุขนิสัยรวมถึงการกำหนดให้มีการทำเป็นประจำที่บ้าน

2.3 การเผยแพร่ความรู้ผ่านสื่อในโรงเรียน สื่อเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้นักเรียนได้รับรู้ข้อมูลข่าวสาร และกระตุ้นให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง ซึ่งสื่อในโรงเรียนมีหลากหลาย สามารถเลือกใช้ได้ตามความเหมาะสม



แผนภาพที่ 2 การเผยแพร่สื่อในโรงเรียน

2.4 การจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน เป็นการจัดกิจกรรมให้เด็กมีความรู้ ความเข้าใจ และการปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ โดยจัดทำเป็นโครงการต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ภายใต้แผนงานส่งเสริมสุขภาพหรือนโยบายส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ดำเนินงานโดยคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ซึ่งมีการดำเนินงานที่สอดคล้องกับสุขบัญญัติ 10 ข้อ

- สุขบัญญัติข้อ 1 โครงการเด็กไทย ไม่มีเหา เป็นการดูแลความสะอาดร่างกายของนักเรียน
- สุขบัญญัติข้อ 2 โครงการฟันสะอาด เหงือกแข็งแรง เป็นการดูแลเรื่องสุขภาพฟัน
- สุขบัญญัติข้อ 3 โครงการรณรงค์ล้างมือ เป็นการดูแลความสะอาดของมือ
- สุขบัญญัติข้อ 4 โครงการโรงเรียนอ่อนหวาน เป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับการกินอาหาร
- สุขบัญญัติข้อ 5 โครงการ To Be Number 1 เป็นการป้องกันยาเสพติด
- สุขบัญญัติข้อ 6 โครงการเยี่ยมบ้าน เป็นการสนับสนุนการสร้างความสัมพันธ์ของครอบครัว
- สุขบัญญัติข้อ 7 โครงการป้องกันอุบัติเหตุ
- สุขบัญญัติข้อ 8 โครงการออกกำลังกาย/ชมรมกีฬา
- สุขบัญญัติข้อ 9 โครงการอบรมความฉลาดทางอารมณ์
- สุขบัญญัติข้อ 10 โครงการลดภาวะโลกร้อน

2.5 การจัดกิจกรรมพิเศษ/กิจกรรมรณรงค์เนื่องในวันสุขบัญญัติแห่งชาติ “28 พฤษภาคม” เป็นการส่งเสริมและกระตุ้นให้เด็กเกิดความตระหนักในการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น โดยจัดกิจกรรมที่หลากหลาย ให้นักเรียนทุกคนได้รับรู้ และมีส่วนร่วมในกิจกรรม

5.3 ตัวอย่างกิจกรรมพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

ตัวอย่าง กิจกรรมพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ แต่ละองค์ประกอบ ทั้ง 6 องค์ประกอบ ได้แก่

1. การเข้าถึงข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ

จุดประสงค์ เพื่อสร้างโอกาสให้เด็กได้รับรู้ข้อมูลข่าวสาร ความรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวขั้นพื้นฐานอย่างเหมาะสม

กิจกรรม

- 1) มีศูนย์การเรียนรู้ด้านสุขภาพสำหรับเด็กและเยาวชน เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้และเป็นสถานที่ในการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้
- 2) หาช่องทางสื่อสาร เผยแพร่ความรู้ที่เข้าถึงได้ง่าย พร้อมบริการตลอดเวลา
- 3) จัดสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการเรียนรู้ด้านสุขภาพ
- 4) การรณรงค์หรือจัดกิจกรรมพิเศษเนื่องในวันสุขบัญญัติแห่งชาติ “วันที่ 28 พฤษภาคม” และการจัดกิจกรรมร่วมเนื่องในวันสำคัญต่างๆ

2. ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขบัญญัติแห่งชาติ

จุดประสงค์ เพื่อให้เด็กมีความรู้และความเข้าใจอย่างถูกต้องในการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

กิจกรรม

- 1) กิจกรรมการเรียนรู้ ในหลักสูตรคือการสอนเนื้อหาสุขบัญญัติ 10 ประการ ในการเรียนการสอนปกติของกลุ่มการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และการสอนสอดแทรกในวิชาต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 2) กิจกรรมการเรียนรู้เสริมหลักสูตรเป็นวิชาเสริมในชั่วโมงเรียนพิเศษ หรือชั่วโมงกิจกรรมของโรงเรียน เช่น การเล่านิทาน การสาธิต การแสดงละครสุขภาพ การจัดกิจกรรมประกวดต่างๆ เช่น การวาดภาพ การแต่งบทความ การแต่งกลอน/แต่งคำสำคัญ/เพลง การเชิญวิทยากรภายนอกที่เกี่ยวข้องมาให้ความรู้ เป็นต้น
- 3) การฝึกให้นักเรียนมีการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเป็นประจำ

3. ทักษะการสื่อสาร

จุดประสงค์

1. เพื่อสร้างโอกาสให้เด็กได้พูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
2. เพื่อให้เด็กมีความเข้าใจและความสามารถสื่อสารกับคนอื่น ๆ เพื่อให้มีการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติอย่างถูกต้อง เหมาะสม

กิจกรรม

- 1) ส่งเสริมแกนนำนักเรียนให้มีการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในรูปแบบที่หลากหลายเหมาะสมกับบริบทเพื่อให้เกิดการสื่อสารแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างบุคคล
- 2) สร้างและพัฒนาต้นแบบสุขภาพระดับบุคคล ชุมชน เพื่อการสื่อสารความรู้ด้านสุขภาพ
- 3) จัดให้มีการสื่อสาร และรณรงค์ด้านสุขภาพในโรงเรียน ชุมชน เพื่อสร้างกระแส และการรับรู้ให้เกิดการมีส่วนร่วมในการดำเนินงานพัฒนาสุขภาพ

4. ทักษะการตัดสินใจ

จุดประสงค์ เพื่อให้เด็กมีเหตุผลและสามารถตัดสินใจในการดูแลสุขภาพอย่างถูกต้อง

กิจกรรม

- 1) มีข้อมูล/เนื้อหาที่ถูกต้องทั้งข้อดีและข้อเสีย เพื่อการตัดสินใจ
- 2) การฝึกทักษะการต่อรอง ทักษะการปฏิเสธในสิ่งที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ

5. การจัดการตนเอง

จุดประสงค์ เพื่อให้เด็กมีการวางแผนและกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติอย่างสม่ำเสมอ

กิจกรรม

- 1) ส่งเสริมชมรม/กลุ่มในโรงเรียน นำข้อมูลข่าวสาร ความรู้ด้านสุขภาพ เข้าไปอยู่ในกิจกรรมของชมรม/กลุ่มฯ เพื่อให้มีการปรึกษาหารือ ช่วยเหลือกันในการดูแลสุขภาพร่วมกัน
- 2) จัดโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อเด็กได้ฝึกปฏิบัติตนเอง เป็นการเพิ่มทักษะและความคิดในการดูแลสุขภาพของตนเอง เช่น โปรแกรม ลดพุง, โปรแกรมเลิกเหล้า บุหรี่ ลดหวาน ลดเค็ม, โปรแกรมออกกำลังกาย เป็นต้น
- 3) การทำโครงการด้านส่งเสริมสุขภาพที่เกี่ยวข้อง

6. การรู้เท่าทันสื่อ

จุดประสงค์ เพื่อให้เด็กมีข้อมูลและสามารถคิด พิจารณาข้อมูลจากโฆษณาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและเลือกแนวทางการดูแลสุขภาพได้อย่างถูกต้อง

กิจกรรม

- 1) มีการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ข่าวสาร ความรู้ที่ถูกต้องเช่น อาหารเสริม อาหารลดความอ้วน การออกกำลังกายในรูปแบบต่างๆ ให้ทันกับโฆษณาในเรื่องนั้นๆ ที่เข้าถึงเด็กอย่างง่ายดายในขณะนี้
- 2) จัดให้มีการเฝ้าระวังข่าวสาร การโฆษณาที่เกี่ยวข้องหรือส่งผลกระทบต่อสุขภาพและมีการจัดการกรณีเป็นผลเสียให้ทันสถานการณ์

ปัจจัยสนับสนุน คือ

1. ผู้บริหารสถานศึกษาให้ความสำคัญ

ผู้บริหารของสถานศึกษามีบทบาทและเป็นผู้ที่สำคัญในการสนับสนุนการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนให้มีการปฏิบัติสุขบัญญัติ 10 ประการ โดยการสนับสนุนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านต่างๆ อย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมการจัดสภาพแวดล้อมของสถานศึกษาให้เอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ควบคุม ดูแล ปรับปรุงสถานที่และสิ่งแวดล้อมให้ถูกสุขลักษณะ มีความปลอดภัย และส่งเสริมการสร้างสุขภาพ เช่น การจัดให้มีอ่างล้างมือและอุปกรณ์ ที่แปรงฟัน ที่ออกกำลังกายเหมาะสม หรือที่จัดกิจกรรมต่างๆ รวมทั้งสนับสนุนการตั้งชมรมด้านสุขภาพ การ เฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน เป็นต้น

2. การดำเนินงานอย่างมีส่วนร่วมของทั้งครูและนักเรียน รวมทั้งบุคคลอื่นที่มีส่วนเกี่ยวข้อง โดยมีการประสานความสัมพันธ์กันอย่างดี และการมีกิจกรรมด้านสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่รับผิดชอบในพื้นที่ผลักดัน ให้การสนับสนุน ร่วมดำเนินงาน และติดตามการดำเนินงานเป็นประจำ

ตัวอย่าง กิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

พฤติกรรม สุขบัญญัติแห่งชาติ	กิจกรรมการเรียนรู้	ปัจจัยแวดล้อม
ข้อ 1 ดูแลรักษา ร่างกายและของใช้ ให้สะอาด	<ul style="list-style-type: none"> * การตรวจสุขภาพและอธิบายเรื่องสุขภาพทุกวัน บันทึกตรวจสุขภาพ (รู้ ปฏิบัติ ประเมินผล) ✧ จับคู่ตรวจสุขภาพ ✧ ตรวจสุขภาพ 10 ท่า ทุกเช้า ✧ ค้นคว้ารายงานในห้องสมุด ✧ โบราณ - เกม/คำขวัญ/คำกลอน ✧ การประกวดแต่งกายสะอาดปราศจากโรค ✧ การประกวดผู้มีสุขภาพดี 	ปัจจัยเอื้อในการ ทำความสะอาด เช่น น้ำสะอาด สบู่ ที่ติดเล็บ สถานที่ เก็บสิ่งของ
ข้อ 2 รักษาฟัน ให้แข็งแรงและ แปรงฟันทุกวัน อย่างถูกต้อง	<ul style="list-style-type: none"> * ตรวจและอธิบายการแปรงฟันที่ถูกต้องทุกวัน ✧ การจัดสัปดาห์ฟันแข็งแรง ✧ สาธิตการแปรงฟันที่ถูกต้อง ✧ ทดสอบความสะอาดของฟัน โดยใช้เม็ดยาสี ✧ ประกวดหนูน้อยฟันดี ✧ จับคู่ตรวจฟัน ✧ ทำรายงานกลุ่ม/สืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับโรค ที่เกิดจากฟัน ✧ เรียงความ/คำขวัญ/นิทานการ์ตูน ✧ ทำรายงานอาหารที่เหมาะสมกับฟัน 	โมเดลสำหรับ สาธิตการแปรงฟัน แปรงสีฟัน ยาสีฟัน น้ำ แก้วน้ำ และ สถานที่แปรงฟัน เม็ดยาสีทดสอบ ความสะอาดของฟัน
ข้อ 3 ล้างมือ ให้สะอาด ก่อนกินอาหาร และหลังขับถ่าย	<ul style="list-style-type: none"> * สาธิต และปฏิบัติการณ์ล้างมือ ✧ สาธิตการณ์ล้างมือ 7 ขั้นตอน ✧ ปฏิบัติการณ์ล้างมือ ก่อนกินและหลังขับถ่าย ✧ ใช้สื่อการเรียนรู้การล้างมือ 	ให้มีอ่างล้างมือ พร้อมสบู่ ก่อนเข้าโรงอาหาร หน้าห้องน้ำ
ข้อ 4 กินอาหารสุก สะอาด ปราศจาก สารอันตราย และ หลีกเลี่ยงอาหาร รสจัด สีฉูดฉาด	<ul style="list-style-type: none"> * โภชนบัญญัติ (ธงโภชนาการ) เน้นอาหารเช้าและ ควรได้รับทั้ง 3 มื้อ เน้นมีครั้งกิโลกรัม/วัน และ Model อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง ✧ ศึกษาอาหารหลัก 5 หมู่ (Model อาหาร) ✧ ปิกสาธิตการประกอบอาหารที่ถูกต้องหลักโภชนาการ ✧ เรียงความ ✧ จิกซอร์ ✧ กิจกรรม อย.น้อย, สารวัตรอาหาร ✧ ชู่นการเรียนรู้เรื่องอาหาร 5 หมู่ (Walk rally) ✧ การอ่านฉลากโภชนาการ ✧ ปิกการคำนวณพลังงานที่ได้รับจากอาหารใน 1 วัน 	โมเดลอาหาร รูปแบบต่างๆ ร้านจำหน่ายอาหาร ที่ถูกต้อง เหมาะสม

พฤติกรรม สุขบัญญัติแห่งชาติ	กิจกรรมการเรียนรู้	ปัจจัยแวดล้อม
ข้อ 5 งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อน ทางเพศ	<ul style="list-style-type: none"> * มีกิจกรรมการเผยแพร่ความรู้ในสถานศึกษา ✧ VDO ยานเสพติด (ความรุนแรง/อันตราย) ✧ สืบค้นข้อมูลจาก Internet, ห้องสมุด ✧ เล่าเรื่องสั้นเกี่ยวกับยาเสพติดในชุมชน ✧ บทบาทสมมติ ✧ วิเคราะห์ภาพ/ข่าว นักข่าว Junior ✧ เกม - แต่งเพลง/คำขวัญ ✧ มุมเพื่อนใจวัยรุ่น ✧ เสวนา/สนทนากับคนในชุมชน ✧ ดำเนินการภายใต้โครงการ To be Number 1 ✧ การจัดรายการทางเสียงตามสาย/สถานีวิทยุ กระจายเสียง (ดีเจประจำวัน) 	มาตรการหรือ กฎของโรงเรียน
ข้อ 6 สร้างความ สัมพันธ์ในครอบครัว ให้อบอุ่น	<ul style="list-style-type: none"> * โครงการเยี่ยมบ้าน (กลุ่มเสียง กลุ่มปกติ กลุ่มมีปัญหา) ✧ วาดภาพกิจกรรมที่ทำร่วมกับครอบครัว ✧ เล่าเรื่องราวครอบครัว ✧ บทบาทสมมติครอบครัวฉัน ✧ วิเคราะห์ปัญหาครอบครัวและกำหนด แนวทางแก้ไข ✧ ทักษะชีวิตในการเข้าใจครอบครัว ✧ มุมเพื่อนใจวัยรุ่น ✧ กิจกรรมสายใยรักในครอบครัว 	สถานที่ทำกิจกรรม สำหรับครอบครัว
ข้อ 7 ป้องกัน อุบัติเหตุด้วยการ ไม่ประมาท	<ul style="list-style-type: none"> * กิจกรรม 5 ส ✧ จัดวิทยากรจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาบรรยาย ✧ ให้นักเรียนเฝ้าระวังสภาพแวดล้อมสำรวจ บริเวณในและรอบโรงเรียน ✧ ค้นคว้าสถิติการเกิดอุบัติเหตุ 	ป้ายจราจร หรือป้ายเตือน ภายในโรงเรียน เส้นทางขึ้น-ลง บันได สถานที่เก็บ อุปกรณ์ต่างๆ

พฤติกรรม สุขบัญญัติแห่งชาติ	กิจกรรมการเรียนรู้	ปัจจัยแวดล้อม
ข้อ 8 ออกกำลังกาย สม่ำเสมอและตรวจ สุขภาพประจำปี	<ul style="list-style-type: none"> * มีการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายรูปแบบต่างๆ และประเมินสมรรถภาพทางกาย ปีละ 1 ครั้ง ✧ บูรณาการในวิชาพลศึกษาและสุขศึกษา ✧ กิจกรรมอย่างยืดชีวิต ✧ กิจกรรมฮูลาฮูป ✧ กีฬาภายใน 	อุปกรณ์และ สถานที่สำหรับ ออกกำลังกาย เพลงและเครื่องเสียง ประกอบการ ออกกำลังกาย
ข้อ 9 ทำจิตใจให้ ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ	<ul style="list-style-type: none"> * จัดกิจกรรมนันทนาการหลากหลายเหมาะสมตามวัย ✧ ประกวดการหัวเราะ (กิจกรรมหัวเราะบำบัด) ✧ นิ่งสมาธิ ✧ เชิญวิทยากรมาบรรยายเกี่ยวกับสุขภาพจิต ✧ มิตรสัมพันธ์ BUDDY/คู่หูปรึกษาสุขภาพ ✧ วิเคราะห์ภาพข่าวการฆ่าตัวตาย/เครียด/ ทำร้ายตนเอง ✧ ทำกิจกรรมสังคมมิติในห้อง 	มุมปรึกษาสุขภาพจิต สถานที่จัดกิจกรรม
ข้อ 10 มีสำนึก ต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม	<ul style="list-style-type: none"> * บันทึกความดี จิตอาสา ✧ เล่าเรื่องคนดีในชุมชน/แผนที่คนดี ✧ เรียงความเกี่ยวกับจะช่วยเหลือสังคมอย่างไร/ ชุมชนในฝัน/การใช้ปรัชญาแนวคิดเศรษฐกิจ พอเพียง มาเป็นแนวปฏิบัติได้อย่างไร ✧ ประดิษฐ์วัสดุเหลือใช้ 	สมุดบันทึกความดี ภาชนะรองรับขยะ สถานที่หรือบริเวณ ปลูกต้นไม้
ภาพรวมสุขบัญญัติ 10 ประการ	<ul style="list-style-type: none"> * มีนวัตกรรมด้านสุขบัญญัติ 1 เรื่อง ✧ จัดกิจกรรมรณรงค์ เนื่องในวันสุขบัญญัติ แห่งชาติ "28 พฤษภาคม" ✧ จัดกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านสื่อและกิจกรรมต่างๆ ✧ แขนงนำ/ชมรมสุขบัญญัติ ✧ การให้ความรู้หน้าเสาธง ✧ ประกวด/สรรหานักเรียนตัวอย่าง ตามแนวสุขบัญญัติแห่งชาติ ✧ ประเมินพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติ 	

หมายเหตุ : ตัวอย่างกิจกรรมที่มีเครื่องหมาย * ในสุขบัญญัติข้อ 1- 10 เป็นกิจกรรมเบื้องต้น หากโรงเรียน
ที่ดำเนินการกิจกรรมเบื้องต้นทั้ง 10 ข้อ นับว่าเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติ

ส่วนที่ 6

การประกวดต้นแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ

พื้นที่โรงเรียนฯ ที่มีการดำเนินงานพัฒนาความรอบรู้ และพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียน ตามกระบวนการ 7 ขั้นตอนของกองสุศึกษา และมีผลลัพธ์การดำเนินงานจากการประเมิน HL&HB เมื่อเปรียบเทียบกับก่อน-หลังดำเนินกิจกรรม คือ นักเรียนมีแนวโน้มสภาวะสุขภาพที่ดีขึ้น (นน. รอบเอว BMI) มีความรอบรู้ด้านสุขภาพรวมถึงมีพฤติกรรมสุขภาพตามแนวทางสุขภาพัญญิตีที่ถูกต้องเพิ่มขึ้น ย่อมแสดงให้เห็นถึงความสำเร็จของผลลัพธ์การดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ จึงจัดให้มีการประกวดผลงานต้นแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติดีเด่นระดับเขตขึ้นเพื่อเป็นการเชิดชูเกียรติให้กับเครือข่ายโรงเรียนที่มีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติสู่การเป็นต้นแบบและขยายผลเป็นพื้นที่ศึกษาดูงานให้กับพื้นที่อื่นที่สนใจปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนตามแนวทางสุขภาพัญญิตีแห่งชาติผ่านกระบวนการพัฒนา “โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ” ต่อไป

6.1 คำจำกัดความ

โรงเรียนต้นแบบการส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ หมายถึง โรงเรียนประถมศึกษา หรือขยายโอกาสในพื้นที่ที่มีการดำเนินงานตามกระบวนการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ 7 ขั้นตอนของกองสุศึกษาที่ชนะเลิศจากการประกวด/ประเมินในแต่ละศูนย์สนับสนุนบริการสุขภาพ 1-12 ตามเกณฑ์ที่กองสุศึกษากำหนด

โปรแกรม Health Gate หมายถึง โปรแกรมหรือเครื่องมือประเมินการพัฒนาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ เพื่อยกระดับสู่การเป็นชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพและตำบลจัดการคุณภาพชีวิต โดยเกณฑ์การประเมินระดับการพัฒนาตามโปรแกรม Health Gate มี ดังนี้

1. การพัฒนาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล มี 3 ระดับ คือ พื้นฐาน พัฒนา คุณภาพ
2. หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ มี 4 ระดับ คือ พัฒนา ดี ดีมาก ดีเยี่ยม
3. โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ มี 4 ระดับ คือ พัฒนา ดี ดีมาก ดีเยี่ยม
4. ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ มี 3 ระดับ คือ พื้นฐาน พัฒนา คุณภาพ

การประกวด/ประเมิน หมายถึง วิธีการคัดเลือกพื้นที่ต้นแบบการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพตามเกณฑ์ที่กองสุศึกษากำหนด ด้วยการจัดเวทีแข่งขัน หรือคณะกรรมการตรวจเยี่ยมพื้นที่ตามเกณฑ์ที่กองสุศึกษากำหนด ซึ่งแบ่งเป็น 4 ด้าน คือ

- 1) ด้านการบริหารจัดการ
- 2) ด้านกระบวนการดำเนินงาน
- 3) ด้านผลผลิต/ผลลัพธ์
- 4) ด้านผลกระทบด้านสุขภาพ

6.2 คุณสมบัติ เกณฑ์ และการนำเสนอผลงาน

คุณสมบัติโรงเรียนที่สามารถเข้าสู่การประกวด/ประเมิน

1. เป็นโรงเรียนประถมศึกษา หรือขยายโอกาสที่มีการดำเนินงานตามกระบวนการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัติแห่งชาติ 7 ขั้นตอนของกองสุศึกษา
2. เป็นโรงเรียนที่มีผลประเมินการพัฒนาตามโปรแกรม Health Gate ในระดับดีเยี่ยม

เกณฑ์การประเมิน มี 4 ด้าน และมีคะแนนรวมทั้งสิ้น 100 คะแนน คือ

1. ด้านการบริหารจัดการ มีคะแนนรวม 15 คะแนน ประกอบด้วย

- 1.1 มีนโยบายในการขับเคลื่อนและผลักดันให้มีการดำเนินงานตามแนวทางสุขบัญญัติแห่งชาติ
- 1.2 มีคณะกรรมการหรือคณะทำงานในการดำเนินงานส่งเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในโรงเรียน ทั้งนี้ต้องมีวิชาวาสาสมัครสาธารณสุขที่ได้รับการพัฒนาตามแนวทางที่กองสุศึกษากำหนดเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการ/คณะทำงานด้วย
- 1.3 มีข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ ปัญหาสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน
- 1.4 มีแผนงานหรือโครงการหรือกิจกรรมส่งเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในโรงเรียน

2. ด้านกระบวนการดำเนินงาน มีคะแนนรวม 40 คะแนน ประกอบด้วย

- 2.1 มีการจัดกิจกรรมในหลักสูตรการเรียนการสอน กิจกรรมเสริมหลักสูตร หรือช่วงเวลาเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ เพื่อส่งเสริมการดำเนินงานสุขบัญญัติ 10 ประการ เช่น เสี่ยงตามสายในโรงเรียน การพูดหน้าเสาธง จัดป้ายนิเทศการความรู้ สาธิตกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ จัดงานวันสุขบัญญัติแห่งชาติ (28 พ.ค. ของทุกปี) ฯลฯ
- 2.2 มีการจัดตั้งกลุ่มชมรมในโรงเรียนสร้างแกนนำนักเรียนตามแนวทางการพัฒนายุว อสม. เพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานสุขบัญญัติทั้ง 10 ประการ และมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันกับกลุ่มสมาชิกในชมรม
- 2.3 การมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายสุขภาพ ได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้ปกครองชุมชน และนักเรียนในการแก้ไขปัญหาสุขภาพ และจัดกิจกรรมสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติที่เป็นปัญหาสุขภาพ
- 2.4 มีการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในโรงเรียน
- 2.5 มีการเฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยง และนำผลการเฝ้าระวังมาพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียน

3. ด้านผลผลิตและผลลัพธ์ มีคะแนนรวม 30 คะแนน ประกอบด้วย

- 3.1 มีนักเรียนต้นแบบด้านสุขภาพ เช่น ต้นแบบด้านออกกำลังกาย ต้นแบบด้านโภชนาการที่เหมาะสม ต้นแบบด้านอารมณ์แจ่มใส ต้นแบบครอบครัวอบอุ่น เป็นต้น
- 3.2 มีนวัตกรรมหรือผลงานเด่นในการสร้างเสริมและปลูกฝัง พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ เช่น วันเส้นแก้วมังกรแฟนซี จิ้งหรีดสมุนไพร มีกลุ่มหรือชมรมด้านสุขภาพ มีมุมเรียนรู้/คลินิกด้านสุขภาพ มีมาตรการ/กฎระเบียบด้านสุขภาพ ฯลฯ
- 3.3 ร้อยละของนักเรียนกลุ่มเป้าหมายที่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับดีขึ้นไป
- 3.4 ร้อยละของนักเรียนกลุ่มเป้าหมายที่มีพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในระดับดีขึ้นไป

4. ด้านผลกระทบต่อด้านสุขภาพ มีคะแนนรวม 15 คะแนน ประกอบด้วย

4.1 การมีภาวะสุขภาพของนักเรียนดีขึ้น หรือลดอัตราการเกิดโรค เช่น เด็กอ้วนมีน้ำหนักลดลง เด็กมีสุขภาพฟันแข็งแรง ฯลฯ

4.2 อัตราการเกิดโรคหรือการเจ็บป่วยลดลง เช่น อัตราการเกิดโรคฟันผุลดลง อัตราการเกิดโรคอ้วนลดลง อัตราการเกิดอุบัติเหตุลดลง ฯลฯ

การนำเสนอผลงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ

1. กติกาสำหรับการนำเสนอผลงานการประกวดโรงเรียนสร้างเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ

1.1 ผู้นำเสนอ คือ ครูและผู้แทนนักเรียนที่มีส่วนร่วมการดำเนินงานโรงเรียนสร้างเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ จำนวน 1-2 คน

1.2 สื่อประกอบการนำเสนอ เป็นวีดีทัศน์ หรือ power point (นำมาในวันประกวด)

2. ระยะเวลาในการนำเสนอ โรงเรียนละไม่เกิน 30 นาที โดยแบ่งเป็น

2.1 การนำเสนอไม่เกิน 20 นาที กรณีที่มีนำเสนอด้วยวีดีทัศน์ ต้องมีความยาวไม่เกิน 15 นาที

2.2 การซักถามไม่เกิน 10 นาที (โดยกรรมการ และผู้เข้าร่วมซักถาม)

3. ประเด็นการนำเสนอ คือผลการดำเนินงานส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพตามสุขภาพัญญิตีแห่งชาติครอบคลุมทั้ง 4 ด้าน ประกอบด้วย

1) ด้านการบริหารจัดการ

2) ด้านการจัดกิจกรรม

3) ผลผลิตและผลลัพธ์

4) ผลกระทบด้านสุขภาพ

4. ประกาศผลการประกวด และรับรางวัลพร้อมใบเกียรติบัตร หลังเสร็จสิ้นการประกวด (ถ้ามี)

6.3 แนวทางการประกวด/ประเมินพื้นที่ต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

1. กำหนดแผนการประกวด/ประเมิน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และต้นแบบชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ

2. ประชาสัมพันธ์และแจ้งให้พื้นที่ประเมินตนเองก่อน และหลังดำเนินงานตามแผนการประเมินการพัฒนาเพื่อคัดเลือกโรงเรียนฯ หมู่บ้านฯ และต้นแบบชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพเข้าร่วมประกวด ดังนี้

2.1 รพ.สต.ประเมินคุณภาพตามมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษาสำหรับ รพ.สต.

2.2 โรงเรียนประเมินการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ ในโปรแกรม Health Gate

2.3 แกนนำชุมชนประเมินการพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ในโปรแกรม Health Gate โดยส่งใบสมัคร และเอกสารผลงานการพัฒนามายังสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด (สสจ.) ตามเวลาที่กำหนด ทั้งนี้โรงเรียน และหมู่บ้านที่ส่งเข้าประกวดต้องผ่านเกณฑ์การประเมินระดับดีเยี่ยม และ รพ.สต. ผ่านเกณฑ์ระดับคุณภาพ

3. แต่งตั้งคณะกรรมการประกวด/ประเมิน อย่างน้อย 3 คน ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของแต่ละจังหวัด ประกอบด้วย

3.1 นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดหรือนักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ (ด้านส่งเสริมพัฒนา) หรืออื่นๆ ตามความเหมาะสม เป็นประธาน

- 3.2 สาธารณสุขอำเภอ 1 แห่ง
- 3.3 หัวหน้ากลุ่มที่ดูแลงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
- 3.4 นักวิชาการสาธารณสุขที่รับผิดชอบงานสุขศึกษาพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเป็นเลขานุการ
4. ประชุมคณะกรรมการเพื่อชี้แจงสร้างความเข้าใจถึงเกณฑ์และแนวทางการประกวด/ประเมิน
5. จัดการประกวด/ประเมิน คัดเลือกพื้นที่ต้นแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 3 ประเภทรางวัล ได้แก่ โรงเรียนต้นแบบการส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ หมู่บ้านต้นแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และต้นแบบชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยจัดเวทีนำเสนอผลการพัฒนาเพื่อประกวดและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันหรือรูปแบบอื่นที่เหมาะสมขึ้นอยู่กับแต่ละจังหวัด
6. สรุปผลการประกวดคัดเลือกและมอบรางวัลให้กับ รพ.สต. โรงเรียนและหมู่บ้านที่เข้าร่วมประกวด (ถ้ามี) พร้อมรายงานผลการคัดเลือกต่อผู้บริหารหน่วยงานและแจ้งพื้นที่ที่ส่งประกวด
7. ส่งรายชื่อพื้นที่ต้นแบบทั้ง 3 ประเภท (พื้นที่ชนะเลิศ) พร้อมเอกสารผลงานพัฒนาตามประเด็นทั้ง 4 ด้าน ไปยังศูนย์สนับสนุนบริการสุขภาพเขตตามเวลาที่กำหนด เพื่อรับการคัดเลือกในระดับเขตเป็นอันดับต่อไป ทั้งนี้ ควรดำเนินการให้แล้วเสร็จภายในไตรมาสที่ 3 ของปีงบประมาณ

6.4 ประเภทรางวัลพื้นที่ต้นแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

หมู่บ้านต้นแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

1. โล่รางวัลชนะเลิศ หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพระดับเขต
2. โล่รางวัลรองชนะเลิศ อันดับ 1 หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพระดับเขต
3. โล่รางวัลรองชนะเลิศ อันดับ 2 หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพระดับเขต
4. ประกาศนียบัตรชมเชย หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพระดับเขต (อันดับที่ 4 เป็นต้นไป)

โรงเรียนต้นแบบส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

1. โล่รางวัลชนะเลิศ โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติ ระดับเขต
2. โล่รางวัลรองชนะเลิศ อันดับ 1 โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติระดับเขต
3. โล่รางวัลรองชนะเลิศ อันดับ 2 โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติระดับเขต
4. ประกาศนียบัตรชมเชย โรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติระดับเขต (อันดับที่ 4 เป็นต้นไป)

ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพต้นแบบระดับเขต

1. โล่รางวัลชนะเลิศ ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ ระดับเขต
2. โล่รางวัลรองชนะเลิศ อันดับ 1 ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ ระดับเขต
3. โล่รางวัลรองชนะเลิศ อันดับ 2 ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ ระดับเขต
4. ประกาศนียบัตรชมเชย ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพระดับเขต (อันดับที่ 4 เป็นต้นไป)

เอกสารอ้างอิง

กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2560). ถึงเวลาพัฒนาสุขภาพเด็กไทย แนวทางการสร้างเสริม
ความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ. กรุงเทพมหานคร: บริษัท
นิเวศรรดาการพิมพ์ (ประเทศไทย) จำกัด.

กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2563). แนวทางการดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างความ
รู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ. นนทบุรี: โรงพิมพ์กองสุขศึกษา.

กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2563). แนวทางการพัฒนาชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ.
กรุงเทพมหานคร: บริษัท 25 มีเดีย จำกัด.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก : การเข้าใช้โปรแกรม Health Gate สำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ

1. โปรแกรม Health Gate สำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติคืออะไร มีกี่ระดับและมีเกณฑ์อะไรบ้าง

Health Gate หมายถึง โปรแกรมหรือเครื่องมือประเมินการพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เพื่อยกระดับสู่การเป็นชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพและตำบลจัดการคุณภาพชีวิต

ระดับการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติจำแนกเป็น 4 ระดับ คือ พัฒนา ดี ดีมาก ดีเยี่ยม

ระดับพัฒนา

= ระดับพัฒนา

ระดับดี

= ระดับดี

ระดับดีมาก

= ระดับดีมาก

ระดับดีเยี่ยม

= ระดับดีเยี่ยม

เกณฑ์การประเมินการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ

แบบประเมินการพัฒนาโรงเรียนสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ ปี ๒๕๖๖

คำชี้แจง:

เป็นการวัดเพื่อจัดระดับการพัฒนาโรงเรียนสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ ในการดำเนินงานจัดการด้านสุขภาพ เพื่อจะส่งผลให้เด็กนักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง มีสุขภาพที่แข็งแรง ไม่เจ็บป่วยด้วยโรคที่ป้องกันได้ โดยการปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามแนวทางสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ ๑๐ ประการ เป็นเกณฑ์สุขภาพพื้นฐานในการดูแลตนเอง ซึ่งจะลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ ได้

๑. ระดับการพัฒนาโรงเรียนสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ จำแนกเป็น ๔ ระดับ ประกอบด้วย

ระดับ ๑ : ระดับพัฒนา

ระดับ ๒ : ระดับดี

ระดับ ๓ : ระดับดีมาก

ระดับ ๔ : ระดับดีเยี่ยม

๒. ระยะเวลาในการประเมิน ดำเนินการประเมินโรงเรียนละ ๑ ชุด ปีละอย่างน้อย ๑ ครั้ง

๓. แบบประเมินการพัฒนาโรงเรียนสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ ปี ๒๕๖๓ ประกอบด้วย ๓ ส่วนคือ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียน

ส่วนที่ ๒ เกณฑ์ประเมินโรงเรียนสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ

ส่วนที่ ๓ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการพัฒนา

๔. สรุปผลการประเมินรายโรงเรียน

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียน

๑. ชื่อโรงเรียน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

๒. จำนวนนักเรียน ชาย.....คน หญิง.....คน รวม.....คน

๓. ชื่อโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่สุดแล.....ตำบล.....

ชื่อ/สกุลเจ้าหน้าที่รับผิดชอบ.....ตำแหน่ง.....

โทรศัพท์/มือถือ.....email.....

๔. ชื่อครู/อาจารย์ที่รับผิดชอบ.....ตำแหน่ง.....

โทรศัพท์/มือถือ.....email.....

ส่วนที่ ๒ เกณฑ์ประเมินโรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ

ระดับ การพัฒนา	สาระสำคัญของการประเมิน	ผลการ ประเมิน		หลักฐาน
		มี	ไม่มี	
ระดับ ๑ : ระดับพัฒนา	๑. มีนโยบายเรื่องสุขบัญญัติแห่งชาติ			
	๒. มีคณะกรรมการ/คณะทำงาน			
	๓. มีข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน			
ระดับ ๒ : ระดับดี	(ผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับพัฒนา ครบทุกข้อ)			
	๔. มีแผนงาน/โครงการ การสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ			
	๕. มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนงาน/โครงการ			
	๖. มีการจัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียนที่เอื้อต่อการสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ			
	๗. มีกลุ่มชมรมหรือแกนนำนักเรียนด้านสุขภาพ			
ระดับ ๓ : ระดับดีมาก	(ผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับดี ครบทุกข้อ)			
	๘. นักเรียนต้นแบบด้านพฤติกรรมสุขภาพ			
	๙. มีและใช้นวัตกรรมที่ส่งผลต่อการสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมตามสุขบัญญัติแห่งชาติ			
	๑๐. ร้อยละ ๗๕ ของนักเรียนกลุ่มเป้าหมายมีความรอบรู้ด้านสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป หรือมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นจากเดิม			
	๑๑. ร้อยละ ๗๕ ของนักเรียนกลุ่มเป้าหมายมีพฤติกรรมสุขภาพตาม สุขบัญญัติแห่งชาติ ตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป หรือมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นจากเดิม			
ระดับ ๔ : ระดับดีเยี่ยม	(ผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับดีมาก ครบทุกข้อ)			
	๑๓. นักเรียนมีสภาวะสุขภาพดีขึ้น เช่น น้ำหนัก ส่วนสูง ตามเกณฑ์และอนามัยส่วนบุคคล			
	๑๔. มีการสร้างการมีส่วนร่วมกับชุมชนในการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ			

ส่วนที่ ๓ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการพัฒนา

.....

.....

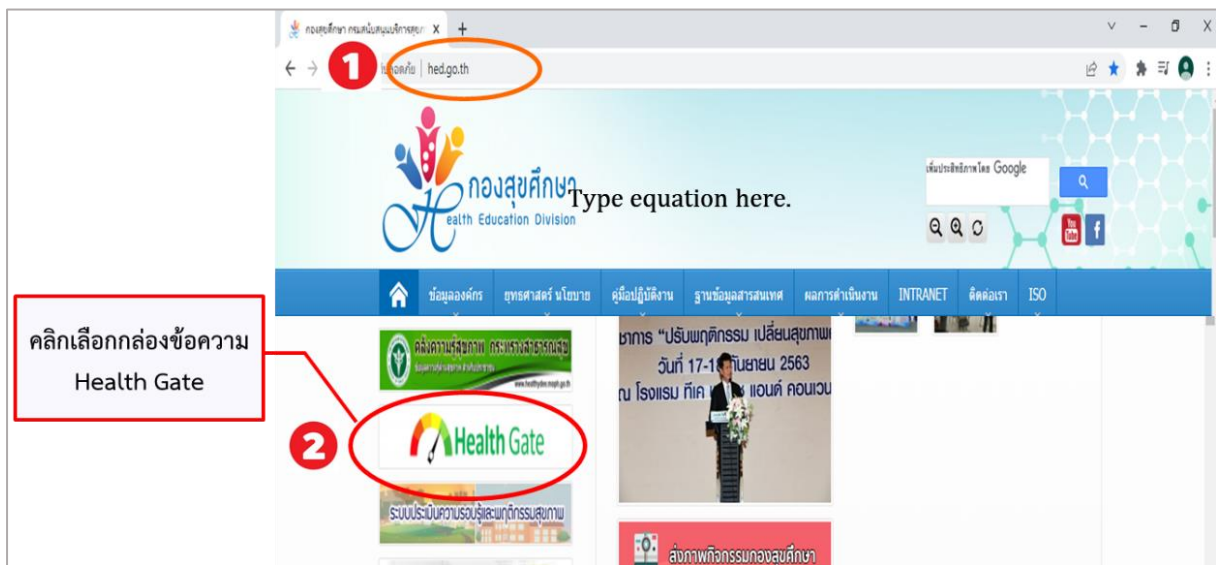
.....

.....

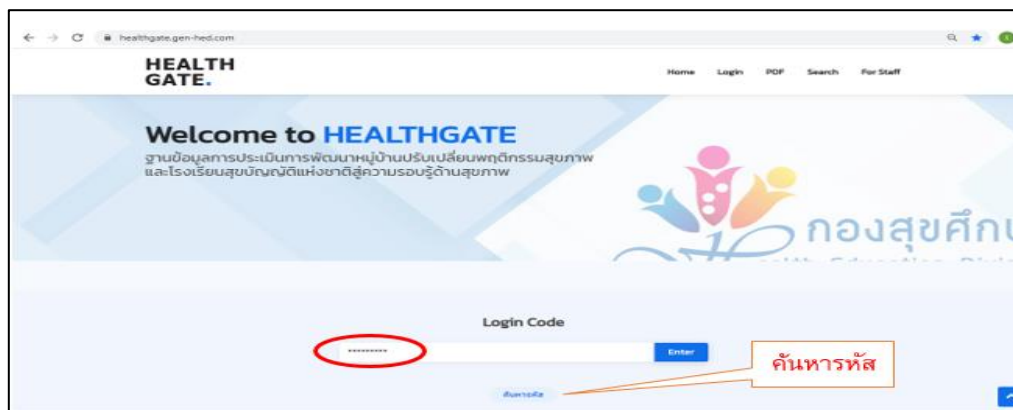
2. การประเมินการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ

โรงเรียนที่มีการดำเนินงานพัฒนาความรู้ และพฤติกรรมสุขภาพตามกระบวนการ 7 ขั้นตอนของ กองสุศึกษา สามารถเข้าประเมินตนเองเพื่อค้นหาโอกาสพัฒนาเพื่อยกระดับเข้าสู่ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ จนท.รพ.สต.ทุกแห่งควรเป็นพี่เลี้ยง และส่งเสริมสนับสนุนให้เครือข่ายโรงเรียนในพื้นที่รับผิดชอบเข้ารับการ ประเมินการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ โดยมีขั้นตอนการประเมินระดับการพัฒนาหรือเข้าใช้ โปรแกรม ดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 เข้าที่เว็บไซต์กองสุศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือก “Health Gate”



ขั้นตอนที่ 2 กรอก “รหัสโรงเรียน” เข้าสู่ระบบ Login กรณีไม่ทราบรหัสโรงเรียนให้กด “ค้นหารหัส”



ขั้นตอนที่ 3 คลิกเลือก “โรงเรียน” จากนั้นเลือกจังหวัดและพิมพ์ชื่อโรงเรียนที่ต้องการ

จังหวัด	อำเภอ	ตำบล	ชื่อโรงเรียน	Login Code	รหัส SW.สต
บุรีรัมย์	หลังสวน	หลังสวน	หลังสวนเทศบาลอุบลก่นก	1186100011	
บุรีรัมย์	หลังสวน	ข่นเงิน	อนุบาลเกษรวิทยา	1186100012	
บุรีรัมย์	หลังสวน	ข่นเงิน	หลังสวนคริสเตียน	1186100013	
บุรีรัมย์	หลังสวน	วังตะกอน	ตาแจ่งวังตะกอน	1186100014	

***กรณีที่ไม่สามารถเข้าไปประเมินได้เนื่องจาก “รพ.สต. ยังไม่เลือกพื้นที่ที่รับผิดชอบ” รพ.สต.สามารถเข้าไปเลือกโรงเรียนในเขตรับผิดชอบ คลิกเลือก “เลือกพื้นที่ครือข่ายที่รับผิดชอบ”

จากนั้นกรอกข้อมูลท่วไปและข้อมูลเจ้าหน้าที ตรวจสอบรายชื่อโรงเรียนที่รับผิดชอบ ถ้าหากไม่มีกค “เพิ่มโรงเรียน”

จากนั้นเลือกโรงเรียนที่รับผิดชอบ ถ้าหากโรงเรียนใดไม่ถูกเลือกจะไม่สามารถเข้าไปประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติได้

HEALTH GATE. กลับสู่หน้าหลัก ยินทรมิน Logout

โรงเรียน จากฐานข้อมูลกลาง
เขตพื้นที่อำเภอ.สามโคก

จังหวัด.สมุทรสาคร

ชื่อผู้รับ	ตำบล	อำเภอ	จังหวัด	รหัส	HospID	เลือก
อภยาภรณ์วิทยา	บางต๋อย	สามโคก	สมุทรสาคร	1113100139		<input checked="" type="checkbox"/>
มหาวิทยาลัยชินวัตร	บางต๋อย	สามโคก	สมุทรสาคร	1413210100		<input checked="" type="checkbox"/>
วัดโคกศรีนคราราม	เขื่อนราชนิเวศน์	สามโคก	สมุทรสาคร	7013070101		<input checked="" type="checkbox"/>
ร.ร.วัดป่าจิว	ป่าจิว	สามโคก	สมุทรสาคร	3013100101		<input checked="" type="checkbox"/>

เลือก ✓
โรงเรียนที่รับผิดชอบ

***หากโรงเรียนใดไม่ถูกเลือก จะไม่สามารถเข้าไปประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตี

HEALTH GATE. กลับสู่หน้าหลัก Logout

ข้อมูลหน่วยบริการ

ID :
รหัส :
ชื่อหน่วยบริการ :
หมู่ที่ :
ตำบล :
อำเภอ :
จังหวัด :

000114800
000114800
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
ยังไม่เปิดข้อมูล

ชื่อโรงเรียน	Login Code	ลบทิ้ง
อภยาภรณ์วิทยา	1113100139	✖
มหาวิทยาลัยชินวัตร	1413210100	✖
วัดโคกศรีนคราราม	7013070101	✖
ร.ร.วัดป่าจิว	3013100101	✖
วัดสหราษฎร์บำรุง(วงศกสิขาร)	1013270139	✖
วัดท้ายเกาะ	1013270131	✖

รายชื่อของโรงเรียนที่ถูกเลือกจะปรากฏที่ฐานข้อมูลของ รพ.สต.

รหัสของโรงเรียนเพื่อเข้าสู่โปรแกรมประเมิน

ขั้นตอนที่ 4 หลังจากนั้น “ใส่รหัสโรงเรียนที่จะประเมิน” กด “Enter”

HEALTH GATE. Home Login PDF Search For Staff

Welcome to HEALTHGATE
ยินดีต้อนรับสู่ฐานข้อมูลชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ

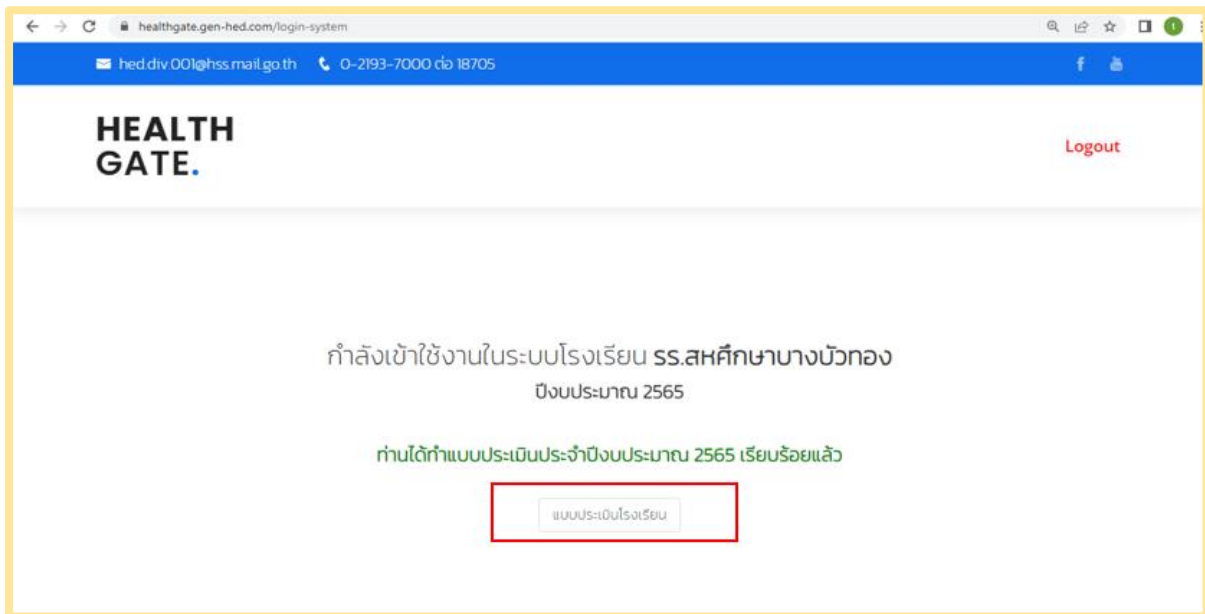
ใส่รหัสของโรงเรียนที่จะประเมิน

Login Code Enter

ผู้รับผิดชอบโรงเรียน ประเมิน
โรงเรียน โดยใช้รหัสของโรงเรียน

ยินทรมิน

ขั้นตอนที่ 5 ปรากฏหน้าจอ “กำลังเข้าใช้งานในระบบโรงเรียน” จากนั้นคลิกเลือก “แบบประเมินโรงเรียน”

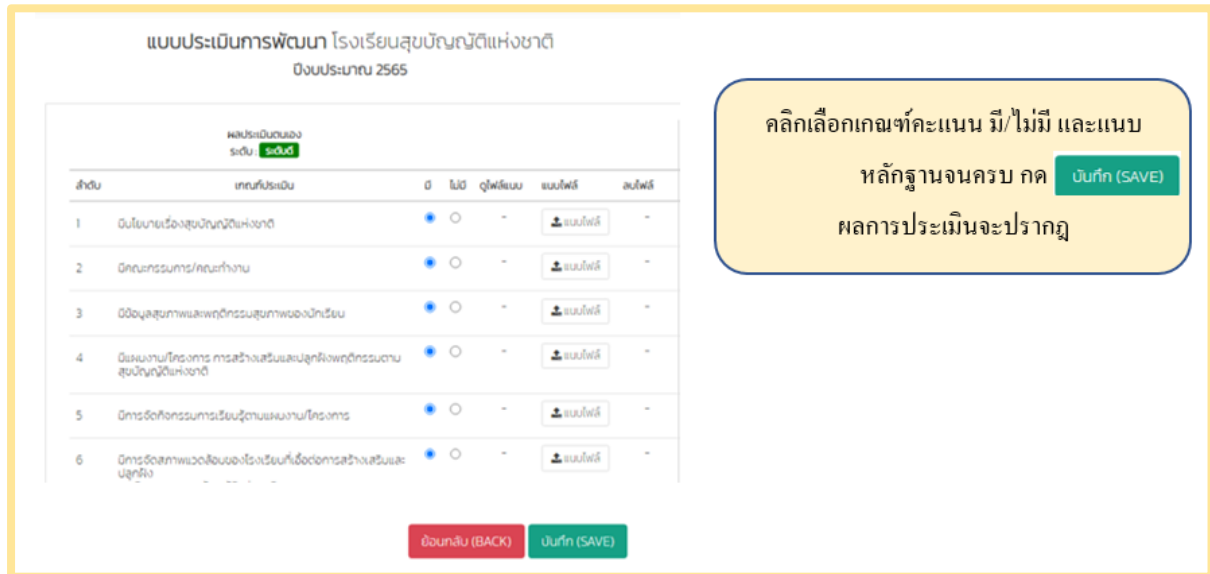


ขั้นตอนที่ 6 เข้าสู่แบบประเมินการพัฒนา โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ กรอกข้อมูล/คลิกเลือกให้ครบทั้ง 3 ส่วน ซึ่งประกอบด้วย

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
- ส่วนที่ 2 ประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ จำนวน 13 ข้อ
- ส่วนที่ 3 ปัญหาอุปสรรค/ข้อเสนอแนะ



ขั้นตอนที่ 7 เกณฑ์การประเมินและการให้คะแนนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพบุรีรัมย์แห่งชาติ คลิกเลือก “มี/ไม่มี” และแนบหลักฐานจนครบ จากนั้นกด “บันทึก (SAVE)”

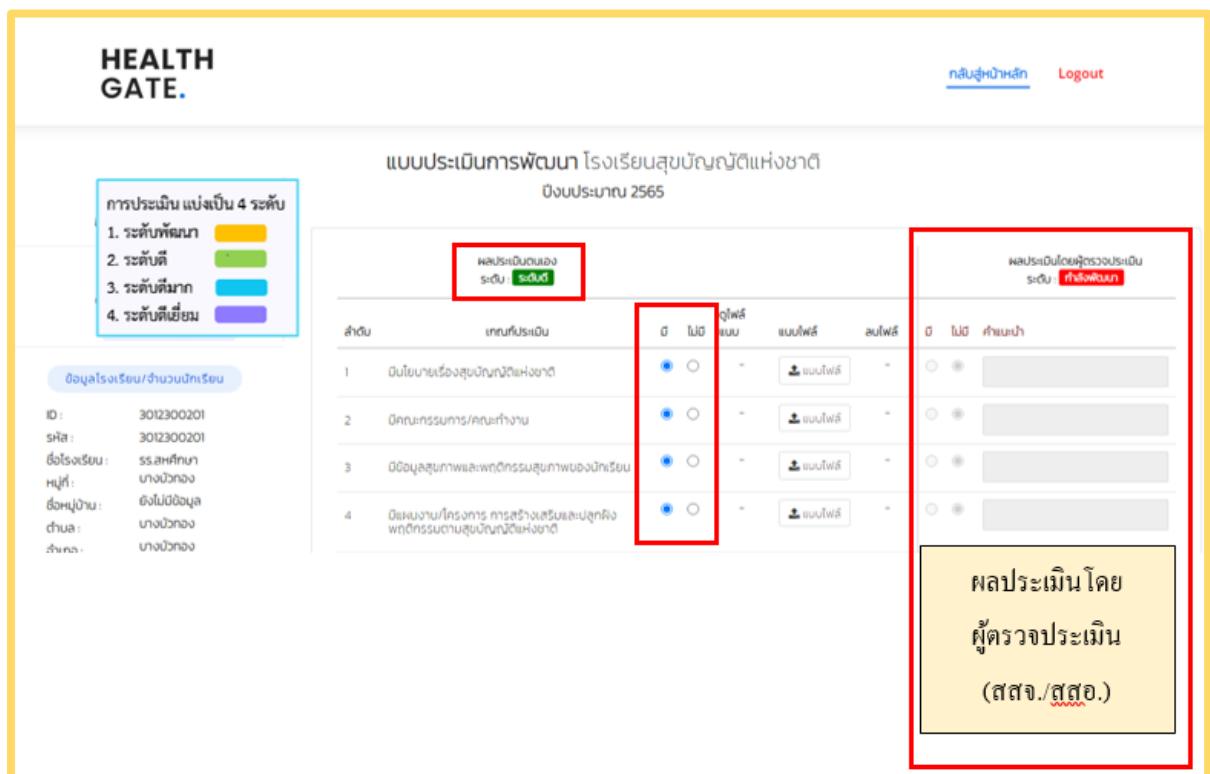


แบบประเมินการพัฒนา โรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ
ปีงบประมาณ 2565

คลิกเลือกเกณฑ์คะแนน มี/ไม่มี และแนบหลักฐานจนครบ กด บันทึก (SAVE) ผลการประเมินจะปรากฏ

ขั้นตอนที่ 8 ระบบจะประมวลผลการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพบุรีรัมย์แห่งชาติเป็น 4 ระดับ ตามเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

- (1) ระดับพัฒนา (2) ระดับดี (3) ระดับดีมาก (4) ระดับดีเยี่ยม



HEALTH GATE

แบบประเมินการพัฒนา โรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ
ปีงบประมาณ 2565

การประเมิน แบ่งเป็น 4 ระดับ

1. ระดับพัฒนา
2. ระดับดี
3. ระดับดีมาก
4. ระดับดีเยี่ยม

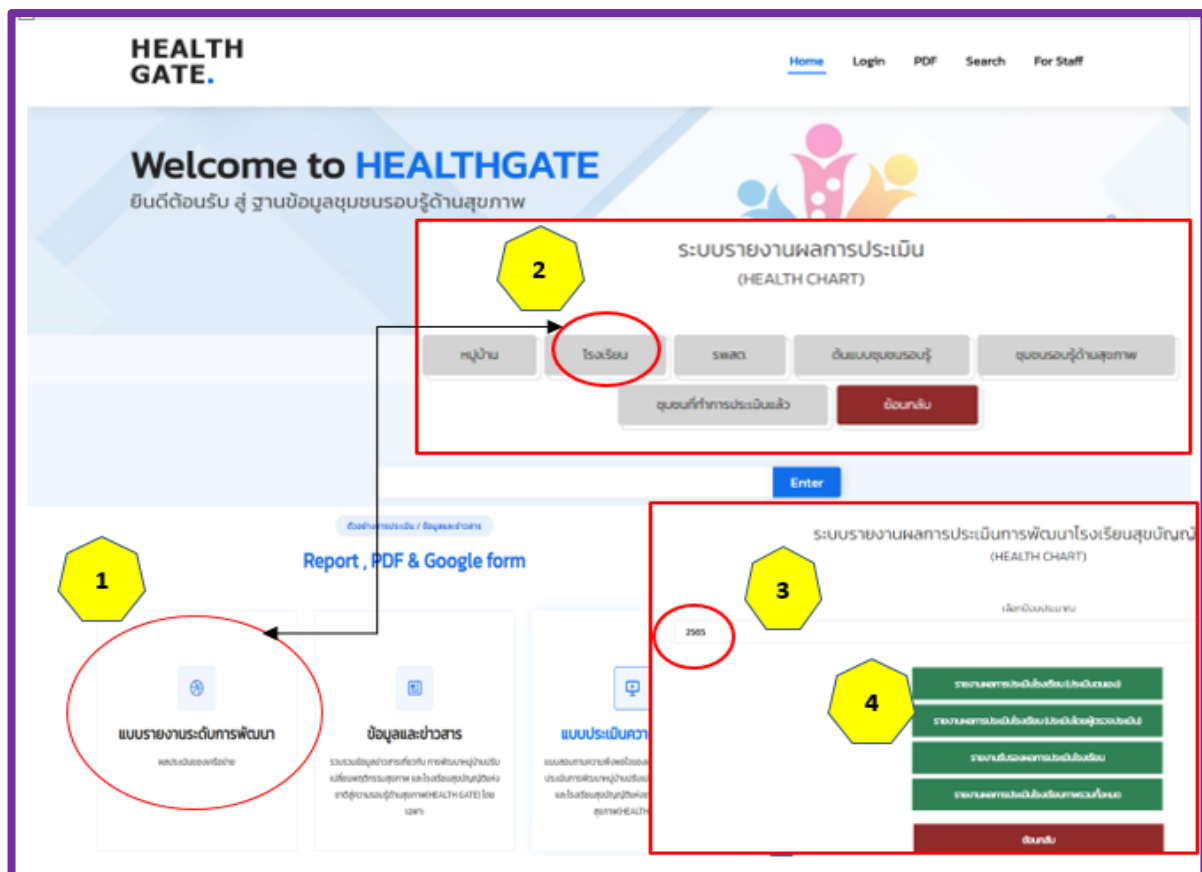
ผลประเมิน โดย ผู้ตรวจประเมิน (ตจ./สสอ.)

3. การรายงานผลการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ

ขั้นตอนที่ 1 เข้าที่เว็บไซต์กองสุกศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือก “Health Gate”



ขั้นตอนที่ 2 คลิกเลือก “แบบรายงานระดับการพัฒนา” จากนั้นเลือก “โรงเรียน” เลือกปีงบประมาณ จากนั้นเลือก “รายงานผลการประเมินโรงเรียน (ประเมินตนเอง)” ตามภาพ



ขั้นตอนที่ 3 คลิกเลือกเพื่อดูผลรายจังหวัดในแต่ละเขต

รายงานผลการประเมินโรงเรียน (ประเมินตนเอง) แยกตามเขต

Show 100 entries

เขตสุขภาพ	จำนวนโรงเรียนทั้งหมด	ประเมินเสร็จ	ร้อยละ	กำลังพัฒนา	ระดับ 1 ดีมาก	ระดับ 2 ดี	ระดับ 3 ดีมาก	ระดับ 4 ดีเยี่ยม	ประเมินหลาย	ประเมินหญิง	รวม	จำนวนสมาชิกประเมิน
1	3257	1188	36.48	277	225	452	17	217	47183	43503	90686	6396
2	1925	761	39.53	90	84	377	4	206	29633	28896	58529	7025
3	2231	774	34.9	98	53	161	256	206	39943	37158	77101	9706
4	1925	643	33.4	258	93	109	12	171	63092	53599	116691	13918
5	3172	597	18.82	39	66	184	16	292	22106	20698	42804	6674
6	3385	1232	36.4	77	179	399	33	544	71067	69342	140409	14856
7	3877	692	17.85	47	43	65	8	529	13654	12952	26606	3288
8	3030	275	9.08	32	43	55	2	143	14709	13635	28344	3322
9	2148	538	25.05	85	230	132	5	86	29437	27889	57326	6311
10	2188	285	13.03	54	56	76	3	96	20683	20169	40852	4485
รวม	30676	7837	25.55	1128	1145	2478	372	2714	407235	384210	791445	89203

Showing 1 to 12 of 12 entries

ขั้นตอนที่ 4 คลิกเลือกโรงเรียนเพื่อดูผลการประเมินรายโรงเรียน และสามารถส่งออกข้อมูลเป็นไฟล์ Excel ได้

รายงานผลการประเมินโรงเรียน (ประเมินตนเอง) แยกตามจังหวัด เขต 1

คลิกเพื่อดูผลการพัฒนารายโรงเรียน

ส่งออกข้อมูล excel

จังหวัด	จำนวนโรงเรียนทั้งหมด	ประเมินเสร็จ	ร้อยละ	กำลังพัฒนา	ระดับ 1 ดีมาก	ระดับ 2 ดี	ระดับ 3 ดีมาก	ระดับ 4 ดีเยี่ยม	ประเมินหลาย	ประเมินหญิง	รวม	จำนวนสมาชิกประเมิน
ปทุม	355	94	25.54	18	15	33	4	23	4501	4465	8966	750
พิจิตร	211	50	23.7	4	3	23	0	20	383	350	673	539
ฉะเชิงเทรา	399	57	14.05	19	19	19	1	6	2195	2099	4294	242
ฉะเชิงเทรา	231	57	24.68	18	3	16	1	19	2861	2653	5514	518
ฉะเชิงเทรา	598	456	76.27	150	85	159	4	58	15210	14764	29974	3423

ผลการประเมินรายโรงเรียน

แบบประเมินพัฒนา โรงเรียนสุโขทัยจังหวัดแห่งชาติน้องปรานยา 2565

ลำดับ	ชื่อโรงเรียน	สถานะ	ดู	ลบ	ดูประวัติ	ลบประวัติ
1	โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนา	★	○	-	ดูประวัติ	-
2	โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนา	★	○	-	ดูประวัติ	-
3	โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนา	★	○	-	ดูประวัติ	-
4	โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนา	★	○	-	ดูประวัติ	-
5	โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนา	★	○	-	ดูประวัติ	-

ภาคผนวก ข : การเข้าใจโปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและ
พฤติกรรมสุขภาพของประชาชนวัยเรียนสำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ
ในตำบลจัดการคุณภาพชีวิต

1. โปรแกรมประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ (HL&HB) คืออะไร มีกี่ระดับ และใช้
แบบประเมินอะไร

โปรแกรมประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ (HL&HB) คือ โปรแกรมหรือ
เครื่องมือประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน เพื่อทราบผลระดับความรอบรู้
ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในแต่ละด้านและนำด้านที่มีโอกาสเสี่ยงปัญหาด้านสุขภาพนำไปวางแผนการ
จัดกิจกรรมการเรียนรู้ เช่นเดียวกันเครื่องมือนี้ก็สามารถนำมาวัดเพื่อประเมินผลการพัฒนากระบวนการเรียนรู้
มีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้นหรือไม่

ระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ จำแนกเป็น 4 ระดับ คือ ระดับไม่ดี ระดับ
พอใช้ ระดับดี และระดับดีมาก

 ไม่ดี	= ระดับไม่ดี
 พอใช้	= ระดับพอใช้
 ดี	= ระดับดี
 ดีมาก	= ระดับดีมาก

แบบการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ



แบบประเมิน

ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน
สำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ

คำชี้แจง: แบบประเมินนี้มีจุดมุ่งหมาย ใช้เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถ ทักษะ และการปฏิบัติตนด้านสุขภาพของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย (อายุ ๖-๑๘ ปี) ที่อยู่ในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติ ซึ่งประกอบด้วย
๔ ตอน จำนวน ๔๐ ข้อ

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบ	จำนวน ๔ ข้อ
ตอนที่ ๒ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	จำนวน ๑๖ ข้อ
ตอนที่ ๓ พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	จำนวน ๑๕ ข้อ
ตอนที่ ๔ การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม	จำนวน ๕ ข้อ

ข้อมูลที่ได้จะนำมารวบรวมและวิเคราะห์ผล เพื่อให้ทราบระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพัญญัตติ ๑๐ ประการ
ซึ่งจะไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบ จึงขอให้ท่านตอบข้อคำถามตามความเป็นจริง เพื่อนำข้อมูลมาพัฒนากิจกรรมด้านสุขภาพให้นักเรียน
เกิดทักษะและมีการปฏิบัติทางสุขภาพได้ถูกต้องต่อไป

คำนิยาม:

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ หมายถึง นักเรียนมีความสามารถและทักษะในการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ มีความรู้ความเข้าใจ
กล้าซักถาม ตัดสินใจเลือกปฏิบัติเพื่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง และสามารถชี้แนะเรื่องสุขภาพต่อบุคคล ครอบครัว และชุมชน
นำไปปฏิบัติตามเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

พฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง หมายถึง นักเรียนมีการปฏิบัติตัวเพื่อการดูแลสุขภาพตามสุขบัญญัติ ๑๐ ประการ ได้แก่
๑.ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด ๒.รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง ๓.ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหาร
และหลังขับถ่าย ๔.กินอาหารสุก สะอาด ปราศจากสารอันตรายและหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสันฉูดฉาด ๕.งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด
การพนัน และการจำหน่ายทางเพศ ๖.สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น ๗.ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท ๘.ออกกำลังกาย
สม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี ๙.ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ และ ๑๐.มีอำนาจต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน

- ชื่อโรงเรียน.....
 ชื่อหมู่บ้าน..... ชื่อตำบล.....
 ชื่ออำเภอ..... ชื่อจังหวัด.....

โปรดทำเครื่องหมาย ลงใน หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

๑. เพศ ๑.ชาย ๒. หญิง
๒. ปัจจุบันนักเรียนอายุ ๑. อายุ ๖-๙ ปี ๒. อายุ ๑๐-๑๒ ปี
 ๓. อายุ ๑๓-๑๕ ปี ๔. อายุ ๑๖-๑๘ ปี
๓. นักเรียนกำลังศึกษาชั้น ๑. ประถมศึกษาปีที่ ๑-๓ ๒. ประถมศึกษาปีที่ ๔-๖
 ๓. มัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓ ๔. มัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖
๔. นักเรียนมีบทบาท/ตำแหน่ง/สถานะแบบใด
 ๑. นักเรียนแกนนำ ๒. ยูว อสม. ๓. นักเรียน

ตอนที่ ๒ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

ข้อคำถามประเมินจากการรับรู้ความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถ หรือทักษะด้านสุขภาพของตนเอง	ระดับความเป็นจริงตรงกับท่าน				
	ไม่เคย ทำ	ทำได้ ยากมาก	ทำได้ ยาก	ทำได้ ง่าย	ทำได้ ง่ายมาก
องค์ประกอบที่ ๑ ทักษะการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ					
๑. นักเรียนสามารถหาแหล่งข้อมูล เมื่อต้องการข้อมูลด้านสุขภาพและวิธีป้องกันตนเองได้โดยทันที					
๒. นักเรียนสามารถหาแหล่งบริการสุขภาพที่จะให้การช่วยเหลือด้านสุขภาพ เมื่อเกิดความเจ็บป่วยหรือจำเป็นได้					
๓. นักเรียนสามารถติดต่อเบอร์สายด่วนสุขภาพที่จะให้การช่วยเหลือด้านสุขภาพ เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินหรือปัญหาสุขภาพได้					
๔. นักเรียนสามารถตรวจสอบข้อมูลและแหล่งข้อมูลด้านสุขภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง เป็นจริง					
องค์ประกอบที่ ๒ ด้านการเข้าใจข้อมูลสุขภาพ					
๕. นักเรียนสามารถอ่านข้อมูลด้านสุขภาพและวิธีการป้องกันตนเองด้วยความเข้าใจวิธีการปฏิบัติตามคำแนะนำในคู่มือ หรือเว็บไซต์					
๖. นักเรียนสามารถอ่านฉลากอาหารและยาที่ได้รับถึงวิธีการกิน การใช้ การเก็บรักษา และผลข้างเคียง					
๗. นักเรียนสามารถเข้าใจข้อมูลสุขภาพที่นำเสนอในรูปแบบของสัญลักษณ์ คำศัพท์ ตัวเลขหรือเครื่องหมายในสถานพยาบาลได้					
๘. นักเรียนกล้าซักถามผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ เช่น หมอ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ครูอนามัย เพื่อเพิ่มเข้าใจวิธีการดูแลสุขภาพให้ความเข้าใจที่ถูกต้อง					
องค์ประกอบที่ ๓ ด้านการประเมินข้อมูลและบริการด้านสุขภาพ					
๙. นักเรียนประเมินข้อมูลการปฏิบัติตัวกับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ เช่น หมอ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ก่อนที่จะทำตาม					
๑๐. นักเรียนพิจารณาข้อดีข้อเสียของข้อมูลสุขภาพที่ได้รับด้วยเหตุผล ก่อนที่จะทำตาม					
๑๑. นักเรียนทบทวนข้อมูลสุขภาพจากหลายแหล่งจนพบทางเลือกที่เหมาะสมก่อนที่จะทำตาม					
๑๒. นักเรียนไตร่ตรองข้อมูลสุขภาพที่ได้รับด้วยเหตุผล ก่อนที่จะทำตาม ถึงแม้จะมีคนที่ใช้แล้วได้ผล					
องค์ประกอบที่ ๔ การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ					
๑๓. นักเรียนสามารถนำข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ ไปใช้ในการส่งเสริมสุขภาพตนเองให้ดีขึ้นเสมอ					
๑๔. นักเรียนหมั่นสังเกตความผิดปกติของร่างกายและอารมณ์ของตนเอง เพื่อป้องกันการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นได้					
๑๕. นักเรียนวางแผน ทำกิจกรรมที่จำเป็น เช่น ชั่งน้ำหนัก ตรวจสอบสุขภาพประจำปี มองโลกในแง่บวก ไม่ทานอาหารที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ ออกกำลังกายเป็นประจำ เพื่อการมีสุขภาพที่ดีของตนเอง					
๑๖. นักเรียนตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนในการปฏิบัติตน เพื่อลดหรือหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ					

ตอนที่ ๓ พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนในรอบ ๓ เดือนที่ผ่านมา

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติเฉลี่ยต่อสัปดาห์				
	๖-๗ วัน	๔-๕ วัน	๓ วัน	๑-๒ วัน	ไม่ปฏิบัติ
๑. อาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทุกครั้งเมื่อกลับถึงบ้าน					
๒. ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น เช่น ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ เป็นต้น					
๓. กินอาหารอีก หลังจากที่แปรงฟันก่อนนอนแล้ว และไม่ได้แปรงฟันอีกครั้ง					
๔. หลังจากจับสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได ที่จับประตู ปุ่มกดลิฟท์ เป็นต้น นักเรียนล้างมือด้วยสบู่ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ล้างมือ					
๕. กินขนมหวาน เช่น ช็อกโกแลต น้ำแข็งไส ไอศกรีม เป็นต้น หรือดื่มเครื่องดื่มที่ผสมน้ำตาล เช่น น้ำอัดลม ชาวมะขาม เป็นต้น					
๖. กินอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทอด กะทิ เนื้อมัน มีไขมันผสม เป็นต้น					
๗. กินอาหารเค็มหรือขนมกรุบกรอบ					
๘. กินผักและผลไม้สดที่ไม่หวานจัด อย่างน้อยวันละครั้งกิโลกรัม					
๙. ดื่มสุรา สูบบุหรี่ หรืออยู่ใกล้ชิดกับผู้ที่สูบบุหรี่					
๑๐. รับผิดชอบหน้าที่ในบ้าน เช่น ล้างจาน ทำความสะอาดบ้าน รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น					
๑๑. เล่นกิจกรรมตามคำฟัง ใกล้แหล่งน้ำ บ่อน้ำ อ่างน้ำ สระน้ำ เป็นต้น					
๑๒. วิ่งเล่นหรือออกกำลังกายได้อย่างน้อย ๖๐ นาทีต่อวัน					
๑๓. คลายเครียดด้วยการเล่นเกมออนไลน์					
๑๔. สวมใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เมื่อออกจากบ้าน					
๑๕. ใช้วัสดุที่นำกลับมาใช้ได้ เช่น กระเป่าผ้า ปิ่นโต ทดแทนถุงพลาสติก โฟม เพื่อลดปริมาณขยะ เป็นต้น					

ตอนที่ ๔ การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (สำหรับแกนนำนักเรียน/ยุวอสม.)

กรณีเป็นแกนนำนักเรียนหรือ ยุว อสม. ได้ร่วมจัดกิจกรรมเพื่อเพิ่มความรอบรู้และการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพแก่เพื่อนนักเรียนในโรงเรียน โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง และเติมข้อความในช่องว่างของแต่ละข้อที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนหลังได้รับการพัฒนาศักยภาพ

การมีส่วนร่วม	ทุกครั้ง	บางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
๑. ร่วมกิจกรรมประเมิน เฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อ และโรคไร้เชื้อ เช่น การตรวจร่างกายเบื้องต้น การวัดอุณหภูมิ เป็นต้น			
๒. ร่วมทำแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น วิเคราะห์ปัญหา ออกแบบกิจกรรม ออกแบบนวัตกรรม เป็นต้น			
๓. จัดกิจกรรมให้ถ่ายทอดความรู้ เช่น เสียงตามสาย หน้าเสาธง จัดป้ายนิเทศการ เป็นต้น			
๔. จัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะด้านสุขภาพ เช่น การให้ความรู้ในการคัดแยกขยะ การออกกำลังกาย สาธิตการล้างมือ สาธิตการแปรงฟัน เป็นต้น			
๕. ร่วมกำหนดและบังคับใช้มาตรการทางสังคมในการดูแลสุขภาพ เช่น ร่วมกำหนดให้เป็นโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม กำหนดให้ร้านค้าขายเหล้า บุหรี่แก่นักเรียน กำหนดให้ติดป้ายป้องกันอุบัติเหตุ เป็นต้น			

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ

2. การเก็บข้อมูล

กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ได้สร้างและพัฒนาเครื่องมือวัดระดับความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ เพื่อให้เจ้าหน้าที่ใช้ในการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนวัยเรียน

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จัดประชุมชี้แจงการเก็บข้อมูล โดยแบ่งหน้าที่ให้ครูที่รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียนที่มีทักษะด้านเทคโนโลยีในแต่ละโรงเรียน เชิญชวนให้กลุ่มเป้าหมายวัยเรียนในโรงเรียนตอบแบบสอบถาม จำนวน 40 คน

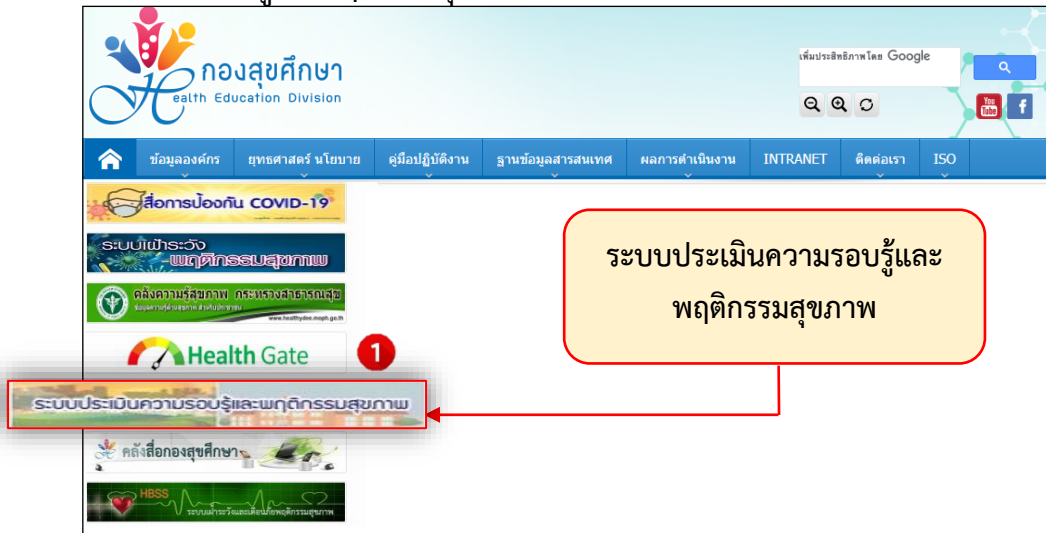


การเก็บรวบรวมข้อมูล มีแนวทาง 2 วิธี ดังนี้

2.1 แบบประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ (Google Forms)

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลโดยนำเครื่องมือการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติของกลุ่มประชาชนวัยเรียน มีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าที่เว็บไซต์กองสุขศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือก “ระบบประเมินความรู้และพฤติกรรมสุขภาพ” (ลำดับ 1)



ขั้นตอนที่ 2 ให้คลิกเลือก “แบบประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ” สำหรับทำแบบประเมินวัยเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ (ลำดับ 2)

แบบประเมิน และรายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โรงเรียนสุขภาพัญญัตติ ผู้สูงอายุ และผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

			
<p>หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>>> แบบประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>>> รายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>โรงเรียนสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ 2</p> <p>>> แบบประเมินโรงเรียนสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ</p> <p>>> รายงานการประเมินโรงเรียนสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ</p>	<p>ผู้สูงอายุ</p> <p>>> แบบประเมินผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>>> รายงานการประเมินผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง</p> <p>>> แบบประเมินผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการในสถานบริการสุขภาพในพื้นที่ต้นแบบ</p> <p>>> รายงานการประเมินผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการในสถานบริการสุขภาพในพื้นที่ต้นแบบ</p>

หลังจากนั้น คลิกเลือกเขต และจังหวัดที่ต้องการให้กลุ่มเป้าหมายตอบแบบสอบถาม (ลำดับ 3)

แบบประเมินโรงเรียน เขต 1 ^

เชียงใหม่ **3**

เชียงราย

พะเยา

แม่ฮ่องสอน

แพร่

น่าน

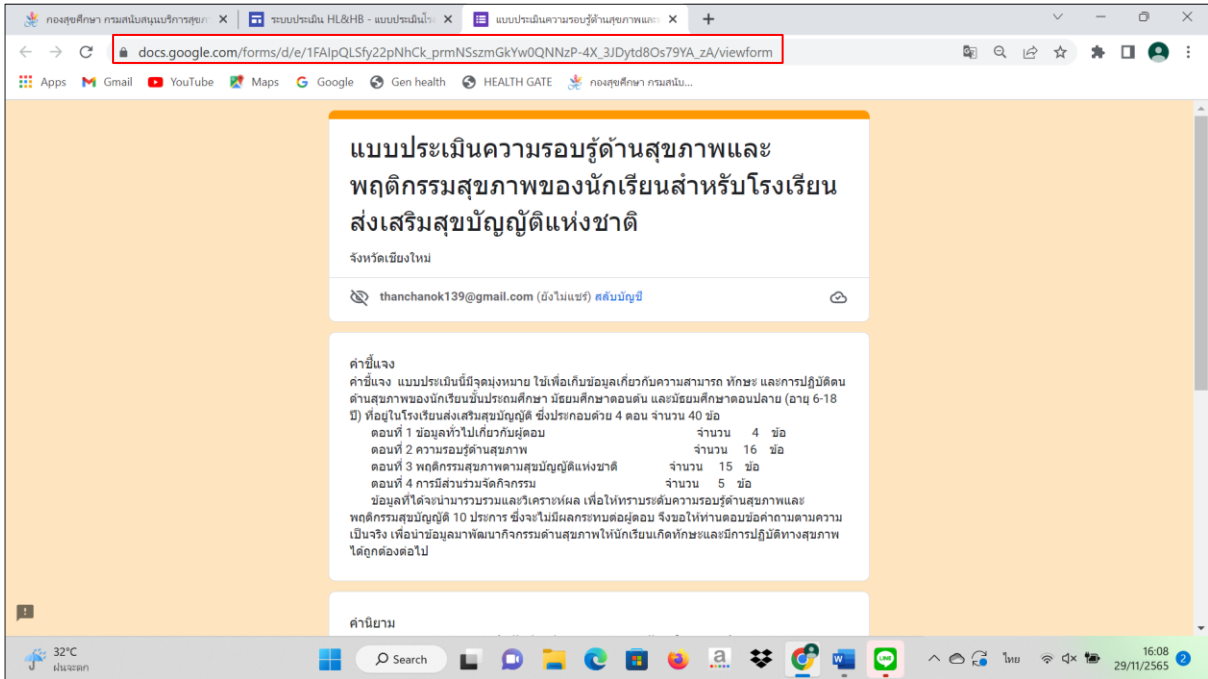
ลำปาง

สุโขทัย

แบบประเมินโรงเรียน เขต 2 v

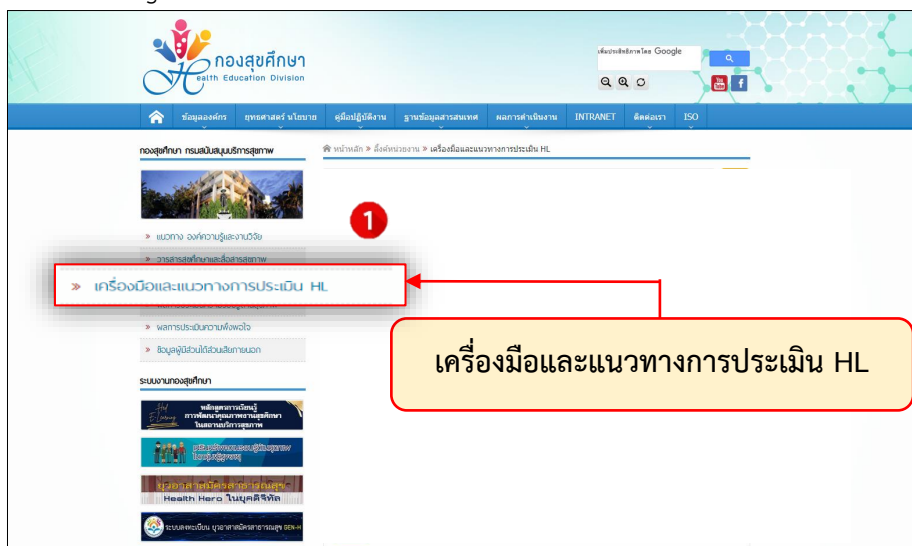
แบบประเมินโรงเรียน เขต 3 v

ขั้นตอนที่ 3 กลุ่มเป้าหมายสามารถตอบแบบประเมินทางช่องทาง Google Form ผ่านคอมพิวเตอร์หรือมือถือได้เลย และถ้าต้องการส่งไปให้กลุ่มเป้าหมายตอบเพิ่มเติมสามารถ “คัดลอกลิงค์ Google Forms” เพื่อส่งให้ตอบแบบประเมินทางไลน์ได้เช่นกัน

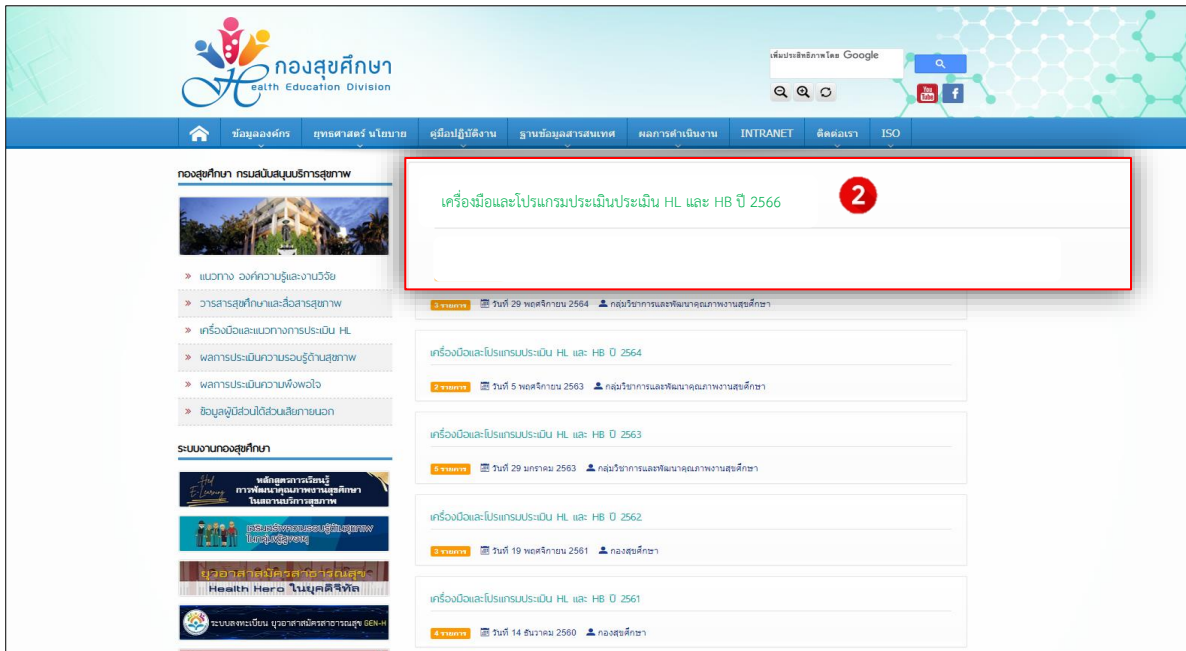


2.2 แบบสอบถามจากเว็บไซต์ของสุกศึกษา

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลโดยนำเครื่องมือการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามหลักของกลุ่มประชาชนวัยเรียน โดยดาวน์โหลดได้ที่เว็บไซต์ของสุกศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือก “เครื่องมือและแนวทางการประเมิน HL” (ลำดับ 1)



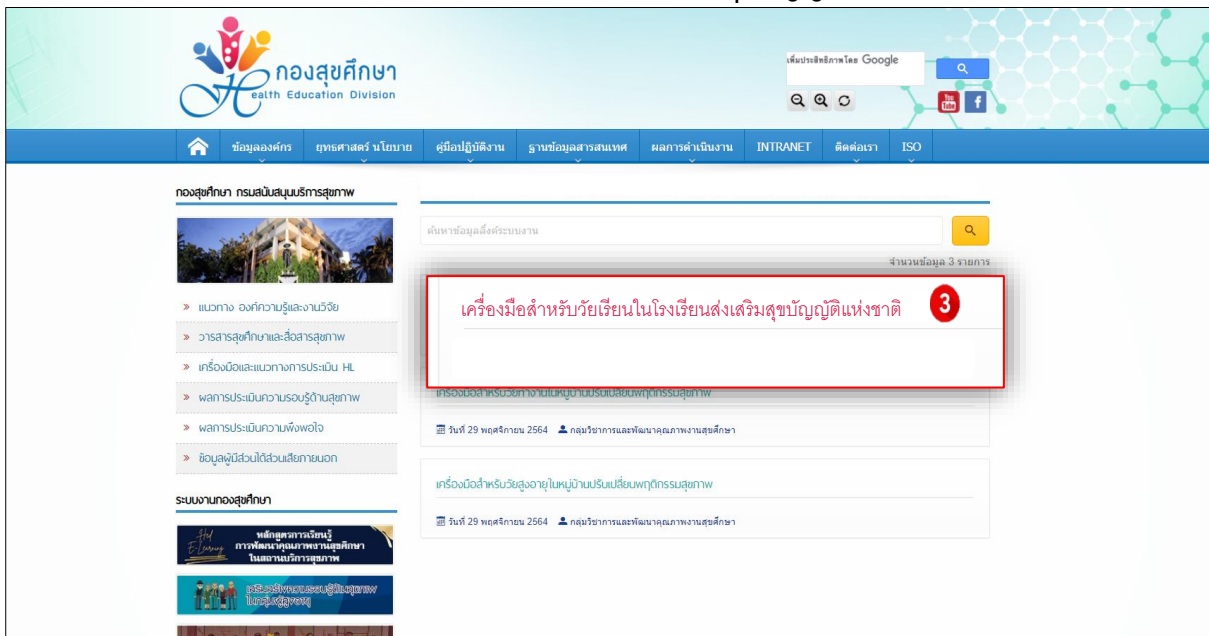
คลิกเลือก “เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2566” (ลำดับ 2)



The screenshot shows the website interface with a search bar at the top right containing the text 'เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2566'. A red box highlights the search results, which include a red circle with the number '2'. The search results list several documents related to HL and HB assessment tools for the year 2566.

ลำดับ	วันที่	ชื่อเอกสาร	ผู้จัดทำ
1	วันที่ 29 พฤศจิกายน 2564	เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2564	กลุ่มวิชาการและพัฒนาคณาจารย์สุขภาพศึกษา
2	วันที่ 5 พฤศจิกายน 2563	เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2563	กลุ่มวิชาการและพัฒนาคณาจารย์สุขภาพศึกษา
3	วันที่ 29 มกราคม 2563	เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2563	กลุ่มวิชาการและพัฒนาคณาจารย์สุขภาพศึกษา
3	วันที่ 19 พฤศจิกายน 2561	เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2562	กองสุกศึกษา
4	วันที่ 14 ธันวาคม 2560	เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2561	กองสุกศึกษา

คลิกเลือก “เครื่องมือสำหรับวัยเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ” (ลำดับ 3)



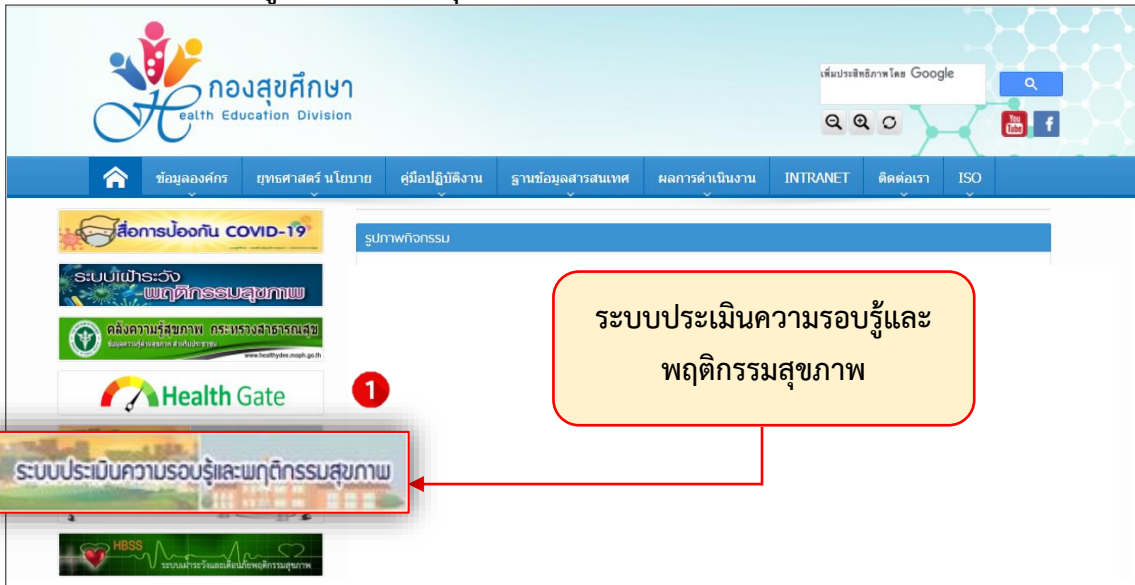
The screenshot shows the website interface with a search bar at the top right containing the text 'เครื่องมือสำหรับวัยเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ'. A red box highlights the search results, which include a red circle with the number '3'. The search results list documents related to assessment tools for school-age children in health-promoting schools.

ลำดับ	วันที่	ชื่อเอกสาร	ผู้จัดทำ
1	วันที่ 29 พฤศจิกายน 2564	เครื่องมือสำหรับวัยเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ	กลุ่มวิชาการและพัฒนาคณาจารย์สุขภาพศึกษา
2	วันที่ 29 พฤศจิกายน 2564	เครื่องมือสำหรับวัยเรียนในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	กลุ่มวิชาการและพัฒนาคณาจารย์สุขภาพศึกษา

3. การแสดงผลการประเมิน มีแนวทางการ 2 วิธี ดังนี้

3.1 รายงานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ (Google Sheet)

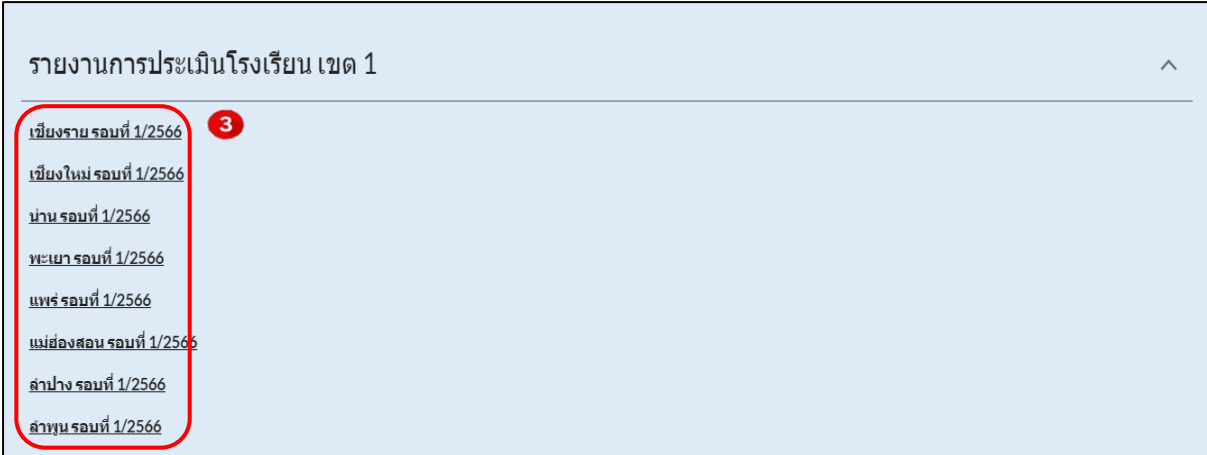
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สามารถดูผลการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขภาพัญญัตติแห่งชาติของกลุ่มประชาชนวัยเรียน มีขั้นตอน ดังนี้
ขั้นตอนที่ 1 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าที่เว็บไซต์กองสุขศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือก “ระบบประเมินความรู้และพฤติกรรมสุขภาพ” (ลำดับ 1)



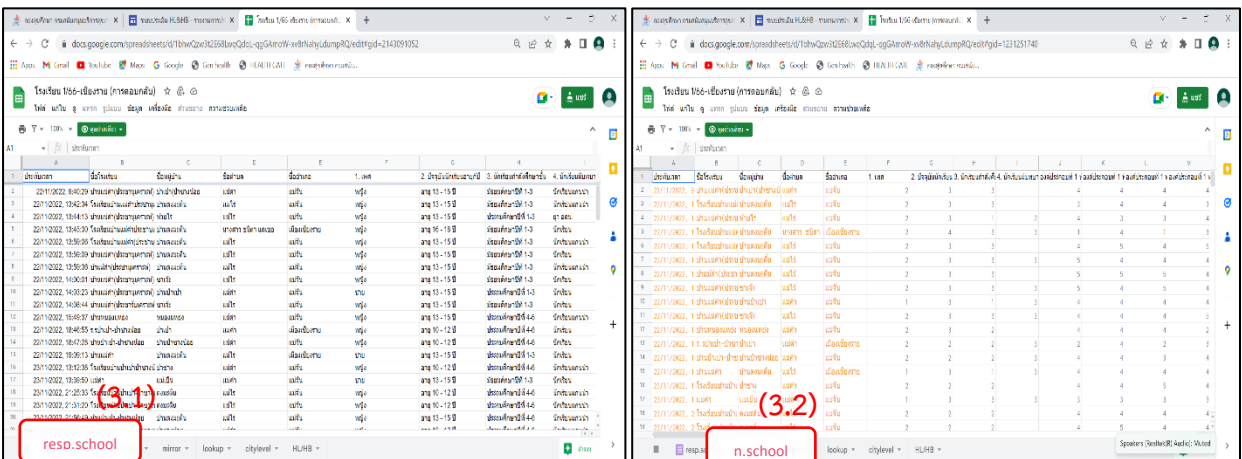
ขั้นตอนที่ 2 คลิกเลือก “รายงานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ” สำหรับดูผลการประเมินวัยเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ (ลำดับ 2)



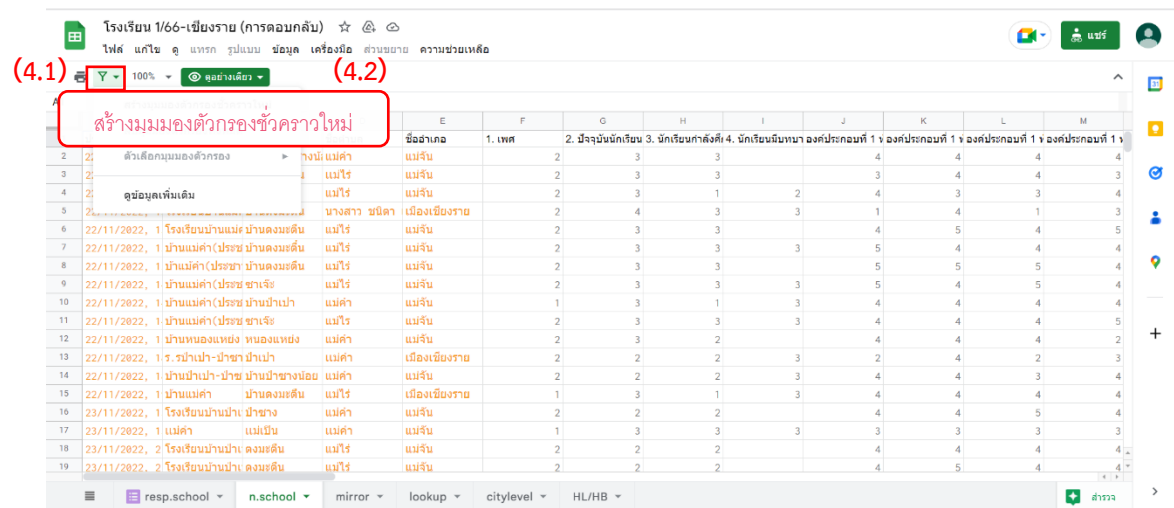
คลิกเลือกเขต และจังหวัดที่ต้องการดูรายงานการประเมินฯ (ลำดับ 3)




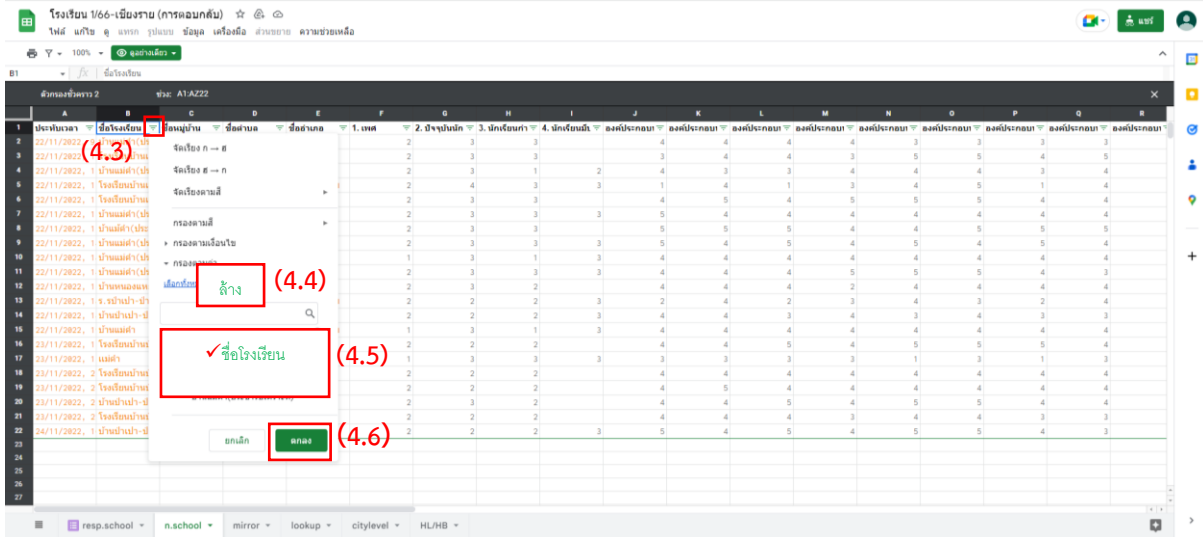
ขั้นตอนที่ 3 Sheet “resp.school” (ลำดับ 3.1) ใช้เพื่อดูสถานะของกลุ่มเป้าหมายที่ตอบแบบสอบถาม แต่เนื่องจากข้อมูลเป็นข้อความจึงได้แปลงจากข้อความเป็นตัวเลขเพื่อให้สะดวกในการวิเคราะห์ภาพรวม โดยคลิกเลือก sheet “n.school” (ลำดับ 3.2)



ขั้นตอนที่ 4 คลิกเลือก sheet “n.school” เลือกการกรองข้อมูลด้วยมุมมองการกรอง (Filters) (ลำดับ 4.1) แล้วเลือก “สร้างมุมมองตัวกรองชั่วคราวใหม่” (ลำดับ 4.2)



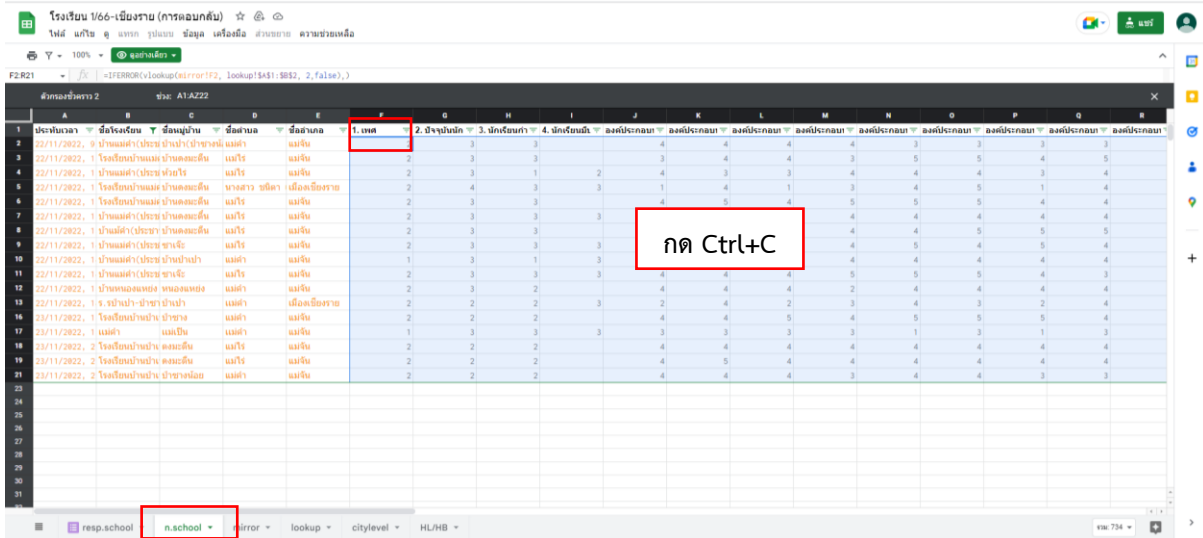
ไปที่คอลัมน์ “ชื่อโรงเรียน” (คอลัมน์ B) คลิกที่สัญลักษณ์  หลังข้อความ (ลำดับ 4.3) จากนั้นเลือก “ล้าง” (ลำดับ 4.4) หลังจากนั้นกดเลือก “ชื่อโรงเรียน” (ลำดับ 4.5) แล้วตอบ “ตกลง” (ลำดับ 4.6)



*****หมายเหตุ:**

หากพบปัญหาของคอลัมน์ n.school ไม่ขึ้นข้อมูล เนื่องจากข้อมูลอาจมีการผิดพลาด โปรดติดต่อเจ้าหน้าที่กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุภาพ เพื่อทำการแก้ไขข้อมูลให้เป็นปัจจุบัน

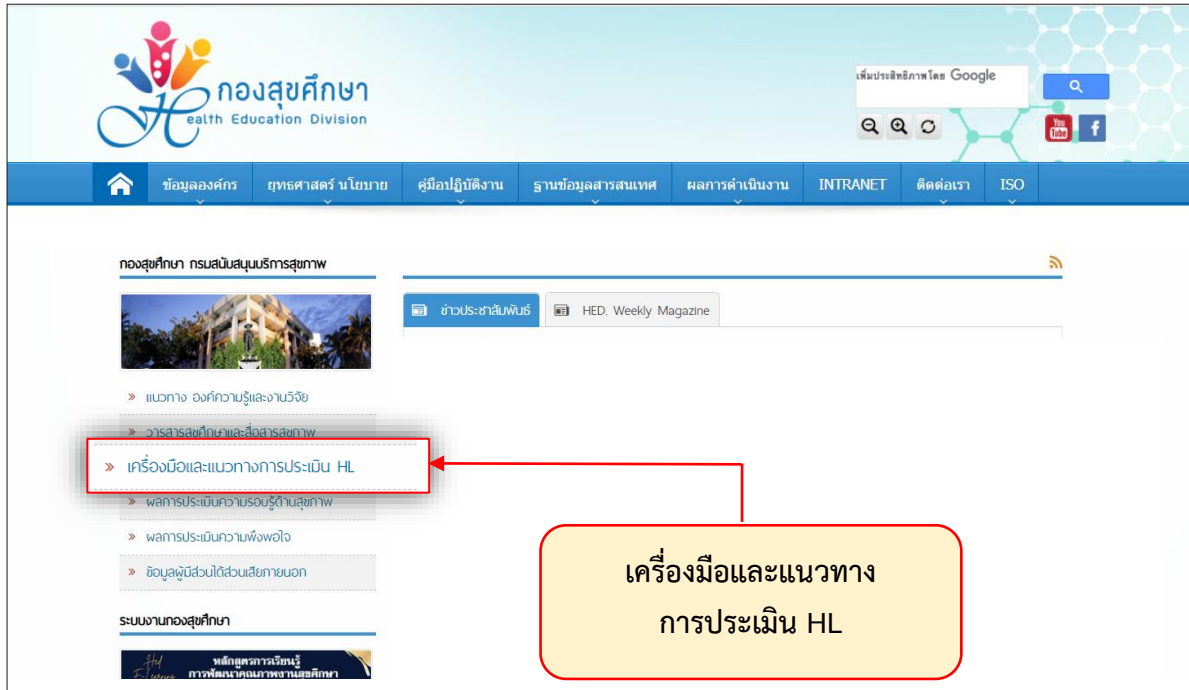
ขั้นตอนที่ 5 แล้วเลือกข้อมูลตั้งแต่ คอลัมน์ “เพศ (คอลัมน์ F)” จนถึงคอลัมน์ “การมีส่วนร่วม (คอลัมน์ AS)” จนครบจำนวนประชาชนในหมู่บ้านนั้น แล้วกด Ctrl + C (คัดลอก) แล้วนำไปวิเคราะห์ต่อใน Excel สามารถดาวน์โหลดที่เว็บไซต์กองสุศึกษา www.hed.go.th



3.2 รายงานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพบุรีรัมย์แห่งชาติ (Excel)

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสามารถดาวน์โหลด โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลที่กองสุขศึกษา จัดเตรียมไว้ที่เว็บไซต์กองสุขศึกษา มีขั้นตอนดังนี้

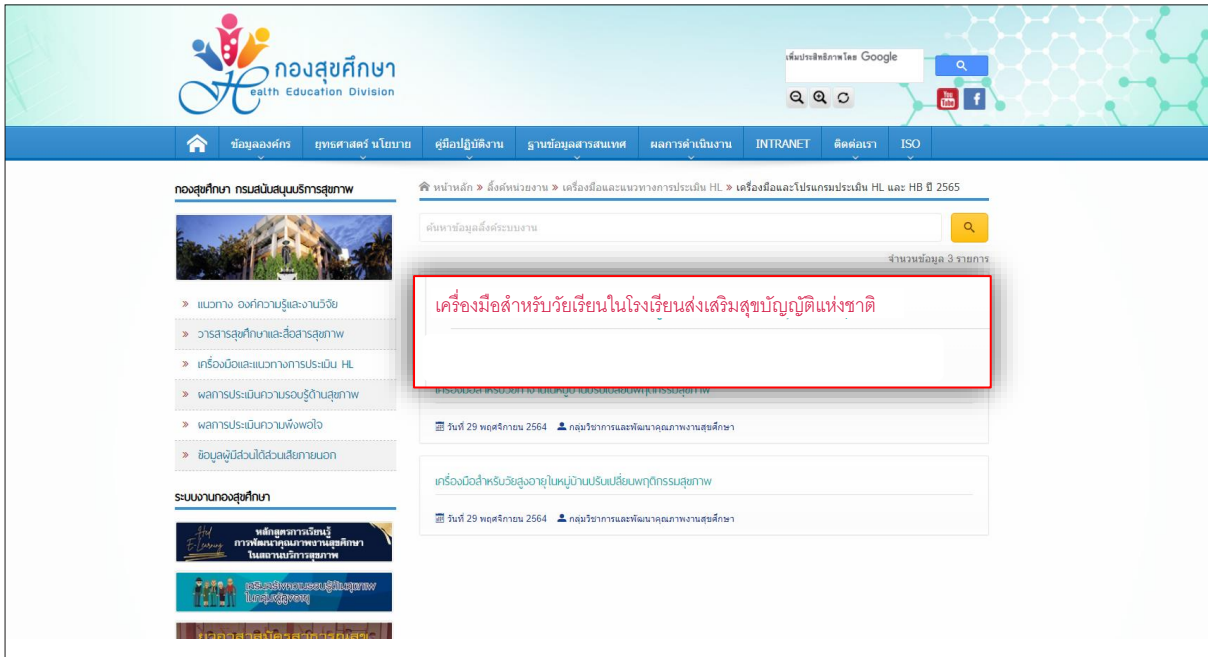
ขั้นตอนที่ 1 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าที่เว็บไซต์กองสุขศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือก “เครื่องมือและแนวทางการประเมิน HL”



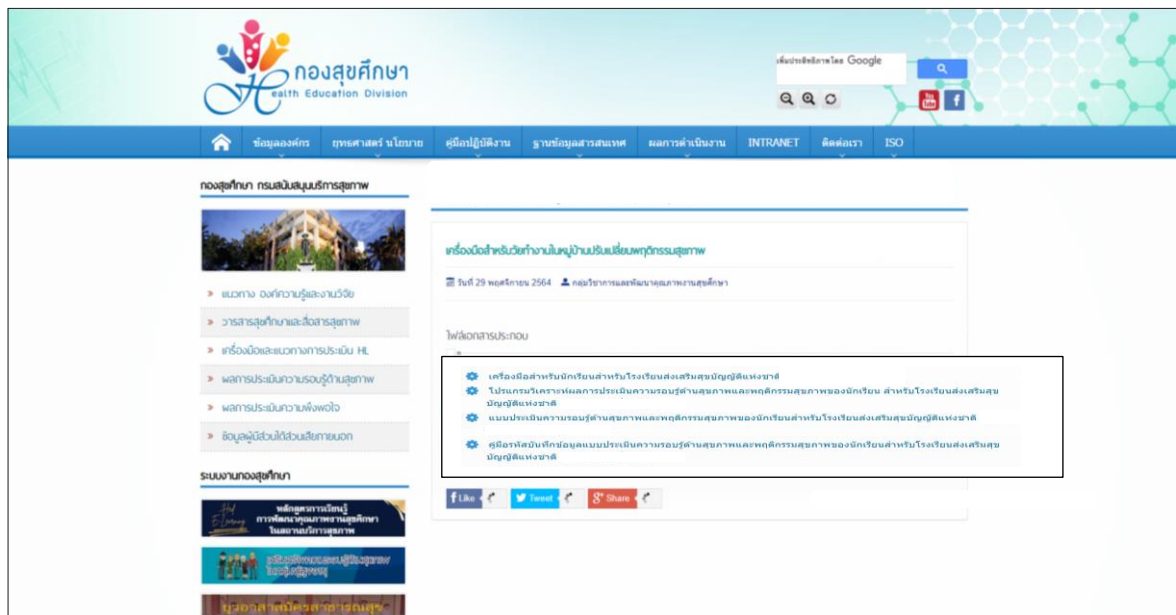
จากนั้นคลิกเลือก “เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2566”



แล้วเลือก “เครื่องมือสำหรับวัยเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ”

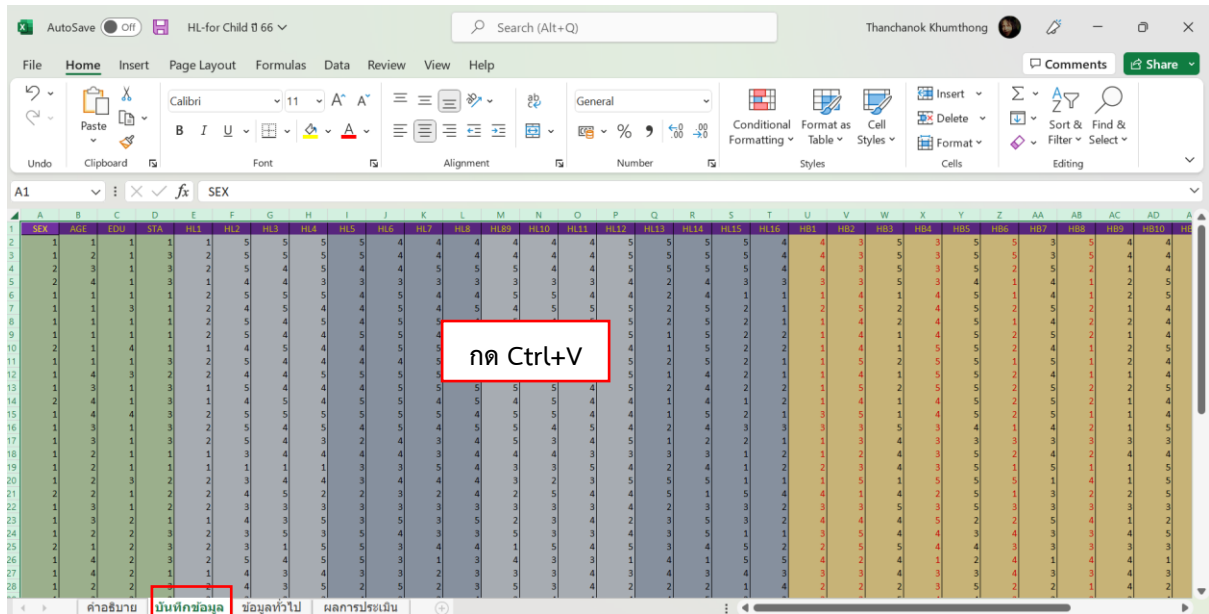


ซึ่งจะมีไฟล์เอกสารประกอบทั้งแบบประเมินความความรู้ด้านสุขภาพ, คู่มือรหัสบันทึกข้อมูลแบบประเมิน (กรณีไม่ได้ใช้ Google Forms) ให้คลิกเลือกไฟล์ที่ต้องการ

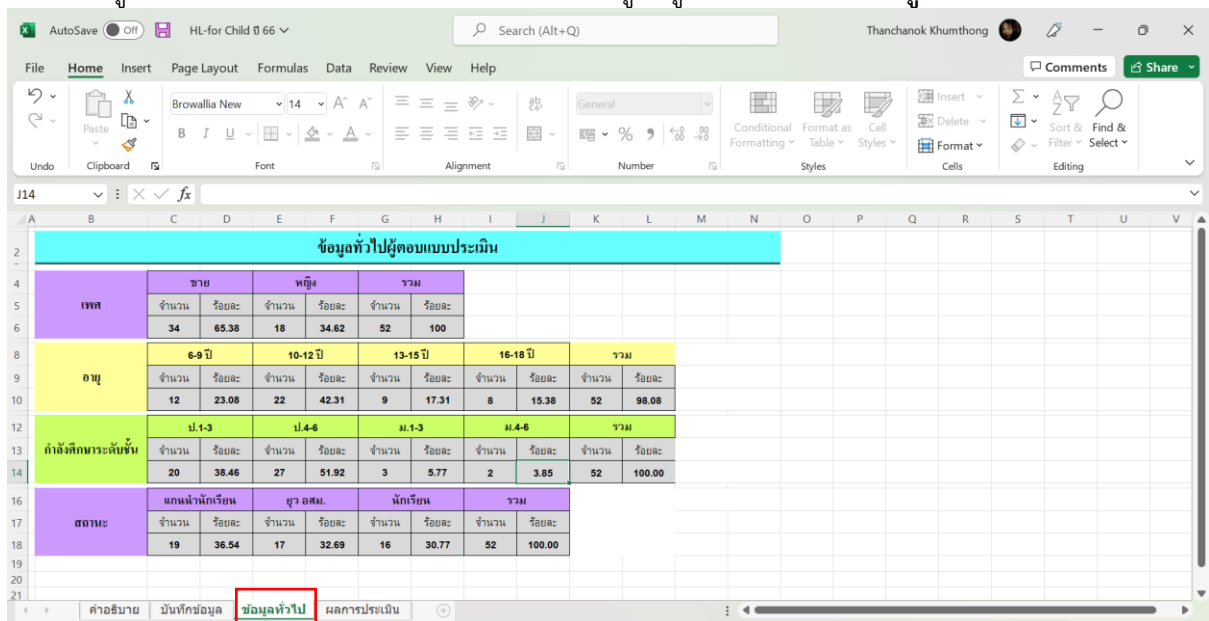


โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลควนโหนด “โปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนวัยเรียน สำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัตติแห่งชาติ ปี 2566” ซึ่งเป็นไฟล์ Excel เพื่อใช้ดูผลการวิเคราะห์ประมวลผลข้อมูล

ขั้นตอนที่ 2 โรงพยาบาลสามารถนำข้อมูลจาก Google Form มาวางใน Excel โดยกด Ctrl + V (วาง) ที่ชีท “บันทึกข้อมูล” คอลัมน์ A2 ข้อมูลที่ Copy ไว้ก็จะปรากฏในชีท

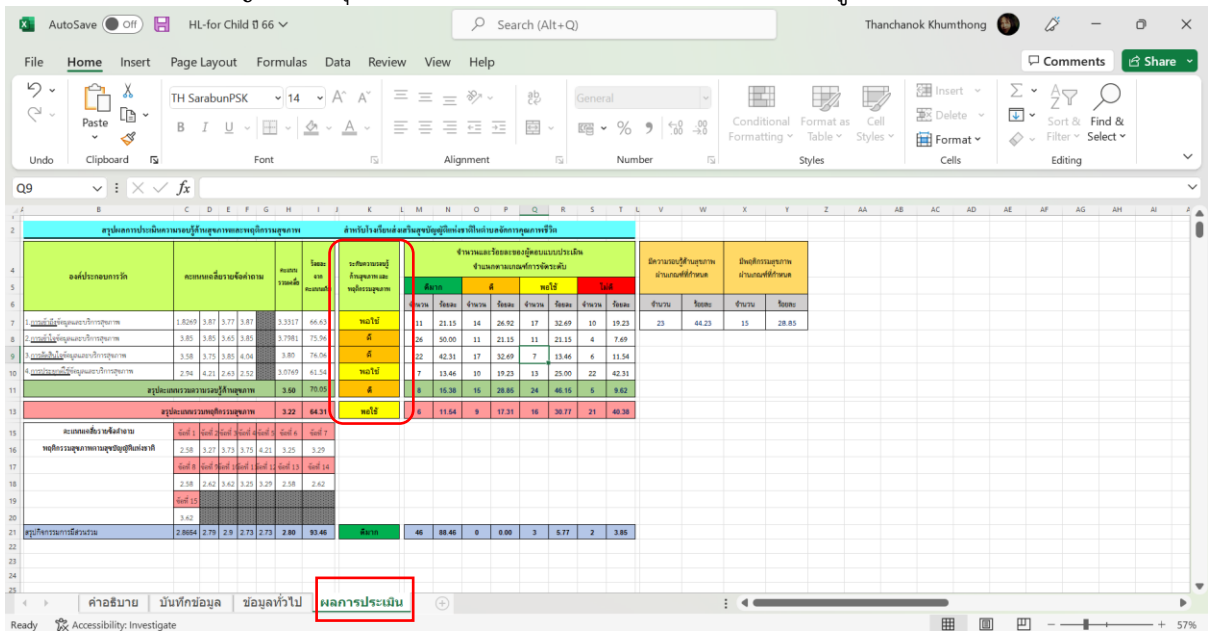


กรณีโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไม่ได้ใช้ Google Forms ก็ให้ลงข้อมูลเป็นตัวเลขตามรหัสบันทึกข้อมูลแบบประเมินได้เช่นกัน หลังจากนั้นสามารถดูข้อมูลทั่วไปจากชีท “ข้อมูลทั่วไป”



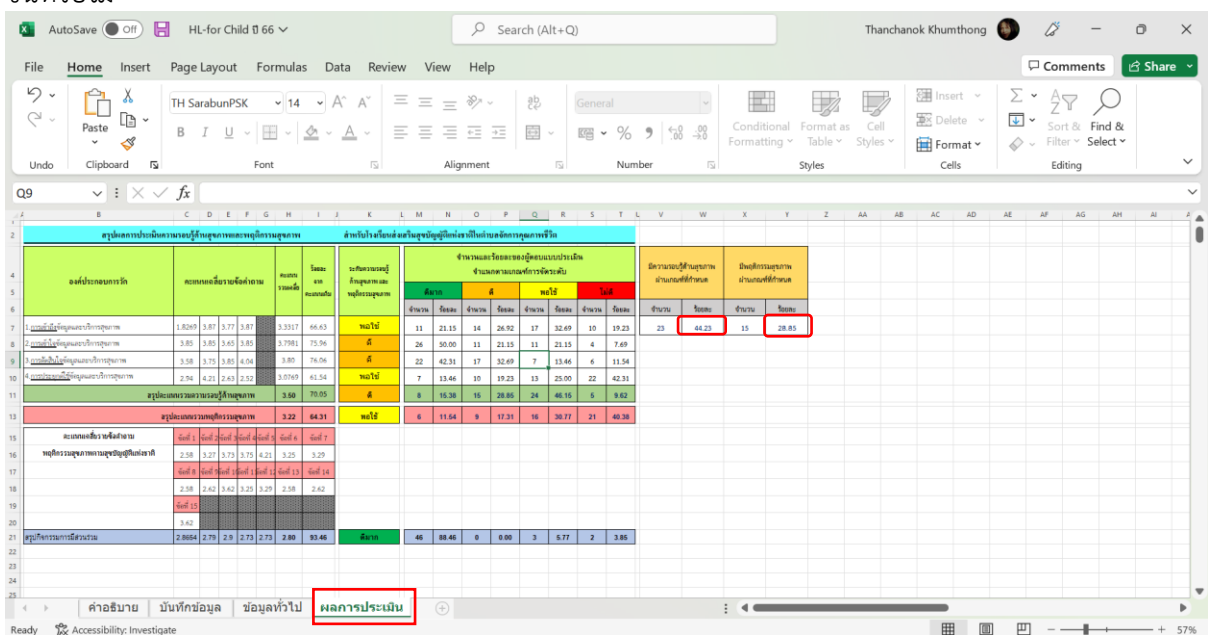
และเลือก Sheet “ผลการประเมิน” เพื่อดูระดับความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของวัยเรียน โดยมีผลการประเมินแยกระดับ “ดีมาก” “ดี” “พอใช้” และ “ไม่ดี” ซึ่งการดูผลการประเมินจะแบ่งเป็น 2 รอบ

1. รอบที่ 1 : เพื่อทราบผลระดับความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในแต่ละด้านและนำด้านที่มีโอกาสเสี่ยงปัญหาด้านสุขภาพนำไปวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้



องค์ประกอบ	ระดับความรู้				ระดับพฤติกรรม				ผลการประเมิน							
	ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี	ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี	จำนวน	ร้อยละ						
1. ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ	1,826	3,87	3,77	3,87	3,317	66.43	พอใช้	11	21.15	14	26.92	17	32.69	10	19.23	
2. ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ	3,85	3,85	3,65	3,85	3,781	75.56	ดี	26	50.00	11	21.15	11	21.15	4	7.69	
3. ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ	3,58	3,75	3,85	4,04	3,87	78.59	ดี	22	42.31	17	32.69	7	13.46	6	11.54	
4. ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ	2,94	4,21	2,63	2,52	3,719	61.34	พอใช้	7	13.46	10	19.23	13	25.00	22	42.31	
สรุปผลรวมระดับความรู้	3.90	79.55	ดี	6	15.38	15	29.85	24	46.15	5	9.62					
สรุปผลรวมระดับพฤติกรรม	3.22	64.31	พอใช้	6	11.64	9	17.31	16	30.77	21	40.38					
สรุปผลรวมทั้งหมด	2.864	2.79	2.8	2.73	2.73	2.89	83.46	ดีมาก	46	88.46	0	0.00	3	5.77	2	3.85

2. รอบที่ 2 : เพื่อประเมินผลการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ว่ามีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้นหรือไม่



องค์ประกอบ	ระดับความรู้				ระดับพฤติกรรม				ผลการประเมิน							
	ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี	ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี	จำนวน	ร้อยละ						
1. ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ	1,826	3,87	3,77	3,87	3,317	66.43	พอใช้	11	21.15	14	26.92	17	32.69	10	19.23	
2. ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ	3,85	3,85	3,65	3,85	3,781	75.56	ดี	26	50.00	11	21.15	11	21.15	4	7.69	
3. ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ	3,58	3,75	3,85	4,04	3,87	78.59	ดี	22	42.31	17	32.69	7	13.46	6	11.54	
4. ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ	2,94	4,21	2,63	2,52	3,719	61.34	พอใช้	7	13.46	10	19.23	13	25.00	22	42.31	
สรุปผลรวมระดับความรู้	3.90	79.55	ดี	6	15.38	15	29.85	24	46.15	5	9.62					
สรุปผลรวมระดับพฤติกรรม	3.22	64.31	พอใช้	6	11.64	9	17.31	16	30.77	21	40.38					
สรุปผลรวมทั้งหมด	2.864	2.79	2.8	2.73	2.73	2.89	83.46	ดีมาก	46	88.46	0	0.00	3	5.77	2	3.85

4. คู่มือรหัสบันทึกข้อมูลแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนสำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ

คู่มือรหัสบันทึกข้อมูล

แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนสำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ

แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ

แบบประเมินนี้มีจุดมุ่งหมาย ใช้เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถ ทักษะ และการปฏิบัติตนด้านสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย (อายุ 7-18 ปี) ที่อยู่ในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญิตี ซึ่งประกอบด้วย 4 ตอน จำนวน 40 ข้อ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบ จำนวน 4 ข้อ เป็นแบบตัวเลือก

ตอนที่ 2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ จำนวน 16 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับที่วัดความยากง่ายของการกระทำ ตั้งแต่ระดับไม่เคยทำจนถึงระดับทำได้ง่ายมาก

ตอนที่ 3 พฤติกรรมสุขภาพตามสุขภาพัญญิตีแห่งชาติ จำนวน 15 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับที่วัดความถี่ของการปฏิบัติต่อสัปดาห์ ตั้งแต่ระดับไม่เคยปฏิบัติจนถึงระดับปฏิบัติทุกวัน

ตอนที่ 4 การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (แกนนำนักเรียนหรือยุว อสม.) จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับที่วัดความถี่ของการกระทำตั้งแต่ไม่เคยปฏิบัติจนถึงปฏิบัติทุกครั้ง

การลงรหัสบันทึกข้อมูลที่ได้จากแบบประเมิน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ในการลงบันทึกข้อมูลในแบบประเมิน โดยใช้การแทนตัวเลข ดังนี้

โรงเรียน ระบุ..... หมู่บ้าน ระบุ.....

ตำบล ระบุ..... อำเภอ ระบุ.....

1. เพศ (sex)

1) ชาย = 1

2) หญิง = 2

2. อายุปัจจุบันของนักเรียน

1) อายุ 6-9 ปี = 1

2) อายุ 10-12 = 2

3) อายุ 13-15 = 3

4) อายุ 16-18 = 4

3. นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ระดับชั้น

1) ประถมศึกษาปีที่ 1-3 = 1

2) ประถมศึกษาปีที่ 4-6 = 2

- 3) มัธยมศึกษาปีที่ 1-3 = 3
- 4) มัธยมศึกษาปีที่ 4-6 = 4
- 4. นักเรียนมีบทบาท/ตำแหน่ง/สถานะแบบใด
 - 1) แกนนำนักเรียน = 1
 - 2) ยูว อสม. = 2
 - 3) นักเรียน = 3

ตอนที่ 2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ข้อความถามประเมินการรับรู้ความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถ หรือทักษะด้านสุขภาพของตนเอง
โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับตัวท่าน (HL1-HL16)

ข้อความถาม	ระดับความเป็นจริงตรงกับนักเรียน				
	ไม่เคย ทำ	ทำได้ ยากมาก	ทำได้ ยาก	ทำได้ ง่าย	ทำได้ ง่ายมาก
องค์ประกอบที่ 1 ทักษะการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ					
1. เมื่อต้องการข้อมูลด้านสุขภาพและวิธีป้องกันตนเอง นักเรียนสามารถหาแหล่งข้อมูลได้โดยทันที	1	2	3	4	5
2. นักเรียนสามารถค้นหาข้อมูลสุขภาพที่ต้องการจาก หลายแหล่งได้ เช่น จากผู้รู้ สื่อสิ่งพิมพ์ สื่อออนไลน์ เป็นต้น	1	2	3	4	5
3. นักเรียนสามารถเสาะหาแหล่งบริการสุขภาพที่จะให้ การช่วยเหลือด้านสุขภาพ เมื่อเกิดความเจ็บป่วยหรือ จำเป็นได้	1	2	3	4	5
4. นักเรียนสามารถติดต่อเบอร์สายด่วนสุขภาพที่จะให้ การช่วยเหลือด้านสุขภาพ เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินหรือ ปัญหาสุขภาพได้	1	2	3	4	5
องค์ประกอบที่ 2 ด้านการเข้าใจข้อมูลสุขภาพ					
5. นักเรียนสามารถอ่านข้อมูลด้านสุขภาพและวิธีการ ป้องกันตนเองด้วยความเข้าใจวิธีการปฏิบัติตาม คำแนะนำในคู่มือ หรือเว็บไซต์	1	2	3	4	5
6. นักเรียนสามารถอ่านฉลากอาหารและยา ที่ได้รับถึง วิธีการกิน การใช้ การเก็บรักษา และผลข้างเคียง	1	2	3	4	5
7. นักเรียนสามารถเข้าใจข้อมูลสุขภาพที่นำเสนอในรูป ของสัญลักษณ์ คำศัพท์ ตัวเลขหรือเครื่องหมายใน สถานพยาบาลได้	1	2	3	4	5

ข้อคำถาม	ระดับความเป็นจริงตรงกับนักเรียน				
	ไม่เคย ทำ	ทำได้ ยากมาก	ทำได้ ยาก	ทำได้ ง่าย	ทำได้ ง่ายมาก
8.นักเรียนกล้าซักถามผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ เช่น หมอ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ครูอนามัย เพื่อเพิ่มเข้าใจวิธีการดูแลสุขภาพให้ความเข้าใจที่ถูกต้อง	1	2	3	4	5
องค์ประกอบที่ 3 ด้านการประเมินข้อมูลและบริการด้านสุขภาพ					
9.นักเรียนตรวจสอบข้อมูลการปฏิบัติตัว โดยการซักถาม หรือโต้แย้ง แพทย์ ผู้รู้หรือผู้ให้บริการสุขภาพ ก่อนที่จะเชื่อหรือทำตาม	1	2	3	4	5
10.นักเรียนพิจารณาข้อดีข้อเสียของข้อมูลสุขภาพที่ได้รับด้วยเหตุผล ก่อนที่จะเชื่อหรือทำตามถึงแม้จะมีคนที่ใช้แล้วได้ผล	1	2	3	4	5
11.นักเรียนทบทวนถึงประโยชน์และความปลอดภัยของข้อมูลสุขภาพที่ได้รับ ก่อนที่จะเชื่อหรือทำตาม	1	2	3	4	5
12.เมื่อมีข้อมูลใหม่เข้ามา นักเรียนสามารถตรวจสอบแหล่งที่มาของข้อมูลก่อนตัดสินใจเชื่อหรือทำตาม	1	2	3	4	5
องค์ประกอบที่ 4 การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ					
13.นักเรียนสามารถนำข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ ไปใช้ในการส่งเสริมสุขภาพตนเองให้ดียิ่งขึ้น	1	2	3	4	5
14.นักเรียนหมั่นสังเกตความผิดปกติของร่างกายและอารมณ์ของตนเอง เพื่อป้องกันการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นได้	1	2	3	4	5
15.นักเรียนวางแผน ทำกิจกรรมที่จำเป็น เช่น ใช้น้ำหนักตรวจสุขภาพประจำปี มองโลกในแง่บวก ลดอาหารทำลายสุขภาพ ออกกำลังกาย เพื่อการมีสุขภาพที่ดีของตนเอง	1	2	3	4	5
16.นักเรียนตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนในการปฏิบัติตน เพื่อลดหรือหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ	1	2	3	4	5

ค่าความเชื่อมั่น = 0.952

ตอนที่ 3 พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ของแต่ละข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนในรอบ 3 เดือนที่ผ่านมา (ความถี่ในการปฏิบัติเฉลี่ยต่อสัปดาห์) (beh1 – beh15)

ข้อปฏิบัติ	ระดับความเป็นจริงตรงกับนักเรียน				
	6-7วัน/ สัปดาห์	4-5วัน/ สัปดาห์	3 วัน/ สัปดาห์	1-2วัน/ สัปดาห์	ไม่ ปฏิบัติ
1.อาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทุกครั้งเมื่อกลับถึงบ้าน	5	4	3	2	1
2.ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น เช่น ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ หมวกกันน็อค เป็นต้น	1	2	3	4	5
3.กินอาหารอีก หลังจากที่แปร่งฟันก่อนนอนแล้ว และไม่ได้แปร่งฟันอีกครั้ง	1	2	3	4	5
4.ล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาด หรือใช้แอลกอฮอล์ เจลล้างมือ หลังจากจับสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได ที่จับประตู ปุ่มกดลิฟท์ เป็นต้น	5	4	3	2	1
5.กินอาหารหรือดื่มเครื่องดื่มที่ผสมน้ำตาลหรือน้ำอัดลม	1	2	3	4	5
6.กินอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทอด กะทิ เนื้อมีไขมัน มีไขมันผสม เป็นต้น	1	2	3	4	5
7.กินอาหารเค็มหรือขนมกรุบกรอบ	1	2	3	4	5
8.กินผักและผลไม้สดอย่างน้อยครึ่งกิโลกรัม	5	4	3	2	1
9.ดื่มสุรา สูบบุหรี่ หรืออยู่ใกล้ชิดกับผู้ที่สูบบุหรี่	1	2	3	4	5
10.ทำความสะอาดบ้านและข้าวของเครื่องใช้ ที่ใช้ร่วมกันในบ้าน เช่น ลูกบิด ประตู ราวบันได เป็นต้น	5	4	3	2	1
11.เล่นกิจกรรมตามลำพัง ใกล้แหล่งน้ำ บ่อน้ำ อ่างน้ำ สระน้ำ เป็นต้น	1	2	3	4	5
12.วิ่งเล่นหรือออกกำลังกายอย่างน้อย 60 นาที ต่อวัน	5	4	3	2	1
13.คลายเครียดด้วยการเล่นเกมออนไลน์	1	2	3	4	5
14.สวมใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เมื่อออกจากบ้าน	5	4	3	2	1
15.แยกหน้ากากอนามัยใช้แล้วทิ้งออกจากขยะทั่วไป โดยใช้ถุงหรือภาชนะที่ปิดมิดชิด	5	4	3	2	1

ค่าความเชื่อมั่น = 0.605

ตอนที่ 4 การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (สำหรับแกนนำนักเรียนหรือยุว อสม.)

กรณีเป็นแกนนำนักเรียนหรือยุวอสม. ได้ร่วมจัดกิจกรรมเพื่อเพิ่มความรอบรู้และการปลูกฝังพฤติกรรม
สุขภาพแก่เพื่อนนักเรียนในโรงเรียน

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ของแต่ละข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนในช่วงนี้

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติ		
	ทุกครั้ง	บ้างบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
1. ร่วมกิจกรรมประเมิน ใฝ่ระวังพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดเชื่อ และโรคไร้เชื้อ	3	2	1
2. ร่วมทำแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น วิเคราะห์ปัญหา ออกแบบกิจกรรม ออกแบบนวัตกรรม เป็นต้น	3	2	1
3. จัดกิจกรรมให้ถ่ายทอดความรู้ เช่น เสียงตามสาย หน้าเสาธง จัดป้ายนิทรรศการ เป็นต้น	3	2	1
4. จัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะด้านสุขภาพ เช่น ออกกำลังกาย สาธิตการล้างมือ สาธิตการแปรงฟัน เป็นต้น	3	2	1
5. ร่วมกำหนดและบังคับใช้มาตรการทางสังคมในการดูแลสุขภาพ เช่น ร่วมกำหนดให้เป็นโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม กำหนดให้ร้านค้างดขายเหล้า บุหรี่แก่นักเรียน กำหนดให้ติดป้ายป้องกันอุบัติเหตุ เป็นต้น	3	2	1

เกณฑ์ให้คะแนนจำแนก ความรอบรู้ด้านสุขภาพของนักเรียน
สำหรับโรงเรียนสร้างเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

1. ทักษะการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ รวมจำนวน 4 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 20

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 4-11 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 12-13 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพเล็กน้อย และอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 14-15 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพเพียงพอ และมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 16-20 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพที่มาก เพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง และยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

2. ทักษะการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ รวมจำนวน 4 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 20

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 4-11 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 12-13 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเล็กน้อย และอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 14-15 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพียงพอ และมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 16-20 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่มาก เพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง และยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

3. ทักษะการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพ รวมจำนวน 4 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 20

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 4-11 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 12-13 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพเล็กน้อยและอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 14-15 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 16-20 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่มากเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

4 ทักษะการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ รวมจำนวน 4 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 20

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 4-11 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 12-13 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพเล็กน้อยและอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 14-15 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 16-20 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพที่มากเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

5. สรุปคะแนนรวมความรู้ด้านสุขภาพ รวมจำนวน 16 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 80

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 16-47 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 48-55 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพเล็กน้อยและอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 56-63 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 64-80 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพที่มากเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

**เกณฑ์ให้คะแนนจำแนก พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียน
สำหรับโรงเรียนสร้างเสริมสุขภาพแห่งชาติ**

1. สรุปคะแนนรวมพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ รวมจำนวน 15 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 75

ช่วงคะแนน	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 15-44 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ไม่ถูกต้อง
ถ้าได้ 45-52 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองตามสุขบัญญัติแห่งชาติได้ถูกต้องเป็นเล็กน้อย
ถ้าได้ 53-59 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองตามสุขบัญญัติแห่งชาติได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่
ถ้าได้ 60-75 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองตามสุขบัญญัติแห่งชาติได้อย่างถูกต้องสม่ำเสมอ

**เกณฑ์ให้คะแนนจำแนก
การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (สำหรับแกนนำนักเรียนหรือยู อสม.)**

1. สรุปคะแนนรวมการมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม รวมจำนวน 5 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 15

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 5-8 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน น้อยมาก
ถ้าได้ 9-10 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน ค่อนข้างน้อย
ถ้าได้ 11 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน ค่อนข้างมาก
ถ้าได้ 12-15 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน เป็นประจำ สม่ำเสมอ

ภาคผนวก ค : ใบสมัครการประกวดโรงเรียนต้นแบบส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

สบช.1

ใบสมัคร

การประกวดโรงเรียนสร้างเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

ระดับการประกวด/ประเมิน

เขตที่.....

จังหวัด.....

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียนที่ส่งเข้าร่วมประกวดโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ

- ชื่อโรงเรียน.....
หมู่ที่..... ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัด.....
- โรงเรียนระดับ(ระบุ).....(ประถมศึกษา,มัธยมศึกษาหรือขยายโอกาส)
- โรงเรียน(ระบุ).....(เข้าร่วม,ไม่เข้าร่วม) โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
ถ้าเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับ(ระบุ).....(เพชร,ทอง,เงิน,ทองแดง,ไม่ผ่าน)
- จำนวนนักเรียน จำนวน.....คน ชาย.....คน หญิง.....คน
- การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ในโรงเรียน

ส่วนที่ 2 ข้อมูลผู้รับผิดชอบโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

- ชื่อผู้บริหารโรงเรียน
นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....โทรศัพท์.....
มือถือ.....E-mail.....
- ชื่ออาจารย์ที่รับผิดชอบโครงการ
นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....
โทรศัพท์.....มือถือ.....E-mail.....
- ชื่อแกนนักเรียนที่รับผิดชอบโครงการ
เด็กหญิง/เด็กชาย/นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....ระดับชั้น.....
โทรศัพท์.....มือถือ.....E-mail.....
- ชื่อแกนนักเรียนที่รับผิดชอบโครงการ
เด็กหญิง/เด็กชาย/นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....ระดับชั้น.....
โทรศัพท์.....มือถือ.....E-mail.....
- ชื่อแกนนักเรียนที่รับผิดชอบโครงการ
เด็กหญิง/เด็กชาย/นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....ระดับชั้น.....
โทรศัพท์.....มือถือ.....E-mail.....

ส่วนที่ 3 การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

อันดับ	ปัญหาสุขภาพ	พฤติกรรมสุขภาพที่เป็นปัญหา

ส่วนที่ 4 สรุปผลการดำเนินงานที่เกิดจากการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขบัญญัติแห่งชาติ(ไม่เกิน1-2 หน้า)

ด้านการบริหารจัดการ

.....

ด้านการจัดกิจกรรม

.....

ด้านผลิตและผลลัพธ์

.....

ด้านผลกระทบ.....

.....

ผลงานที่โดดเด่นนวัตกรรม.....

.....

ลงชื่อ

(.....)

ตำแหน่ง ผู้บริหารโรงเรียนนครพนมชัย

...../...../.....

ลงชื่อผู้รับรอง.....

(.....)

ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในระดับตำบล

...../...../.....

สรุปผลการคัดเลือก
ต้นแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเขต

1. ต้นแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเขต

อันดับที่ 1 ได้แก่.....

อันดับที่ 2 ได้แก่.....

อันดับที่ 3 ได้แก่.....

2. ต้นแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ชมเชยระดับเขต ได้แก่

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

คณะทำงาน

กลุ่มวิชาการและพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษา กองสุขศึกษา

- | | | |
|------------------|-----------|----------------------------------|
| 1. นางสาวนัชพร | มังกรแก้ว | นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ |
| 2. นางสาวธัญชนก | ชุมทอง | นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ |
| 3. นางสุภัชญา | ยศประกอบ | นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ |
| 4. นางกรวิกา | คตอินทร์ | นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ |
| 5. นางสาวพรสุดา | มโนชัย | นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ |
| 6. นางสาวจิรัชญา | จำเต็มสุข | นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ |