****

**กิจกรรม**

**โรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2562**

**ชื่อกิจกรรม :** รณรงค์โรคอ้วนและภาวะน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน

ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ กลยุทธ์ และนโยบาย :

ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2560-2579) ด้านที่ 3

ยุทธศาสตร์กระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 12 ปีการศึกษา 2560-2564 ข้อที่ 3

กลยุทธ์ของ สพฐ. ข้อที่ 2

ยุทธศาสตร์ สพม. เขต 3 ข้อที่ 2 และ 5

เกณฑ์คุณภาพโรงเรียนมาตรฐานสากล ข้อที่ 1

มาตรฐานการประกันคุณภาพภายใน มาตรฐานที่ 1

กลยุทธ์ของโรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2562-2564 ข้อที่ 3

โครงการหลักของโรงเรียน โครงการที่ 3 ตัวชี้วัดที่ 3.4 และ 3.6

**ลักษณะกิจกรรม :**☑กิจกรรมต่อเนื่อง □กิจกรรมใหม่

**ชื่อผู้รับผิดชอบกิจกรรม :** นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง

**กลุ่มบริหารงานที่รับผิดชอบ :** กลุ่มบริหารงานบุคคลและกิจการนักเรียน

**1. หลักการและเหตุผล**

ในปัจจุบันสถานการณ์ภาวะโภชนาการของเด็กมีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงไป ส่งผลต่อสภาวะการเจริญเติบโตที่ผิดปกติ เกิดโรคต่างๆที่มาจากพฤติกรรม (NCDs) เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคไต โรคหัวใจและหลอดเลือดสมองมากขึ้น การขาดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องและความเคยชินที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภค ทำให้ประชากรในวัยเรียนประสบปัญหาโรคอ้วนและภาวะน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวัน ด้วยการดูแลสุขภาพ การบริโภคอาหารอย่างสมดุล และการออกกำลังกายจะช่วยลดปัญหาสุขภาพที่จะตามมาได้

**2. วัตถุประสงค์**

1. เพื่อลดจำนวนนักเรียนที่มีน้ำหนักที่เกินเกณฑ์มาตรฐาน ให้น้อยลง

2. เพื่อให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตดีขึ้นลดภาวะเสี่ยงที่เกิดจากภาวะโรคอ้วน เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคไต โรคหัวใจและหลอดเลือดสมอง เป็นต้น

**3. ตัวชี้วัดความสำเร็จ**

3.4 ร้อยละ 80 ของนักเรียนที่มีวิธีรักษาสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง

3.6 ร้อยละ 82 ของนักเรียนที่มีน้ำหนัก ส่วนสูง สมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์

**4. เป้าหมาย/ ผลผลิต**

**4.1 เชิงปริมาณ**

1) สามารถลดจำนวนนักเรียนที่มีน้ำหนักที่เกินเกณฑ์มาตรฐานลงได้ ร้อยละ 10

2) นักเรียนโรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย ร้อยละ 82 ขึ้นไป มีน้ำหนัก และส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน

**4.2 เชิงคุณภาพ**

1) นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม มีน้ำหนัก ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีความมั่นใจในรูปร่างของตนเองมากขึ้น

2) สามารถลดปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากโรคอ้วน เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคไต โรคหัวใจและหลอดเลือดสมอง ได้มากขึ้น

**5. สถานที่ดำเนินการ** โรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย

**6. ระยะเวลาดำเนินงาน** พฤษภาคม 2562 – มีนาคม 2563

**7. ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม**

| **ที่** | **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** | **งบประมาณ** | | | | | **ระยะเวลา**  **ดำเนินการ** | **ชื่อผู้รับผิดชอบ** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **อุดหนุน รายหัว**  **(บาท)** | **พัฒนาผู้เรียน**  **(บาท)** | **บ.ก.ศ.**  **(บาท)** | **อื่นๆ ระบุ**  **(บาท)** | **รวม**  **(บาท)** |
| 1. | Plan (วางแผน) | | | | | | | |
| 1) เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ  2) ประชุมวางแผนการดำเนินงาน |  |  |  |  |  | พ.ค. 62 | นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง |
| 2. | Do (ปฏิบัติตามแผน) | | | | | | | |
| 1) จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์  2) นำผลการตรวจสุขภาพประจำปีของนักเรียนทุกคน ทุกระดับชั้น มาสำรวจหานักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักและรอบเอว เกินเกณฑ์มาตรฐาน  3) ทำหนังสือแจ้งรายชื่อนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักและรอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐานให้กับคุณครูที่ปรึกษาและผู้ปกครองเพื่อขอความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์ |  |  |  |  |  | ส.ค. 62 - ม.ค. 63 | นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง |
| **ที่** | **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** | **งบประมาณ** | | | | | **ระยะเวลา**  **ดำเนินการ** | **ชื่อผู้รับผิดชอบ** |
| **อุดหนุน รายหัว**  **(บาท)** | **พัฒนาผู้เรียน**  **(บาท)** | **บ.ก.ศ.**  **(บาท)** | **อื่นๆ ระบุ**  **(บาท)** | **รวม**  **(บาท)** |
|  | การลดน้ำหนักและรอบเอว เพื่อให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน พร้อมแจกวิธีการลดน้ำหนักอย่างถูกวิธี จัดตารางอาหารและตารางการออกกำลังกายเป็นตัวอย่าง พร้อมประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์การทำกิจกรรมให้กับนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักและรอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐาน  4) ทำหนังสือแจ้งรายชื่อนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักและรอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐานให้กับ คุณครูผู้สอนวิชาพลศึกษาทุกระดับชั้น เพื่อจัดกิจกรรมการทดสอบสมรรถภาพทางกาย การออกกำลังกาย ทั้งหน้าแถวและในชั่วโมงเรียน  5) ครูที่ปรึกษากำกับติดตามให้นักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักและรอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐาน รักษาวินัยในการรับประทานอาหารและออกกำลังกาย พร้อมให้นักเรียน ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และ รอบเอวเปรียบเทียบทุกเดือน เพื่อดูพัฒนาการ |  |  |  |  |  |  |  |

| **ที่** | **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** | **งบประมาณ** | | | | | | **ระยะเวลา**  **ดำเนินการ** | **ชื่อผู้รับผิดชอบ** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **อุดหนุน รายหัว**  **(บาท)** | **พัฒนาผู้เรียน**  **(บาท)** | **บ.ก.ศ.**  **(บาท)** | **อื่นๆ ระบุ**  **(บาท)** | | **รวม**  **(บาท)** |
| 3. | Check (ตรวจสอบการปฏิบัติตามแผน) | | | | | | | | |
| 1) คุณครูที่ปรึกษาส่งข้อมูลน้ำหนักส่วนสูงของนักเรียนในที่ปรึกษาทุกคนของภาคเรียนที่ 2 พร้อมตารางเปรียบเทียบน้ำหนักของนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักและรอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐาน ทั้งก่อนทำกิจกรรม หลังทำกิจกรรม เพื่อดูพัฒนาการการลดน้ำหนักและรอบเอว  2) นำผลการชั่งน้ำหนัก ส่วนสูงและรอบเอว มาบันทึกลงในโปรแกรมการคิดค่า BMI เพื่อดูผลความก้าวหน้าของการทำกิจกรรม |  |  |  |  | |  | ม.ค.- ก.พ. 63 | นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง |
| 4. | Act (ปรับปรุงแก้ไข) | | | | | | | | |
| 1) สังเกต/สอบถาม และจดบันทึกข้อบกพร่องหรือปัญหาอุปสรรคในการดำเนินงาน เพื่อปรับปรุงแก้ไข ในครั้งต่อไป  2) สำรวจความพึงพอใจ  3) ทำรายงานการประเมินผลกิจกรรม |  |  |  |  |  | | มี.ค. 63 | นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง |
| 5. | สรุปกิจกรรมและรายงานผล | | | | | | | | |
| สรุปกิจกรรมและรายงานหลังจากเสร็จกิจกรรม |  |  |  |  |  | | ภายใน 15 วัน หลังจัดกิจกรรม | นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง |
| **รวม** | | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | |  | |

**8. งบประมาณดำเนินการ**รวมทั้งสิ้น .............-............. บาท

โดยแบ่งเป็น □ งบอุดหนุนรายหัว จำนวน...........................บาท

□ งบพัฒนาผู้เรียน จำนวน...........................บาท

□ เงิน บ.ก.ศ. จำนวน...........................บาท

□ งบประมาณอื่น โปรดระบุ จำนวน...........................บาท

**9. การติดตามและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ตัวชี้วัดความสำเร็จ** | **วิธีวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **ผู้รับผิดชอบ** |
| 3.4 ร้อยละ 80 ของนักเรียนที่มีวิธีรักษาสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง  3.6 ร้อยละ 82 ของนักเรียนที่มีน้ำหนัก ส่วนสูง สมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์ | - การสอบถามและ  สังเกตการให้ความร่วมมือจากนักเรียนและผู้ปกครอง  - การสำรวจความ  พึงพอใจ  - การเก็บสถิติข้อมูลน้ำหนัก และส่วนสูง ของนักเรียนทุกระดับชั้น | - แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนและผู้ปกครอง  - แบบประเมินความพึงพอใจ  - สถิติข้อมูลน้ำหนัก ส่วนสูง ของนักเรียนทุกระดับชั้น  - รายงานการประเมินผลกิจกรรม | นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง |

**10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

1. นักเรียนโรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย ร้อยละ 82 ขึ้นไป มีน้ำหนักส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน มีสุขภาพทางร่างกายและสุขภาพจิตที่ดี ส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีมีประสิทธิภาพ

2. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์โรคอ้วนและภาวะน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน มีความมั่นใจในรูปร่างตนเองมากขึ้น รวมทั้ง ลดปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากโรคอ้วนได้มากขึ้น

|  |  |
| --- | --- |
| **ผู้เสนอกิจกรรม** | **ผู้ตรวจกิจกรรม** |
| ลงชื่อ......................................................  ( นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง )  ตำแหน่ง ครู | ลงชื่อ......................................................  ( นางสุวพรรณ เกียรติบำรุง )  เจ้าหน้าที่แผนงาน งานพยาบาลและอนามัยโรงเรียน |
| **หัวหน้าโครงการหลัก** | |
| ลงชื่อ......................................................  ( นายศุภกร การสมบัติ )  หัวหน้ากลุ่มบริหารงานบุคคลและกิจการนักเรียน | |
| **ผู้เห็นชอบโครงการ** | |
| ลงชื่อ......................................................  ( นายสมศักดิ์ งามสมเกล้า )  รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารงานทั่วไป | |
| **หัวหน้างานแผนงาน** | |
| **ลงชื่อ......................................................**  ( นายสรรพสิทธิ์ โกศล )  หัวหน้างานนโยบายและแผนงาน | |
| **ผู้ตรวจสอบงบประมาณ** | |
| **ลงชื่อ......................................................**  ( นายสมใจ พัฒน์วิชัยโชติ)  รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารงบประมาณ | |
| **ผู้อนุมัติโครงการ** | |
| ( ) อนุมัติ ( ) ไม่อนุมัติ  ลงชื่อ.............................................  (นายวรากร รื่นกมล)  ผู้อำนวยการโรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย | |