



กรมอนามัย
ศูนย์อนามัยที่ ๐ นครราชสีมา

คู่มือปฏิบัติงาน

การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนวัยรุ่น ปีงบประมาณ ๒๕๖๔
กลุ่มงาน พัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยเรียนวัยรุ่น

| | | |
|------------|--|--|
| จัดทำโดย | กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนวัยรุ่น | ผู้อำนวยการ |
| ผู้ทบทวน | นางทรงคุณ ศรีดวงโพธิ์ | หัวหน้าเจ้าหน้าที่ |
| ผู้อนุมัติ | นายประสาร ชัยวิรัตน์ | ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๐ นครราชสีมา |

| ลำดับ | ชื่อกระบวนการ | หน้า |
|-------|---|------|
| ๑. | การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเด็กวัยเรียนวัยรุ่น | ๒ |
| ๒. | การส่งเสริมสุขภาพเด็กพิเศษ | ๖ |
| ๓. | โครงการสุขภาพเด็กเรียน | ๗๘ |
| ๔. | ผู้พิทักษ์อนามัยโรงเรียนและอนามัยสิ่งแวดล้อม | ๑๖ |
| ๕. | โรงเรียนดั้นแบบด้านโภชนาการ | ๑๙ |
| ๖. | โรงเรียนรอบรู้ด้านสุขภาพ | ๒๔ |
| ๗. | แนวทางการพัฒนาคุณและนิยมกันโดยทั่วไปทางอาหารและยา | ๒๖ |
| ๘. | การตัดกรองสายตาเด็กนักเรียน | ๓๖ |
| ๙. | สนับสนุนและอนุรักษ์การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. ๒๕๖๔ | ๓๖ |
| ๑๐. | การประเมินรับรองมาตรฐานบริการสุขภาพที่เป็นมิตรสำหรับวัยรุ่นและเยาวชน ฉบับ ๒๕๖๔ | ๓๙ |
| ๑๑. | การทำเนินงานฟาร์มาเซียทางเด็กวัยรุ่น | ๔๖ |
| ๑๒. | การติดต่อกรุณาครรภ์สำหรับผู้ท้องถิ่นเพื่อให้คำแนะนำการรับรองกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น | ๕๑ |

| | | |
|--|---|---|
|  กรมอนามัย <small>กระทรวงสาธารณสุข</small> | เรื่อง : การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเด็กวัยเรียนวัยรุ่น | หน้า ๒/๕ |
| จัดทำโดย | นางสาวรังษี พินเพ็ง |  |
| ผู้ทบทวน | นางทรงคุณ ศรีดวงโชค |  |
| ผู้อนุมัติ | นายประสาร ชัยวิรัตน์ |  |

กิจกรรมทางกายวัยเรียนวัยรุ่น “โซบ้า แอนด์ ชาيدี้ปีก้าเมส์” เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพดี แก้ไขหยาโรคร้าย เตี้ย ผอมแล้วไม่แข็งแรงประกอบกับแนวคิดการผนองค์ส่งเสริมให้เด็กได้มี การส่งเสริมให้เด็กการปรับแนวคิดวิธีการให้สุขศึกษาแนวใหม่และงานรับบ่มอยบายลดเวลาเรียนเพิ่มเวลาซึ่ง ในรูปแบบการฝึก PA ที่หลากหลาย การสร้างเสริมความมั่นคงด้วย ตามสะพานอุบลฯ นโยบาย รายได้ผู้ปกครอง รวมไปถึงโปรแกรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายคุณภาพและการมีสีสันที่มีความรู้ความสามารถอยู่ใกล้ตัวเด็กและเด็กสามารถเข้าถึงได้บุคลากรสามารถช่วยเหลือ ที่ดูแลดูแลพนักเรียนมีความต้องการติดต่อสื่อสารกัน คือ “ต้องการโปรแกรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่มีคุณภาพ”

๑. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้โรงเรียนมีแนวทางการดำเนินงานโรงเรียน ChOPA & ChiPA ลดเรียนเพิ่มรู้...สู่เด็กไทย สูงส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี เป็นมาตรฐานเดียวกัน
๒. เพื่อให้เด็กวัยเรียน วัยรุ่น เด็กที่มีน้ำหนักเกินและอ้วน ได้ผ่อนคลายและสนับสนุนกับการเล่นที่หลากหลาย มีร่างกายแข็งแรง เจริญเติบโตสมวัย
๓. เพื่อให้ผู้บริหารและครูในโรงเรียน และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง มีความรู้และประสบการณ์การบริหาร จัดการและจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ส่งเสริมกิจกรรมทางกายและสุขภาพนักเรียน

๒. ขอบเขต

ศูนย์สมัครขอรับรางวัล ยังคงที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเดิม แสงยังคงที่ขอรับรู้ด้านสุขภาพด้านการส่งเสริม กิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง ส่วน สูงแข็งแรง IQ EQ ดี โดยกองกิจกรรมทางกาย กรมอนามัย ๖๔๗๒ กิจกรรมการดำเนินงาน ประกอบด้วย

๑. เป็นพี่เลี้ยง (Coach) เสริมพลัง/พัฒนาศักยภาพ/ประชุมชี้แจง ให้มีความรู้ความเข้าใจการพัฒนา งานความมาตรฐานและตามแบบฟอร์ม
๒. เนี่ยมเสริมพลัง สร้างเสริมให้มีการดำเนิน ChOPA & ChiPA Game เป็นแนวทางเดียวกัน
๓. พัฒนาศักยภาพบุคลากรเป็นพี่เลี้ยง (Coach) เพื่อขยายเครือข่าย

๓. ผู้รับผิดชอบ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยเรียนวัยรุ่น

๔. เอกสารอ้างอิง ๑. กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย : ศูนย์สมัครขอรับรางวัล ยังคงที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเดิม และยังคงที่ขอรับรู้ด้านสุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง ส่วน สูงแข็งแรง IQ EQ ดี พิมพ์ครั้งที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๐
๕. กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย : คู่มือขับเคลื่อนโครงการโรงเรียนที่ชาيدี้ปีก้าเมส์ ๑๙ เวียน เพิ่มรู้สู่อาชีวัน พิมพ์ครั้งที่ ๑ ปี ๒๕๖๐

๕. แผนภูมิการทำงาน

ข้อสู่ร้านค้าออนไลน์

ขั้นตอนการปฏิบัติงาน

จุดควบคุมความเสี่ยง

ระยะเวลา

ศูนย์อนามัยที่๙
สำนักงาน
สาธารณสุข
จังหวัด

โรงเรียนที่ต้องการ
เข้าร้านค้า
กิจกรรม

โรงเรียนที่ต้องการ
เข้าร่วมกิจกรรม

กองกิจกรรมทาง
กายภาพยานมัย

กองกิจกรรมทาง
กายและสุนทรีย์
อนามัย

กองกิจกรรมทาง
กายและสุนทรีย์
ยานมัย

๑. ศูนย์อนามัยจัดประชุมทีมงาน
ดำเนินงาน ChoPA& ChiPA Game

๒. โรงเรียนสมัครเข้าร่วมโครงการผ่านระบบ
เว็บไซต์
<https://chopeachipa.org/Home/content/commence>
ของกองกิจกรรมทางกาย กรมอนามัย

๓. โรงเรียนดำเนินงานตามเกณฑ์
พร้อมส่งผลงานสมัคร

๔. กองกิจกรรมทางกาย
กรมอนามัย ตรวจสอบ

๕. ลงพื้นที่ปฏิบัติงานเยี่ยมเสริมพลัง
(Site Visit)

๖. ประกาศผลโรงเรียนที่
ได้รับคัดเลือก

๑. ประชุมทีมงานดำเนินงานวิธี
เรียนรู้รุ่น แก้ผู้ที่เกิดวิถีของศธ. ศธ.
๒. ส่งหนังสือประชาสัมพันธ์การเข้า
ร่วมกิจกรรม
๓. ติดตามโรงเรียนที่มีความสนใจให้ใน
การเข้าร่วมโครงการทุกๆเดือน

๔. ศูนย์อนามัยสนับสนุนคู่มือการ
ดำเนินงาน
๕. สสจ.เป็นที่ปรึกษา (Coach) เสริม
พลัง/พัฒนาศักยภาพ/ประชุมทีมงาน
ให้มีความรู้ความเข้าใจการพัฒนา
งานตามมาตรฐานและด้วย
แบบพ่อรุ่น

๖. ศูนย์อนามัย สสจ.เป็นที่ปรึกษา
(Coach) เสริมพลัง/พัฒนา
ศักยภาพ/ประชุมทีมงาน ให้มีความรู้
ความเข้าใจการพัฒนางานตาม
มาตรฐานและด้วยแบบพ่อรุ่น
๗. ศูนย์อนามัย สสจ.เป็นที่ปรึกษา
(Coach) เสริมพลัง/พัฒนา
ศักยภาพ/ประชุมทีมงาน ให้มีความรู้
ความเข้าใจการพัฒนางานตาม
มาตรฐานและด้วยแบบพ่อรุ่น

๘. ศูนย์อนามัย สสจ.เป็นที่ปรึกษา
(Coach) เสริมพลัง/พัฒนา
ศักยภาพ/ประชุมทีมงาน ให้มีความรู้
ความเข้าใจการพัฒนางานตาม
มาตรฐานและด้วยแบบพ่อรุ่น
๙. ประเมินงานโรงเรียนที่ได้รับการ
คัดเลือกเพื่อเตรียมความพร้อมใน
การเข้าร่วมกิจกรรมที่ไม่ได้เป็นส่วน
ประชุมวิชาการระดับประเทศ



๖. รายละเอียดของขั้นตอนการปฏิบัติงาน

เกณฑ์การสมัครและการคัดเลือกเข้ารับรางวัลเกียรติคุณ

ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี

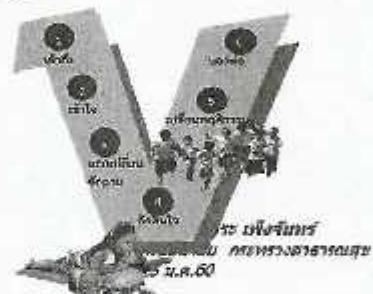
รางวัล มี ๒ ประเภท ดังนี้

๑. องค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)

ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูงสมส่วน
แข็งแรง IQ EQ ดี (ข้อที่ ๑-๔)

๒. องค์กรรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Organization : HLO)

ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูงสมส่วน
แข็งแรง IQ EQ ดี (ข้อที่ ๑-๖)



เกณฑ์การสมัคร

กรณีโรงเรียน

(๑) การสมัครองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ต้องมีการดำเนินการในนักเรียนระดับ ๑.๓-ป.๖ หรือ ป.๗-ม.๒ (อายุ ๖-๑๔ ปี) ที่เข้าร่วมโครงการฯ ต้องมีสัมพันธ์กับขนาดของสถานศึกษาดังนี้

- โรงเรียนขนาดเล็ก (มีนักเรียนน้อยกว่าห้องเท่ากับ ๑๐๐ คน) เข้าร่วมโครงการร้อยละ ๑๐๐

- โรงเรียนขนาดกลาง (มีนักเรียน ๑๐๑-๖๐๐ คน) เข้าร่วมโครงการร้อยละ ๘๐

- โรงเรียนขนาดใหญ่ (มีนักเรียน ๖๐๑-๑,๕๐๐ คน) เข้าร่วมโครงการร้อยละ ๕๐

โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ (มีนักเรียนมากกว่า ๑,๕๐๐ คนที่นับไป) ที่เข้าร่วมโครงการร้อยละ ๕๐

(๒) การสมัครองค์กรรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Organization : HLO) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี

- เผยให้รับรางวัล องค์กร (Best Practice) ด้านกิจกรรมทางกาย อายุตั้งแต่ ๑ ปี

- เป็นแหล่งเรียนรู้ หรือศูนย์กลางของกิจกรรมทางกายที่ดีที่สุดในประเทศ

- มีการดำเนินงาน ใน ข้อ ๑ อย่างต่อเนื่อง

กรณีหน่วยงาน/องค์กร

(๓) การสมัครองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี

๓.๑ โรงพยาบาล/องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น / สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประจำศีําชากา / สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษา จะต้องมีโรงเรียนเข้าร่วมการขับเคลื่อนโครงการฯ ครอบคลุมอย่างเนื้อຍร้อยละ ๘๐ ขอยืนที่รับผิดชอบ มีการติดตามประเมินผลลัพธ์ที่แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงภาวะโภชนาการและสมรรถภาพทางกาย และร้อยละ ๘๐ เป็น ร.ร. ที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)

๓.๒ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ จะต้องมีโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าร่วมการขับเคลื่อน โครงการฯ ครอบคลุมอย่างน้อยร้อยละ ๘๐ ของพื้นที่รับผิดชอบ มีการติดตามประเมินผลลัพธ์ที่แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงภาวะโภชนาการและสมรรถภาพทางกาย และร้อยละ ๘๐ เป็น รพ.สต. ที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)

๑.๓ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด จะต้องมีสำนักงานสาธารณสุขอำเภอ เข้าร่วมการขับเคลื่อนโครงการฯ ครอบคลุมอย่างน้อยร้อยละ ๘๐ ของพื้นที่รับผิดชอบ มีการติดตามประเมินผลลัพธ์ที่แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงภาระโภชนาการและสมรรถภาพทางกาย และร้อยละ ๘๐ เป็น สสจ.ที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)

๑.๔ ศูนย์รวมมัย จะต้องมีสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด เข้าร่วมการท้ามเหลียงโครงการฯ ครอบคลุมอย่างน้อยร้อยละ ๘๐ ของพื้นที่รับผิดชอบ มีการติดตามประเมินผลลัพธ์ที่แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงภาระโภชนาการและสมรรถภาพทางกาย และร้อยละ ๘๐ เป็น สสจ. ที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)

(๒) กรณีสมัครองค์กรอุปถัมภ์สุขภาพ (Health Literate Organization : HLO) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย ถูกระดับ แข็งแรง IQ-EQ ๕

- เด็กได้รับรางวัล องค์กร (Best Practice) ด้านกิจกรรมทางกาย อย่างน้อย ๑ ปี
- เป็นแหล่งเรียนรู้ หรือศึกษาดูงานหรือขยายผลการดำเนินงานสู่องค์กรอื่น ๆ
- มีการดำเนินงาน ใน ข้อ ๑ อย่างต่อเนื่อง

คะแนนเกณฑ์การประเมิน

| ข้อกำหนด | คะแนน (I/O) | คะแนน(BP) |
|---|-------------|-----------|
| รายละเอียดของกระบวนการ/ขั้นตอน/ ในการดำเนินโครงการฯ | (30) | (30) |
| ระบบเตรียมการ | 10 | 10 |
| ระบบปฏิบัติการ | 10 | 10 |
| การติดตามประเมินผล | 10 | 10 |
| รูปภาพประกอบ ผลลัพธ์ (คะแนนสนับสนุน) | | |
| ผลผลิต/ผลลัพธ์ในการดำเนินโครงการที่ส่งผลต่อนักเรียน | (30) | (35) |
| ระยะเวลาดำเนินงาน (อย่างน้อย ๒ เดือน) | | |
| ด้านภาระโภชนาการ | 20 | 25 |
| ด้านสมรรถภาพทางกายและสัตส่วน | 10 | 10 |
| รูปภาพประกอบ ผลลัพธ์ ก่อน-หลัง (คะแนนสนับสนุน) | | |
| ข้อมูลความสำเร็จและความยั่งยืนในการดำเนินโครงการฯ | (20) | (15) |
| ปัจจัยในการบรรลุเป้าหมาย ปัจจุบัน และแนวทางแก้ไข | 5 | 5 |
| ความพร้อมในการเข้าร่วมโครงการฯ | 5 | 5 |
| การขยายโครงการและการพัฒนาต่อไป | 10 | 5 |
| คอลลีบรีตี้ทัวร์ “เด็กไทย ถูกระดับ แข็งแรง IQ-EQ ๕” By ChOPA & ChiPA Game (ชีว�재ียน/องค์กร)” (กระบวนการส่งเสริม PA ในโรงเรียนสู่การแก้ปัญหาเด็กขั้น พ่อน เติ่ยไก่แข็งแรงภายใต้ โครงการ ChOPA & ChiPA Game ความยาว 5-7 นาที) | 20 | 20 |
| คะแนนเต็ม | 100 | 100 |

การสรุปผลคะแนนการประเมิน () ผ่านเกณฑ์ประเมิน (มากกว่า หรือเท่ากับ ๘๐ คะแนนขึ้นไป)

() ไม่ผ่านเกณฑ์ประเมิน (ต่ำกว่า หรือเท่ากับ ๗๙ คะแนน)