

## รายงานผลการดำเนินกิจกรรม/โครงการปีงบประมาณ ๒๕๖๖

### โครงการส่งเสริมโภชนาการนักเรียนโรงเรียนบ้านบอเกาะ

1. โครงการ โครงการส่งเสริมโภชนาการนักเรียนโรงเรียนบ้านบอเกาะ
2. ชื่อกิจกรรม ส่งเสริมโภชนาการนักเรียนโรงเรียนบ้านบอเกาะ
3. ระยะเวลาดำเนินการ ๑๖ พฤษภาคม – ๒๖ กันยายน ๒๕๖๖ ( จำนวน ๙๐ วัน )
4. ผู้รับผิดชอบโครงการ นางชอุทัยมา อาแว ครูโรงเรียนบ้านบอเกาะ
5. หลักการและเหตุผล

การพัฒนาชาติที่สำคัญคือการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ตลอดจนมีความสามารถในการเรียนรู้ เพื่อให้มีศักยภาพสูงสุดอันเป็นปัจจัยหลักในการพัฒนาชาติอย่างยั่งยืน อันดับแรกของการพัฒนาคน คือการพัฒนาด้านสุขภาพอนามัย เพราะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา ตลอดจนคุณธรรมและจริยธรรมของเด็ก อาหารนับว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญในการดำรงชีวิตของมนุษย์โดยเฉพาะเด็ก เป็นช่วงที่สมองของเด็กมีการเติบโตมากกว่าช่วงวัยอื่นๆ หากพ่อแม่สร้างสิ่งแวดล้อมต่างๆให้เหมาะสม สมองของเขาก็จะเติบโตมากกว่าช่วงวัยอื่นๆหากพ่อแม่สร้างสิ่งแวดล้อมต่างๆ ให้เหมาะสม สมองของเขาก็จะเติบโตและพัฒนาได้อย่างเต็มที่ ความสมบูรณ์ของคนเราเมื่อเติบโต ถ้าเด็กได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ก็จะทำให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มีอุปสรรคต่อการเรียนรู้ และการเจริญเติบโตของร่างกายเมื่อท้องอืด จิตใจก็แจ่มใส เบ่งบาน พร้อมเปิดรับกับการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อาหารเข้าจึงสำคัญจากผลงานวิจัยตีพิมพ์ออกมามากมายเกี่ยวกับประโยชน์ของการทานอาหารเช้าที่ส่งผลดีต่อตั้งสุขภาพกาย สุขภาพจิต และพลังสมองของเด็กๆ เพราะการที่เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารเช้าอย่างเพียงพอและมีคุณภาพเป็นประจำ จะมีสมาธิ และสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดีกว่าเด็กที่ไม่กินอาหารเช้า และจะทำให้เป็นเด็กฉลาดและเก่งขึ้น ดังนั้นอาหารเช้าจึงเป็นอาหารเช้าแรกของวันที่สมควรได้รับแต่ด้วยปัจจุบันการใช้ชีวิตที่เร่งรีบของผู้ปกครองและเด็กนักเรียน ทำให้อาหารเช้ากลับกลายเป็นอาหารเช้าที่ถูกละเลยมากที่สุด เนื่องจากผู้ปกครองส่วนใหญ่รีบไปทำงาน อาหารเช้าของเด็กๆคือขนม จากร้านในหมู่บ้าน ซึ่งไม่มีประโยชน์ และไม่เหมาะสมสำหรับเด็กวัยกำลังเจริญเติบโต ทำให้มีเด็กมีปัญหาเรื่องภาวะโภชนาการที่ไม่สมวัย เนื่องจากขาดอาหารเช้าสำคัญมือแรก จากปัญหาดังกล่าวโรงเรียนบ้านบอเกาะ จึงจัดทำโครงการอาหารเช้าเพื่อน้อง อิ่มท้องสมองแจ่มใส เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารที่มีสารอาหารครบทุกหมู่ เพื่อสุขภาพและร่างกายเจริญเติบโตสมวัย เกิดความพร้อมในการเรียนรู้ สู่การเป็นเด็กที่มีสติปัญญาฉลาดสมวัย