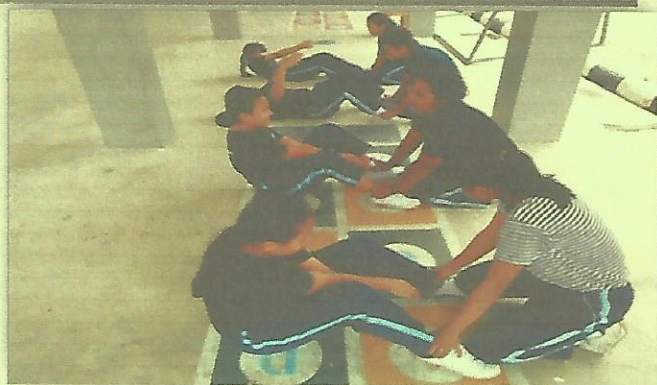




รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการเฝ้าระวังภาวะทุพโภชนาการในเด็กก่อนวัยเรียนและเด็กในวัยเรียน



โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา
อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา

นำเสนอ
สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
เทศบาลตำบลกำแพงเพชร

คำนำ

การปรับพฤติกรรมในเด็กอ่อนเป็นการกำหนดพฤติกรรมที่ต้องการให้เปลี่ยนแปลง และหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนั้นๆ เพื่อจะได้วางแผนจัดการได้อย่างเหมาะสม ทั้งการปรับเปลี่ยนความคิดให้เป็นไปในเชิงบวก สร้างความมั่นใจในตนเองและมุ่งเน้นไปทางการกระทำที่เป็นบวก การตั้งเป้าหมายเป็นพฤติกรรมพึงประสงค์ที่เด็กสามารถทำได้จริง โดยให้เด็กและผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมายร่วมกัน เพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และเพิ่มพฤติกรรมที่ต้องการ

รายงานผลการดำเนินงานโครงการเฝ้าระวังภาวะทุพโภชนาการในเด็กก่อนวัยเรียนและเด็กในวัยเรียนของโรงเรียนเจริญรัตนศึกษาวัฒนา ตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา คงจะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน ครู บุคลากรของโรงเรียนและผู้ที่เกี่ยวข้องได้เป็นอย่างดี

สุดท้ายนี้ขอขอบพระคุณการสนับสนุนงบประมาณจากสำนักงานหลักประกันคุณภาพแห่งชาติ เทศบาลตำบลกำแพงเพชร เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่กลุ่มเด็กก่อนวัยเรียนและเด็กในวัยเรียนในครั้งนี้

นายพัทรพงศ์ เจริญวรรณ
ผู้รายงาน

บทที่ 1

บทนำ

หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันสถานะเศรษฐกิจและสังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก ทำให้วิถีชีวิตคนไทยเปลี่ยนสู่ความเป็นสังคมเมืองที่เต็มไปด้วยความเร่งรีบ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวมีผลกระทบต่อแบบแผนการบริโภคอาหารของครอบครัวและเด็กวัยเรียนเป็นอย่างมาก การบริโภคอาหารที่ต้องอาศัยความรวดเร็วเพื่อความสะดวกต่อการดำรงชีพ ทำให้เกิดค่านิยมใหม่ในเรื่องการบริโภคอาหารประเภทจานด่วน อาหารสำเร็จรูป อาหารกึ่งสำเร็จรูป เข้ามามีบทบาทเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะกับเด็กวัยเรียน ซึ่งอาหารประเภทนี้ส่วนใหญ่จะมีแป้ง น้ำตาลและไขมันสูง ประกอบกับความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีที่ทันสมัยและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ รวมทั้งการติดเกมส์ ทำให้เด็กวัยเรียนมีการเคลื่อนไหวและออกกำลังกายน้อยลง องค์ประกอบเหล่านี้เป็นสาเหตุของการเกิดโรคอ้วน ทั้งนี้เด็กวัยเรียนที่มีภาวะอ้วน มีโอกาสเป็นโรคร้ายแรงอื่นๆได้มากกว่าปกติ เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคไขมันในเลือดสูง โรคเบาหวาน ข้ออักเสบ ขาโก่ง รวมทั้งสมาธิสั้น นอกจากนี้ในกรณีที่เด็กที่ป่วยด้วยโรคอ้วนขั้นรุนแรง มีผลกระทบต่อทางเดินหายใจ ทำให้เกิดการคั่งของก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ส่งผลขัดขวางต่อการเรียนหนังสือ ทำให้หงวนนอนทุกครั้งที่นั่ง

จากการสำรวจข้อมูลปี 2559 ของโรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัดนา อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา พบว่า มีนักเรียนเริ่มอ้วนและอ้วนจำนวน 79 คน จากนักเรียนทั้งหมด 657 คน คิดเป็นร้อยละ 12.02 ซึ่งมีจำนวนสูงกว่ามาตรฐานตามเกณฑ์การประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพพระดับเพชร ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขที่กำหนดให้มีนักเรียนเริ่มอ้วนและอ้วนได้ไม่เกินร้อยละ 7 และจากการประเมินนักเรียนกลุ่มนี้พบว่า การเคลื่อนไหวของร่างกายลำบาก เคลื่อนไหวเชื่องช้า และหากเกิดการพลัดตกหกล้มจะเกิดการบาดเจ็บมากกว่าเด็กที่ไม่อ้วน กระดูกและข้อต่อเสื่อมสภาพเร็วกว่าวัยอันควรเนื่องจากต้องรับน้ำหนักตัวมาก โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัดนาได้เล็งเห็นความสำคัญ จึงจัดทำโครงการเฝ้าระวังภาวะทุพโภชนาการในเด็กก่อนวัยเรียนและเด็กในวัยเรียนขึ้น ทั้งนี้เพื่อนำความรู้และวิทยาการที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬาผนวกกับงานโภชนาการ มาแก้ปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนให้กับเด็กนักเรียนชั้นอนุบาลและนักเรียนชั้นประถมศึกษา เพื่อให้เด็กนักเรียนมีภาวะเจริญเติบโตเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ระวังการออกกำลังกาย ดูแลสุขภาพมากขึ้น มีการเจริญเติบโตของสมองและร่างกายเหมาะสมตามวัย

วัตถุประสงค์

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน)	1. นักเรียนร้อยละ 80 มีความรู้ความเข้าใจเรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน)
2. เพื่อจัดตั้งชมรมกีฬาเพื่อสุขภาพ	2. มีชมรมกีฬาเพื่อสุขภาพในโรงเรียน
3. เพื่อคัดกรองนักเรียนที่มีภาวะการณั้เจริญเติบโตไม่ เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน (เริ่มอ้วนและอ้วน) เพื่อ เข้าร่วมโครงการ	3. มีจำนวนนักเรียนที่มีน้ำหนักเกิน เข้าร่วมโครงการ ร้อยละ 100
4. เพื่อกำหนดโปรแกรมกิจกรรมทางกายในรูปแบบ ต่างๆให้นักเรียนเข้าร่วม	4. มีโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่จัดให้นักเรียน
5. เพื่อลดจำนวนนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักเกินเกณฑ์ หรือเป็นโรคอ้วน	5. เด็กที่เป็นโรคอ้วนลดลงร้อยละ 30 จากเด็กอ้วน ทั้งหมดที่เข้าร่วมโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักเรียน คณะครู และผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการเฝ้าระวังภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ และ ป้องกันโรคอ้วนในวัยเด็ก และสามารถลดจำนวนเด็กที่มีภาวะทุพโภชนาการเกินเกณฑ์ลงได้
2. นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน) และมีทักษะในการ เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และปริมาณเหมาะสมกับร่างกาย
3. มีชมรมกีฬาเพื่อสุขภาพเกิดขึ้นในโรงเรียน
4. นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการมีภาวะการณั้เจริญเติบโตเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน
5. นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น
6. โรงเรียนผ่านประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร จากกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. นักเรียน หมายถึง บุคคลที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นอนุบาล 1-3 และประถมศึกษาปีที่ 1-6 ของ โรงเรียนเจริญรัตนศึกษาวัฒนา
2. ภาวะโภชนาการ หมายถึง สภาวะของร่างกายที่เกิดจากการบริโภค เช่น ผอม สมส่วน อ้วน เป็นต้น
3. โรคอ้วน หมายถึง เด็กที่มีน้ำหนักตัว และปริมาณไขมันมากเกินกว่าปกติ
4. โปรแกรมกิจกรรมทางกาย หมายถึง ตารางการออกกำลังกายประจำวันของนักเรียนในโครงการ

บทที่ 3

วิธีการดำเนินงาน

การดำเนินโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสุขภาพในโรงเรียน โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษา วัฒนา อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา มีการวางแผนวิธีการดำเนินงาน โดยมีรายละเอียดดังนี้

วิธีดำเนินการ

1. เชิญวิทยากรผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการมาให้ความรู้กับนักเรียน คณะครู และผู้ปกครองในเรื่องแนวทางการป้องกันและแก้ไขภาวะทุพโภชนาการเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน)
2. จัดตั้งชมรมกีฬาเพื่อสุขภาพ ประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์ของการตั้งชมรม
3. คัดกรองกลุ่มนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์ในแต่ละห้องทั้งโรงเรียน และให้นักเรียนเข้าร่วมโครงการทุกคน
4. ประชุมสัมพันธ์โครงการและประกาศรับสมัครนักเรียนเข้าร่วมโครงการ โดยให้นักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ที่คัดกรองแล้วเข้าร่วมโครงการทั้งหมด พร้อมทั้งนักเรียนที่สนใจเข้าร่วมโครงการมาสมัครเข้าร่วมชมรม
5. ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงทุกวันที่ 10 ของทุกเดือน ทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนทุกระดับชั้น ให้ความรู้ด้านการออกกำลังกาย/โภชนาการ คัดแยกนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพ เช่น นักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ น้ำหนักไม่ถึงเกณฑ์
6. จัดกิจกรรมเดินแอโรบิคทุกวันศุกร์ตอนเช้า
7. ทุกวันตอนเช้าก่อนเข้าห้องเรียน ให้นักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ออกกำลังกายด้วยการวิ่งทุกวันจันทร์ วันอังคาร และวันพุธ
8. จัดกิจกรรมกระโดดเชือกตอนเย็นก่อนกลับบ้านตั้งแต่เวลา 15.30 – 16.00 น.
9. จัดกิจกรรมดื่มน้ำก่อนรับประทานอาหารกลางวัน คือ ให้นักเรียนดื่มน้ำก่อนรับประทานอาหาร และหลังอาหาร
10. สรุปและประเมินผลโครงการ

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการประเมินโครงการ ได้แก่ นักเรียนชั้นอนุบาล 1-3 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 631 คน

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าร้อยละ (Percent) ใช้สูตรการคำนวณ ดังนี้

$$P = \frac{F \times 100}{N}$$

เมื่อ P แทน ร้อยละ

F แทน ความถี่ที่ต้องการแปลงค่าให้เป็นร้อยละ

N แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การประเมินผลการดำเนินการโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสุขภาพในโรงเรียนของโรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัตภูมิ จังหวัดสงขลา ผู้ประเมินได้นำเครื่องมือการประเมินโครงการที่ได้รับมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย นำมาเสนอเป็นข้อมูลในรูปตารางประกอบความเรียง ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงสรุปรายงานการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียน ครั้งที่ 1 โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ณ. 20 มิถุนายน-22 กรกฎาคม 2560

ชั้นเรียน	จำนวนนักเรียนทั้งหมด	จำนวนนักเรียนที่ได้รับการทดสอบ	สรุปผลการผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	
			ผ่าน (คน)	ไม่ผ่าน (คน)
ชั้นอนุบาล 1	77	77	75	2
ชั้นอนุบาล 2	98	98	96	2
ชั้นอนุบาล 3	111	111	110	1
ประถมศึกษาปีที่ 1	63	63	56	7
ประถมศึกษาปีที่ 2	77	77	70	7
ประถมศึกษาปีที่ 3	61	61	58	3
ประถมศึกษาปีที่ 4	55	55	48	7
ประถมศึกษาปีที่ 5	54	54	49	5
ประถมศึกษาปีที่ 6	35	35	31	4
รวม	631	631	593	38
ร้อยละ		100	93.98	6.02

จากตารางที่ 1 สรุปรายงานการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียน ครั้งที่ 1 โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ณ. 20 มิถุนายน-22 กรกฎาคม 2560 พบว่า จากนักเรียนทั้งหมด 631 คน มีนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายจำนวน 593 คน คิดเป็นร้อยละ 93.98 และมีนักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายจำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 6.02

ตารางที่ 2 แสดงสรุปรายงานการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียนครั้งที่ 2 (นักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์)
โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ณ. 5-9 กันยายน 2560

ชั้นเรียน	จำนวนนักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด	จำนวนนักเรียนที่ได้รับการทดสอบ	สรุปผลการผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	
			ผ่าน (คน)	ไม่ผ่าน (คน)
ชั้นอนุบาล 1	2	2	2	-
ชั้นอนุบาล 2	2	2	2	-
ชั้นอนุบาล 3	1	1	1	-
ประถมศึกษาปีที่ 1	7	7	3	4
ประถมศึกษาปีที่ 2	7	7	3	4
ประถมศึกษาปีที่ 3	3	3	2	1
ประถมศึกษาปีที่ 4	7	7	4	3
ประถมศึกษาปีที่ 5	5	5	1	4
ประถมศึกษาปีที่ 6	4	4	2	2
รวม	38	38	20	18
ร้อยละ		100	52.63	47.37

จากตารางที่ 2 สรุปรายงานการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียนครั้งที่ 2 (นักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์) โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ณ. 5-9 กันยายน 2560 พบว่า จากนักเรียนที่ทดสอบสมรรถภาพทางกายครั้งที่ 1 ไม่ผ่านเกณฑ์จำนวน 38 คน เมื่อนำมาดำเนินการแก้ไขและทดสอบซ้ำ มีนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายครั้งที่ 2 จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 52.63 และมีนักเรียนที่ยังไม่ผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายครั้งที่ 2 จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 47.37

ตารางที่ 3 แสดงสรุปภาวะโภชนาการ ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสุขภาพในโรงเรียน ของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการอ้วนและเริ่มอ้วน โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ปีการศึกษา 2560

น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง	จำนวนนักเรียนก่อนเข้าโครงการ (คน)	จำนวนนักเรียนหลังเข้าโครงการ (คน)	จำนวนนักเรียนที่มีการพัฒนาภาวะโภชนาการ (คน)	ร้อยละ ของจำนวนนักเรียนที่มีการพัฒนาภาวะโภชนาการ (%)
อ้วน	24	12	12	50.00
เริ่มอ้วน	29	13	16	55.17
รวม	53	25	28	52.83

จากตารางที่ 3 แสดงสรุปภาวะโภชนาการ ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสุขภาพในโรงเรียน ของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการอ้วนและเริ่มอ้วน โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ปีการศึกษา 2560 พบว่า ก่อนเข้าร่วมโครงการมีนักเรียนอ้วนจำนวน 24 คนและเริ่มอ้วนจำนวน 29 คน รวม 53 คน หลังเข้าร่วมโครงการมีนักเรียนอ้วนจำนวน 12 คนและเริ่มอ้วนจำนวน 13 คน รวม 25 คน นั่นคือนักเรียนมีการพัฒนาภาวะโภชนาการที่ดีขึ้น โดยนักเรียนที่อ้วนลดลงจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 นักเรียนที่เริ่มอ้วนลดลง 16 คน คิดเป็นร้อยละ 55.17 รวมนักเรียนอ้วนและเริ่มอ้วนลดลงทั้งหมด 28 คน คิดเป็นร้อยละ 52.83

ตารางที่ 4 แสดงสรุปผลจากแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ของนักเรียนโรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ปีการศึกษา 2560

พฤติกรรม	ความถี่ในการปฏิบัติ (%)		
	ประจำ	ครั้งคราว	ไม่เคย
1. กินอาหารครบ 5 หมู่	90.00	10.00	-
2. กินอาหารหลากหลาย ไม่ซ้ำซาก	83.33	16.67	-
3. กินผักมากกว่าวันละ 4 ท็อปพี	60.00	40.00	-
4. กินผลไม้วันละ 3-4 ส่วน	46.67	53.33	-
5. กินปลาอย่างน้อยวันละ 1 มื้อ	93.33	6.67	-
6. กินเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน สัปดาห์ละ 2-3 มื้อ	100.00	-	-
7. ดื่มนมไขมันต่ำ วันละ 1-2 แก้ว	100.00	-	-
8. กินอาหารมือเย็นห่างจากเวลานอนไม่น้อยกว่า 4 ชม.	66.67	33.33	-
9. กินอาหารประเภท ต้ม นึ่ง ลวก อบ	100.00	-	-
10. หลีกเลี่ยงอาหารไขมันสูง	86.67	13.33	-
11. หลีกเลี่ยงของหวาน ขนมที่มีแป้งและน้ำตาลเยอะ	76.67	23.33	-
12. กินอาหารรสไม่จัด ไม่เติมน้ำปลาเพิ่มในถ้วยเดียว	70.00	30.00	-
13. ดื่มน้ำเปล่าแทนน้ำอัดลมหรือน้ำหวาน	63.33	36.67	-
14. หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	100.00	-	-
15. อารมณ์ดี ไม่เครียด	100.00	-	-
16. นอนหลับไม่น้อยกว่าวันละ 7-8 ชั่วโมง	100.00	-	-
17. ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 5 วัน	100.00	-	-
18. ออกกำลังกายวันละ 30 นาที	40.00	60.00	-
19. ขณะออกกำลังกาย หายใจเร็วขึ้นและมีเหงื่อออก	100.00	-	-
เฉลี่ย	82.98	17.02	0.00

จากตารางที่ 4 แสดงสรุปผลจากแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายของนักเรียนโรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ปีการศึกษา 2560 โดยรายงานผลจากการสุ่มนักเรียนในโครงการจำนวน 30 คน พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายที่ดี มีทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และปริมาณเหมาะสมกับร่างกาย โดยมีความถี่ในการปฏิบัติเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 82.98 และมีความถี่ในการปฏิบัติเป็นครั้งคราว คิดเป็นร้อยละ 17.02

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

จากการดำเนินโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสุขภาพในโรงเรียน ปีการศึกษา 2560 โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัตถุมิ จังหวัดสงขลา สามารถสรุปผลการประเมินโครงการและข้อเสนอแนะในการดำเนินการเพื่อใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป ดังนี้

วัตถุประสงค์

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน)	1. นักเรียนร้อยละ 80 มีความรู้ความเข้าใจเรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน)
2. เพื่อจัดตั้งชมรมกีฬาเพื่อสุขภาพ	2. มีชมรมกีฬาเพื่อสุขภาพในโรงเรียน
3. เพื่อคัดกรองนักเรียนที่มีภาวะการเจ็บเรื้อรังเติบโตไม่ เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน (เริ่มอ้วนและอ้วน) เพื่อ เข้าร่วมโครงการ	3. มีจำนวนนักเรียนที่มีน้ำหนักเกิน เข้าร่วมโครงการ ร้อยละ 100
4. เพื่อกำหนดโปรแกรมกิจกรรมทางกายในรูปแบบ ต่างๆให้นักเรียนเข้าร่วม	4. มีโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่จัดให้นักเรียน
5. เพื่อลดจำนวนนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักเกินเกณฑ์ หรือเป็นโรคอ้วน	5. เด็กที่เป็นโรคอ้วนลดลงร้อยละ 30 จากเด็กอ้วน ทั้งหมดที่เข้าร่วมโครงการ

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการประเมินโครงการ ได้แก่ นักเรียนชั้นอนุบาล 1-3 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัตถุมิ จังหวัดสงขลา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 631 คน

สรุปผล

1. สรุปผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายครั้งที่ 1

ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียน ครั้งที่ 1 โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ภาคเรียนที่ 1 ปี การศึกษา 2560 ณ. 20 มิถุนายน-22 กรกฎาคม 2560 พบว่า จากนักเรียนทั้งหมด 631 คน มีนักเรียนที่ผ่าน เกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายจำนวน 593 คน คิดเป็นร้อยละ 93.98 และมีนักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การ ทดสอบสมรรถภาพทางกายจำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 6.02

2. สรุปผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียนครั้งที่ 2 (นักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์)

ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียน ครั้งที่ 2 (นักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์) โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษา วัฒนา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ณ. 5-9 กันยายน 2560 พบว่า จากนักเรียนที่ทดสอบสมรรถภาพทางกาย ครั้งที่ 1 ไม่ผ่านเกณฑ์จำนวน 38 คน เมื่อนำมาดำเนินกิจกรรมการแก้ไขและทดสอบซ้ำ มีนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายครั้งที่ 2 จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 52.63 และมีนักเรียนที่ยังไม่ผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายครั้งที่ 2 จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 47.37

3. สรุปภาวะโภชนาการก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ

ผลภาวะโภชนาการก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสุขภาพในโรงเรียน ของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการอ้วนและเริ่มอ้วน โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ปีการศึกษา 2560 พบว่า ก่อนเข้าร่วมโครงการมีนักเรียนอ้วนจำนวน 24 คนและเริ่มอ้วนจำนวน 29 คน รวม 53 คน หลังเข้าร่วมโครงการมีนักเรียนอ้วนจำนวน 12 คนและเริ่มอ้วนจำนวน 13 คน รวม 25 คน นั่นคือนักเรียนมีการพัฒนาภาวะโภชนาการที่ดีขึ้น โดยนักเรียนที่อ้วนลดลงจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 นักเรียนที่เริ่มอ้วนลดลง 16 คน คิดเป็นร้อยละ 55.17 รวมนักเรียนอ้วนและเริ่มอ้วนลดลงทั้งหมด 28 คน คิดเป็นร้อยละ 52.83

4. สรุปผลพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย

ผลจากแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายของนักเรียนโรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา ปีการศึกษา 2560 โดยรายงานผลจากการสุ่มนักเรียนในโครงการจำนวน 30 คน พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายที่ดี มีทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และปริมาณเหมาะสมกับร่างกาย โดยมีความถี่ในการปฏิบัติเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 82.98 และมีความถี่ในการปฏิบัติเป็นครั้งคราว คิดเป็นร้อยละ 17.02

อภิปรายผล

ความสำเร็จของโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสุขภาพในโรงเรียน โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษา วัฒนามีความสำเร็จของโครงการบรรลุตามเป้าหมายดังนี้

1. ผู้เรียนร้อยละ 80 มีความรู้ความเข้าใจเรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน) บรรลุความสำเร็จของโครงการได้ร้อยละ 82.98
2. มีชมรมกีฬาเพื่อสุขภาพในโรงเรียน บรรลุความสำเร็จของโครงการ
3. ผู้เรียนร้อยละ 100 ที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์เข้าร่วมโครงการ บรรลุความสำเร็จของโครงการได้ร้อยละ 100
4. มีโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่จัดให้นักเรียนในโครงการ บรรลุความสำเร็จของโครงการ
5. ผู้เรียนร้อยละ 30 เป็นโรคอ้วนลดลงจากจำนวนผู้เรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ทั้งหมดที่เข้าร่วมโครงการ บรรลุความสำเร็จของโครงการได้ร้อยละ 52.83

ข้อเสนอแนะ

การดำเนินการแก้ไขนักเรียนที่มีปัญหาภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์ ควร มีโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่
หลากหลายมากขึ้น เพื่อความน่าสนใจของการดำเนินกิจกรรม

แบบรายงานผลการดำเนินโครงการที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ชื่อโครงการ เพื่อระวังภาวะทุพโภชนาการในเด็กก่อนวัยเรียน และเด็กในวัยเรียน.

1. ผลการดำเนินงาน

ทำเรื่องให้กรมสุขภาพจังหวัด เชียงใหม่ ระวังภาวะทุพโภชนาการ ดิฉัน 100 คน
มีการจัดตั้ง ชมรมกีฬา เพื่อสุขภาพ ในโรงเรียน
นักเรียนที่มีน้ำหนักเกิน เกินเกณฑ์ ให้ร่วม โดยมีการทอดกัณฑ์ทอดทาน ดิฉัน 100
มีโปสเตอร์เกี่ยวกับสุขภาพ ก่อตั้งจัดให้โรงเรียนในโครงการ
ให้โรงเรียนที่เป็น 100 คน มีจำนวนลดลงจากทุกที่ร่วม โดยทอด.

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมในกิจกรรม/โครงการ..... 631คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ..... 15,000 บาท

งบประมาณที่เบิกจ่ายจริง..... 15,000 บาท คิดเป็นร้อยละ..... 100

งบประมาณที่เหลือส่งคืนกองทุน..... บาท คิดเป็นร้อยละ.....

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

ลงชื่อ..... พัทธ์พงศ์ เจริญวรรณผู้รายงาน
(ทพ.พัทธ์พงศ์ เจริญวรรณ)
ตำแหน่ง..... กศพ.เชียงใหม่
วันเดือนปี..... ๒๑/๑/๖๐

เรียน ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

- เพื่อโปรดทราบ
- รายงานสรุปผลการตรวจเฝ้าระวังคุณภาพอากาศกับเด็กก่อนวัย แคเด็กจบวัย โรงเรียนเจริญวัฒนาวิทยา
ที่โรงเรียนสาธิตบางปะอิน กรุงเทพมหานคร เขต. บางปะอิน
- ผลตรวจพบค่าปริมาณโอโซนเกินค่ามาตรฐาน

(ลงชื่อ).....

(นางนันทวัน สิริธรรม)

หัวหน้าฝ่ายบริหารงานสาธารณสุข/อนุกรรมการกองทุนฯ

เรียน ปลัดเทศบาลตำบลกำแพงเพชร/เลขานุการกองทุนฯ

- เพื่อโปรดทราบ
- เพื่อดำเนินการตามมติที่ประชุม 12

(ลงชื่อ).....

(นางวรรณุช ศรีสุวรรณ)

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม/ผู้ช่วยเลขานุการกองทุนฯ

ความเห็นปลัดเทศบาลตำบลกำแพงเพชร/เลขานุการกองทุนฯ

- ความเห็นในเอกสารแนบ

(ลงชื่อ).....

(นายเดโช ลิ้มวิจิตรวงศ์)

ปลัดเทศบาลตำบลกำแพงเพชร/เลขานุการกองทุนฯ

คำสั่ง นายกเทศมนตรีตำบลกำแพงเพชร/ประธานกองทุนฯ

.....

(ลงชื่อ).....

(นายประเสริฐ แซ่แต้)

นายกเทศมนตรีตำบลกำแพงเพชร/ประธานกองทุนฯ

ภาคผนวก



ทดสอบการทรงตัว





วัดความเร็ว ความคล่องตัว

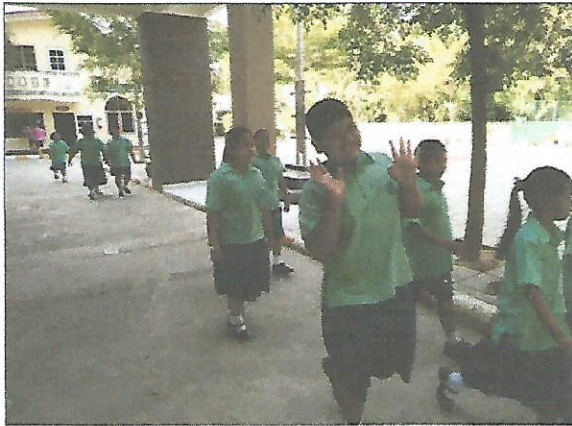




นั่งจ่อตัวไปข้างหน้า ทดสอบความอ่อนตัว



กิจกรรมการออกกำลังกายลดอ้วน



การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์



ติดตามผล ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง

