

ชื่อโครงการ	โครงการส่งเสริมโภชนาการนักเรียนโรงเรียนบ้านสากอ
ลักษณะโครงการ	โครงการต่อเนื่อง
ผู้รับผิดชอบ	นางรอฮีม๊ะ หลังเกาะ
ระยะเวลาดำเนินงาน	วันที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๖ - ๒๕ กันยายน ๒๕๖๖

---

## ๑. หลักการและเหตุผล

การพัฒนาชาติที่สำคัญคือการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ตลอดจนมีความสามารถในการเรียนรู้ เพื่อให้มีศักยภาพสูงสุดอันเป็นปัจจัยหลักในการพัฒนาชาติอย่างยั่งยืน อันดับแรกของการพัฒนาคน คือการพัฒนาด้านสุขภาพอนามัย เพราะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา ตลอดจนคุณธรรมและจริยธรรมของเด็ก อาหารนับว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญในการดำรงชีวิตของมนุษย์โดยเฉพาะเด็ก เป็นช่วงที่สมองของเด็กมีการเติบโตมากกว่าช่วงวัยอื่นๆ หากพ่อแม่สร้างสิ่งแวดล้อมต่างๆให้เหมาะสม สมองของเขาก็จะเติบโตมากกว่าช่วงวัยอื่นๆหากพ่อแม่สร้างสิ่งแวดล้อมต่างๆให้เหมาะสม สมองของเขาก็จะเติบโตและพัฒนาได้อย่างเต็มที่ ความสมบูรณ์ของคนเราเมื่อเติบโต ถ้าเด็กได้ได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ก็จะทำให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มีอุปสรรคต่อการเรียนรู้ และการเจริญเติบโตของร่างกายเมื่อท้องอืด จิตใจก็แจ่มใส เบ่งบาน พร้อมเปิดรับกับการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อาหารเข้าจึงสำคัญจากผลงานวิจัยตีพิมพ์ออกมามากมายเกี่ยวกับประโยชน์ของการทานอาหารเช้าที่ส่งผลดีต่อตั้งสุขภาพกาย สุขภาพจิต และพลังสมองของเด็กๆ เพราะการที่เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารเช้าอย่างเพียงพอและมีคุณภาพเป็นประจำ จะมีสมาธิ และสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดีกว่าเด็กที่ไม่กินอาหารเช้า และจะทำให้เป็นเด็กฉลาดและเก่งขึ้น ดังนั้นอาหารเช้าเข้าจึงเป็นอาหารเช้าแรกของวันที่สมควรได้รับแต่ด้วยปัจจุบันการใช้ชีวิตที่เร่งรีบของผู้ปกครองและเด็กนักเรียน ทำให้อาหารเช้ากลายเป็นอาหารเช้าที่ถูกละเลยมากที่สุด เนื่องจากผู้ปกครองส่วนใหญ่รีบไปทำงาน อาหารเช้าของเด็กๆคือขนม จากร้านในหมู่บ้าน ซึ่งไม่มีประโยชน์ และไม่เหมาะสมสำหรับเด็กวัยกำลังเจริญเติบโต ทำให้มีเด็กมีปัญหาเรื่องภาวะโภชนาการที่ไม่สมวัย เนื่องจากขาดอาหารเช้ามื้อแรก จากปัญหาดังกล่าวโรงเรียนบ้านสากอ จึงจัดทำโครงการอาหารเช้าเพื่อน้อง อิ่มท้องสมองแจ่มใส เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารที่มีสารอาหารครบทุกหมู่ เพื่อสุขภาพและร่างกายเจริญเติบโตสมวัย เกิดความพร้อมในการเรียนรู้สู่การเป็นเด็กที่มีสติปัญญาฉลาดสมวัย

## ๒. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

- ๒.๑ เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับอาหารเช้าที่มีคุณค่าทางสารอาหารครบทั้ง ๕ หมู่
- ๒.๒ เพื่อให้เด็กนักเรียนมีน้ำหนักส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน
- ๒.๓ เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และสุขอนามัยในการรับประทานอาหารเช้าอย่างถูกต้อง

### ๓. วิธีดำเนินการ

- ๓.๑ ประชุมคณะกรรมการผู้รับผิดชอบ
- ๓.๒ เสนอโครงการขออนุมัติ ใช้งบประมาณจัดโครงการ
- ๓.๓ กำหนดและดำเนินการโครงการ
- ๓.๔ ติดตาม สรุปผลการดำเนินงาน และรายงาน

### ๔. เป้าหมายการดำเนินงาน

นักเรียนที่ขาดภาวะโภชนาการ โรงเรียนบ้านสากอ จำนวน ๕๐ คน

### ๕. ระยะเวลาดำเนิน

๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๖ – ๒๕ กันยายน ๒๕๖๖ ( จำนวน ๙๐ วัน )

### ๖. สถานที่ดำเนินการ

โรงเรียนบ้านสากอ

### ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางรอฮีม๊ะ หลังเกาะ	ครูโรงเรียนบ้านสากอ
นางสาวดวงใจ แดงน้อย	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านสากอ

### ๗. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลสากอ  
จำนวน ๖๗,๕๐๐ บาท (หกหมื่นเจ็ดพันห้าร้อยห้าสิบบาทถ้วน) ประกอบด้วย  
- ค่าอาหารเช้า

จำนวน ๕๐ คนๆ ละ ๑๕ บาท จำนวน ๙๐ วันๆ ละ ๗๕๐ บาท (๗๕๐×๙๐) เป็นเงิน ๖๗,๕๐๐ บาท  
เมนูอาหาร ใน ๑ สัปดาห์

๑. วันจันทร์ ข้าวต้ม ๑ ถ้วย , นมสด ๑ กล่อง ,กล้วย ๑ ผล
๒. วันอังคาร ขนมปังแซนวิชหน้าไก่ ๑ ชิ้น ,นมสด ๑ กล่อง
๓. วันพุธ ข้าวหมกไก่ ๑ ห่อ, นมสด ๑ กล่อง
๔. วันพฤหัสบดี ข้าวย่ำสมุนไพร ๑ ห่อ ,ไข่ ๑ ฟอง ,นมสด ๑ กล่อง
๕. วันศุกร์ ก๋วยเตี๋ยวผัด ๑ ห่อ, ไก่ทอด ๑ ชิ้น, กล้วย ๑ ผล

หมายเหตุ เมนูอาหารดังกล่าวซื้อจากร้านค้าในชุมชนบ้านสากอ

รวมเป็นจำนวนเงินทั้งสิ้น ๖๗,๕๐๐ บาท (หกหมื่นเจ็ดพันห้าร้อยบาทถ้วน)

๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๘.๑ นักเรียนเป้าหมายได้รับประทานอาหารเช้าที่มีคุณค่าทางโภชนาการร้อยละ ๑๐๐
- ๘.๒ นักเรียนเป้าหมายมี น้ำหนัก ส่วนสูงตามเกณฑ์ มาตรฐานร้อยละ ๙๕
- ๘.๓ นักเรียนเป้าหมาย มีพัฒนาการสมวัยร้อยละ ๙๐
- ๘.๔ นักเรียนเป้าหมายได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และมีสุขนิสัยในการรับประทานอาหารเช้าอย่าง ถูกต้องร้อยละ ๙๐

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ  
( นางสาวดวงใจ แดงน้อย )  
ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านสากอ

ลงชื่อ..... ผู้ตรวจสอบโครงการ  
( )  
เลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ..... ผู้ตรวจสอบโครงการ  
( )  
ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ  
องค์การบริหารส่วนตำบลสากอ

รายงานผลการจัดโครงการส่งเสริมโภชนาการนักเรียนโรงเรียนบ้านสากอ  
วันที่ ๒๕ กันยายน ๒๕๖๖

---

**วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

๑. เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับอาหารเช้าที่มีคุณค่าทางสารอาหารครบทั้ง ๕ หมู่
๒. เพื่อให้เด็กนักเรียนมีน้ำหนักส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน
๓. เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และสุขนิสัยในการรับประทานอาหารเช้า

อย่างถูกต้อง

**วิธีดำเนินการ**

๑. ประชุมคณะกรรมการผู้รับผิดชอบ
๒. เสนอโครงการขออนุมัติ ใช้งบประมาณจัดโครงการ
๓. กำหนดและดำเนินการโครงการ
๔. ติดตาม สรุปผลการดำเนินงาน และรายงาน

**ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

๑. นักเรียนเป้าหมายได้รับประทานอาหารเช้าที่มีคุณค่าทางโภชนาการร้อยละ ๑๐๐
๒. นักเรียนเป้าหมายมี น้ำหนัก ส่วนสูงตามเกณฑ์ มาตรฐานร้อยละ ๙๕
๓. นักเรียนเป้าหมาย มีพัฒนาการสมวัยร้อยละ ๙๐
๔. นักเรียนเป้าหมายได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และมีสุขนิสัยในการรับประทานอาหารเช้าอย่างถูกต้องร้อยละ ๙๐

## ผลการวิเคราะห์

### ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

#### ๑.๑ ข้อมูลนักเรียน

นักเรียนที่เป็นเพศชาย จำนวน ๒๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๔

นักเรียนที่เป็นเพศหญิง จำนวน ๒๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๖

### ตอนที่ ๒ ความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม

แบบบันทึกนักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการ

โรงเรียนบ้านสากอ จำนวน ๕๐ คน

ที่	ชื่อ - นามสกุล	อายุ	น้ำหนัก	ส่วนสูง	น้ำหนัก	ส่วนสูง	น้ำหนัก	ส่วนสูง
	<b>อ.๓/๑</b>		ก่อน		หลัง			
๑	เด็กชาย มูฮำหมัดอิลฮัมมี สนิ	๕	๑๒.๕	๙๘	๑๔	๑๐๓	+๑.๕	+๕
๒	เด็กชาย ดาริส สามานูง	๕	๑๓	๑๐๐	๑๕	๑๐๕	+๒	+๕
๓	เด็กหญิง โนรมาซา ดือราแม	๕	๑๓	๙๙	๑๕	๑๐๔	+๒	+๕
๔	เด็กหญิง ชูรียานา อีซอ	๕	๑๓.๕	๑๐๒	๑๖	๑๐๗	+๒.๕	+๕
	<b>อ.๓/๒</b>							
๕	เด็กหญิง ชัลมียา จาราแวง	๕	๑๓.๔	๑๐๒	๑๖	๑๐๙	+๒.๖	+๗
๖	เด็กหญิง นะดา ปีนปลื้มจิตต์	๕	๑๑	๙๒	๑๒	๙๘	+๑	+๖
๗	เด็กหญิง นูรอตีราฮ กละ	๕	๑๓.๓	๑๐๒	๑๔	๑๐๔	+๐.๗	+๒
๘	เด็กหญิง นูรออุลยา ฮำมัด	๕	๑๒.๙	๑๐๑	๑๔	๑๐๗	+๑.๑	+๖
๙	เด็กหญิง นูรอูไมร์ฮิ มามะ	๕	๑๒.๙	๑๐๑	๑๕	๑๐๖	+๒.๑	+๕
๑๐	เด็กหญิง นูรอฮาฟีพะห์ บินโยนี	๕	๑๒.๕	๑๐๐	๑๔	๑๐๕	+๑.๕	+๕
๑๑	เด็กหญิง ฟารีนี การิยา	๕	๑๒.๒	๑๐๒	๑๔	๑๐๖	+๑.๘	+๔
๑๒	เด็กหญิง ศันสนีย์ ลอฮะ	๕	๑๓.๕	๑๐๒	๑๕	๑๐๗	+๑.๕	+๕
	<b>ป.๑/๑</b>							
๑๓	เด็กชาย มูฮำหมัดอัฟดุลย์ ยามานอ	๖	๑๓.๕	๑๐๓	๑๘	๑๑๑	+๔.๕	+๘

๑๔	เด็กหญิง	ชุลียานีย์	มะยากี	๖	๑๒.๕	๑๐๒	๑๕	๑๑๐	+๒.๕	+๘
	<b>ป.๑/๒</b>									
๑๕	เด็กชาย	มุฮัมมัด	มาฮามะ	๖	๑๒	๑๐๐	๑๖	๑๐๕	+๔	+๕
๑๖	เด็กชาย	มุฮัมมัดอาลีฟ	เปาะมุ	๖	๑๔	๑๐๕	๑๘	๑๐๙	+๔	+๔
๑๗	เด็กหญิง	นาเบลลา	มะนอ	๖	๑๒	๑๐๐	๑๔	๑๐๕	+๒	+๕
๑๘	เด็กหญิง	ซุวัยบะห์	สายอตูลง	๖	๑๓	๑๐๗	๑๕	๑๐๖	+๒	+๑
๑๙	เด็กหญิง	ฮัลมี	ตาซา	๖	๑๔	๑๐๗	๑๗	๑๑๐	+๓	+๓
	<b>ป.๒/๑</b>									
๒๐	เด็กชาย	มุไฮมี	ปือซา	๗	๑๖	๑๑๐	๑๙	๑๑๖	+๓	+๖
๒๑	เด็กชาย	อิลดิลฟิตรี	สุโร	๗	๑๖	๑๑๒	๑๙	๑๑๖	+๓	+๔
๒๒	เด็กหญิง	มัสมีนา	เจ๊ะน๊ะ	๗	๑๕	๑๑๐	๑๗	๑๑๔	+๒	+๔
	<b>ป.๒/๒</b>									
๒๓	เด็กหญิง	นุรฟาตีฮะห์	อาแวมะ	๗	๑๗	๑๑๓	๑๙	๑๑๖	+๒	+๓
๒๔	เด็กหญิง	โนรฟาติมา	มาฮะ	๗	๑๘	๑๑๓	๒๐	๑๑๖	+๒	+๓
๒๕	เด็กหญิง	อามีเราะห์	สะอะ	๗	๑๗	๑๑๔	๑๙	๑๑๗	+๒	+๓
๒๖	เด็กหญิง	ฟิรดานี	สารีแปเราะ	๗	๑๖	๑๑๔	๑๗	๑๑๕	+๑	+๑
๒๗	เด็กหญิง	อานิส	แซฮะ	๗	๑๘	๑๑๗	๑๙	๑๒๐	+๑	+๓
	<b>ป.๓/๑</b>									
๒๘	เด็กชาย	ซัฟร์ณีย์	อับดุลรอแม	๘	๒๑	๑๒๐	๒๒	๑๒๓	+๑	+๓
๒๙	เด็กชาย	นัสรูล	เต็ง	๘	๒๕	๑๒๕	๒๗	๑๒๗	+๒	+๒
๓๐	เด็กหญิง	มุนีรุลอีมาน	เจ๊ะเล็ง	๘	๒๓	๑๒๑	๒๕	๑๒๓	+๒	+๒
๓๑	เด็กหญิง	แวอศณีย์	ปินเต๊ะ	๘	๒๔	๑๒๓	๓๐	๑๒๖	+๖	+๓
	<b>ป.๓/๒</b>									
๓๒	เด็กชาย	ฟัครี	สายอตูลง	๘	๑๗	๑๑๓	๒๐	๑๑๕	+๓	+๒
๓๓	เด็กหญิง	นุรนัจมี	เจ๊ะนุ้	๘	๒๓	๑๒๒	๒๕	๑๒๔	+๒	+๒
๓๔	เด็กหญิง	มีนา	ปินปลื้มจิตต์	๘	๑๕	๑๑๐	๑๖	๑๑๕	+๑	+๕
	<b>ป.๔/๑</b>									

๓๕	เด็กชาย	นาอึฟ	มุซอ	๙	๒๐	๑๒๖	๒๒	๑๒๘	+๒	+๒
	ป.๔/๒									
๓๖	เด็กชาย	มุฮัมมัดอามีรุ	เจ๊ะนะ	๙	๒๑	๑๓๐	๒๕	๑๓๕	+๔	+๕
๓๗	เด็กชาย	มุฮัมมัดอาลิฟ	การียา	๙	๑๗	๑๒๐	๒๒	๑๒๖	+๕	+๖
๓๘	เด็กชาย	อิทธิพล	สุโร	๙	๒๑	๑๒๑	๒๕	๑๒๘	+๔	+๗
๓๙	เด็กชาย	อับดุลเราะห์มาน	มาหามะ	๙	๑๘	๑๑๙	๒๒	๑๒๔	+๔	+๕
๔๐	เด็กหญิง	นัซมี	ปาสตอตีปรามอ	๙	๑๗	๑๒๐	๑๙	๑๒๔	+๒	+๔
๔๑	เด็กหญิง	ฟีโอนา	มะยูไซะ	๙	๒๐	๑๓๐	๒๘	๑๓๗	+๘	+๗
๔๒	เด็กหญิง	วีดาต	มะลิลา	๙	๑๙	๑๓๐	๒๖	๑๓๕	+๗	+๕
	ป.๕/๑									
๔๓	เด็กชาย	ซามีฮาซัน	การี	๑๐	๑๘	๑๒๐	๒๑	๑๒๕	+๓	+๕
๔๔	เด็กหญิง	พัศรินทร์	นิมะ	๑๐	๒๑	๑๓๓	๒๕	๑๓๖	+๔	+๓
	ป.๖/๑									
๔๕	เด็กชาย	มุฮัมมัดอิกวาน	มัยเซ็ง	๑๑	๒๖	๑๒๖	๓๐	๑๓๔	+๔	+๘
๔๖	เด็กชาย	มุเนาวีร์	เจ๊ะเล็ง	๑๑	๒๔	๑๒๙	๒๗	๑๓๒	+๓	+๓
๔๗	เด็กหญิง	อูมัยนี	หะยียอับดุลรอแม	๑๑	๓๐	๑๓๙	๓๔	๑๔๒	+๔	+๓
๔๘	เด็กหญิง	อาลนีซา	การียา	๑๑	๒๓	๑๒๘	๒๗	๑๓๒	๔	+๔
	ป.๖/๒									
๔๙	เด็กหญิง	ติฟลานี	มะกะ	๑๑	๒๘	๑๓๕	๓๐	๑๓๙	+๒	+๔
๕๐	เด็กหญิง	อารีนา	การียา	๑๑	๒๒	๑๓๑	๒๖	๑๓๕	+๔	+๔

๑. ผู้ร่วมกิจกรรม ได้รับประทานอาหารเช้าที่มีคุณค่าทางโภชนาการร้อยละ ๑๐๐

๒. เมื่อพิจารณาพบว่าผู้ร่วมกิจกรรมมีน้ำหนัก ส่วนสูงเพิ่มขึ้น ร้อยละ ๑๐๐

๒.๑ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าผู้ร่วมกิจกรรมผู้ชายจำนวน ๒๒ คนมีน้ำหนักตามเกณฑ์ ๑๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๓.๖๔

๒.๒ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าผู้ร่วมกิจกรรมผู้ชายจำนวน ๒๘ คนมีน้ำหนักตามเกณฑ์ ๒๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๗๘.๕๗

๓. ผู้ร่วมกิจกรรม มีพัฒนาการสมวัยร้อยละ ๙๕

๔. ผู้ร่วมกิจกรรม ได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และมีสุขนิสัยในการรับประทานอาหารอย่างถูกต้อง ร้อยละ ๑๐๐

### ข้อเสนอแนะของผู้บริหาร

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นางสาวดวงใจ แดงน้อย)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านสากอ



**ภาคผนวก**









