



กำหนดการ การอบรมโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเด็กนักเรียน
ที่มีปัญหาภาวะโภชนาการท่วม เริ่มอ้วนและอ้วน
วันที่ ๑๖ กรกฎาคม ๒๕๖๑
ณ โรงเรียนบ้านทอน จังหวัดนครราชสีมา

วันที่ ๑๖ กรกฎาคม ๒๕๖๑

- ๐๘.๓๐น.- ๐๙.๐๐น. ลงทะเบียน
- ๐๙.๐๐น.- ๐๙.๓๐น. เปิดโครงการ โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเด็กนักเรียนที่มีปัญหาภาวะโภชนาการท่วม เริ่มอ้วนและอ้วน
โดยนายกองคํการบริหารส่วนตำบลโคกเคียน นายรุสลัน อารง
กล่าวรายงานโดยนายแพทย์ดวิษ มุฮัมหมัดดาวูด วาแม
- ๐๙.๓๐น.-๑๐.๓๐น. วิทยากรบรรยายหัวข้อเด็กอ้วนกับปัญหาสุขภาพ
โดย นางสาวพาราท் บาชิต พยาบาลวิชาชีพ ระดับปฏิบัติการ (วิทยากรท่านที่๑)
- ๑๐.๓๐น.-๑๐.๔๕น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๐.๔๕น.-๑๑.๑๕น. บรรยายหัวข้ออ้วนอันตรายลง่ายๆด้วย ๓ อ. ๒ ส.
โดย นางสาวฮาดี้กะ มามะ (พยาบาลวิชาชีพ ระดับปฏิบัติการ)
- ๑๑.๑๕น.-๑๒.๐๐ น. บรรยายหัวข้อแนวทางการจัดอาหาร/เลือกรับประทานอาหารสำหรับเด็กท่วม เริ่มอ้วนและอ้วน โดย นางสาวอัสมะ นิกาเร็ง (พยาบาลวิชาชีพ ระดับปฏิบัติการ)
- ๑๒.๐๐น. -๑๓.๐๐น. พักรับประทานอาหารเที่ยง
- ๑๓.๓๐น. -๑๔.๐๐น. ชี้แจงการจัดตั้งแกนนำนักเรียน เพื่อให้มีกิจกรรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ๓ อ. ๒ ส.อย่างต่อเนื่อง เช่น กิจกรรมออกกำลังกายยามเช้า โดยจัดตั้งแกนนำ
- ๑๔.๐๐น.-๑๕.๐๐น. จัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่เด็กนักเรียนที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย แบ่งออกเป็น ๔ กิจกรรม
กิจกรรมที่ ๑ การเสริมสร้างฐานอาหาร : SHOPPING ตลาดสุขภาพ
กิจกรรมที่ ๒ การเสริมสร้างฐานอารมณ์
กิจกรรมที่ ๓ การเสริมสร้างฐานออกกำลังกาย
กิจกรรมที่ ๔ รวมกลุ่มประเมินความรู้
- ๑๕.๐๐น.-๑๕.๑๐น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๕.๑๐น.-๑๕.๓๐น. ประเมินผลหลังทำกิจกรรม
- ๑๕.๓๐น. -๑๖.๐๐น. ปิดโครงการ โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเด็กนักเรียนที่มีปัญหาภาวะโภชนาการท่วม เริ่มอ้วนและอ้วนโดยนางสาวอรนุช เจะสะนิ