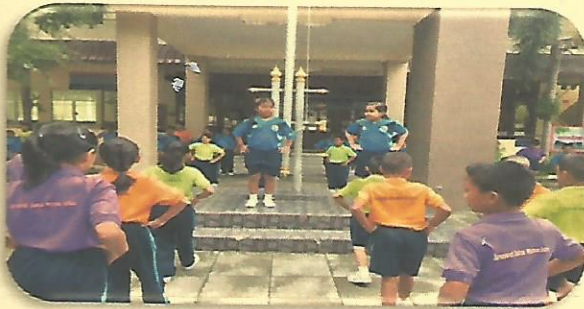




รายงานผลการดำเนินโครงการแก้ปัญหานักเรียน
ที่มีภาวะโภชนาการ อ้วนและเริ่มอ้วน
ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๒



โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัดนา
อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา

ผู้รับผิดชอบ
ว่าที่ ร.ต.หญิง เสาวลักษณ์ สกุลงวงค์

แบบรายงานผลการดำเนินโครงการที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ชื่อโครงการ แก้ไขปัญหานักเรียนที่มีภาวะโภชนาการ อ้วนและเริ่มอ้วน

ผลการดำเนินงาน

จากการดำเนินกิจกรรม แก้ไขปัญหานักเรียนที่มีภาวะโภชนาการ อ้วนและเริ่มอ้วน ในครั้งนี้ถือว่าบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้คือ

1. ประชากรของนักเรียนทุกคนได้รับการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง
2. กลุ่มผู้ปกครองของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเริ่มอ้วนและอ้วน ได้รับการอบรมปรับเปลี่ยน พฤติกรรมจากสภาพโภชนาการ สุข ร้อยละ ๘๐
3. นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการอ้วนและเริ่มอ้วนมีน้ำหนักที่ลดลง และนักเรียนกลุ่มเสี่ยงเข้าร่วม กิจกรรมโดยออกกำลังกายทุกวัน วันละ ๓๐ นาที

ผลการดำเนินงานกิจกรรมดังกล่าวสามารถสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนที่อยู่ในภาวะอ้วนและเริ่มอ้วน มีภาวะทางโภชนาการที่ดีขึ้น โดยนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการอ้วนมี ร้อยละ ๒.๑๘ และนักเรียนมีภาวะโภชนาการเริ่มอ้วนมีอัตราการลดลง ร้อยละ ๒.๗๒ รวมมีอัตราการลดลงร้อยละ ๔.๙๑
2. นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการเลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ ประเมินจากแบบสอบถาม พฤติกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย โดยมีความถี่ในการปฏิบัติเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ ๘๐.๐๐ และมีความถี่ในการปฏิบัติเป็นครั้งคราว คิดเป็นร้อยละ ๙.๙๓
3. นักเรียนมีพฤติกรรมออกกำลังกายเป็นประจำอย่างน้อยสัปดาห์ละ ๕ วัน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๒.๑ การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ.....

๒.๒ จำนวนผู้เข้าร่วมในกิจกรรม/โครงการ ๘๔ คน

การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ	๑๒,๐๐๐	บาท
งบประมาณที่เบิกจ่ายจริง	๑๒,๐๐๐	บาท คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐
งบประมาณที่เหลือส่งคืนกองทุน	-	บาท คิดเป็นร้อยละ -

ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

ลงชื่อ..... เสถียรรัตน์ สุกุลวงศ์ผู้รายงาน
(ว่าที่ร้อยตรีหญิงเสาวลักษณ์ สุกุลวงศ์)
ตำแหน่งครูผู้สอน
๑๐ ตุลาคม ๒๕๖๒

ลงชื่อ..... อรุณวิช แก้วสว่างผู้รายงาน
(นายอรุณวิช แก้วสว่าง)
ตำแหน่งผู้อำนวยการโรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา

ปลัดเทศบาลตำบลกำแพงเพชร/เลขานุการกองทุนฯ


- เพื่อโปรดทราบ
- หนังสือขอคืนเงินกองทุนฯ

(ลงชื่อ)..... 
(นางนันทวัน สิริธรรม)

หัวหน้าฝ่ายบริหารงานสาธารณสุข/อนุกรรมการกองทุนฯ

ปลัดเทศบาลตำบลกำแพงเพชร/เลขานุการกองทุนฯ

อรุณวิช แก้วสว่าง

(ลงชื่อ)..... 
(นายถนอมมีดี ชัยมหานัจเจริญ)

ปลัดเทศบาลตำบลกำแพงเพชร/เลขานุการกองทุนฯ

นายกเทศมนตรีตำบลกำแพงเพชร/ประธานกองทุนฯ


(ลงชื่อ).....
(นายประเสริฐ แซ่แต่้)

นายกเทศมนตรีตำบลกำแพงเพชร/ประธานกองทุนฯ

1) กิจกรรมการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง



2. กิจกรรมการเต้นออกกำลังกาย 30 นาที



3. การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์



แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย

ของผู้เข้าร่วมโครงการแก้ไขปัญหานักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วน ปีการศึกษา 2562

พฤติกรรม	ความถี่ในการปฏิบัติ (%)		
	ประจำ	ครั้งคราว	ไม่เคย
1. กินอาหารครบ 5 หมู่			
2. กินอาหารหลากหลาย ไม่ซ้ำซาก			
3. กินผลไม้วันละ 3-4 ส่วน			
4. กินเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน สัปดาห์ละ 2-3 มื้อ			
5. ดื่มนมไขมันต่ำ วันละ 1-2 แก้ว			
6. กินอาหารมือเย็นห่างจากเวลานอนไม่น้อยกว่า 4 ชม.			
7. กินอาหารประเภท ต้ม นึ่ง ลวก อบ			
8. หลีกเลี่ยงอาหารไขมันสูง			
9. หลีกเลี่ยงของหวาน ขนมที่มีแป้งและน้ำตาลเยอะ			
10. กินอาหารรสไม่จัด ไม่เติมน้ำปลาเพิ่มในถ้วยเดียว			
11. ดื่มน้ำเปล่าแทนน้ำอัดลมหรือน้ำหวาน			
12. นอนหลับไม่น้อยกว่าวันละ 7-8 ชั่วโมง			
13. ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 5 วัน			
14. ออกกำลังกายวันละ 30 นาที			
15. ขณะออกกำลังกาย หายใจเร็วขึ้นและมีเหงื่อออก			

หมายเหตุ:

เป็นประจำ หมายถึง ปฏิบัติ 5-7 วันต่อสัปดาห์ ขอให้ท่านจงปฏิบัติต่อไป

ครั้งคราว หมายถึง ปฏิบัติ 1-4 วันต่อสัปดาห์ขอให้ท่านจงพยายามปฏิบัติเป็นประจำ

ไม่เคย หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติเลยต่อสัปดาห์ ขอให้ท่านพยายามเริ่มต้นปฏิบัติ

แบบบันทึกการออกกำลังกายของนักเรียนที่มีภาวะ

ท้วม เริ่มอ้วน และอ้วน



ชื่อ ชั้น

โรงเรียนเจริญรัตน์ศึกษาวัฒนา

อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา

วัน	กิจกรรมททท	เวลา (นาท)	ลงชื่อ ครู / พ.บ.
จันทร์			
รวม			
อังคาร			
รวม			
พุธ			
รวม			
พฤหัสบดี			
รวม			
ศุกร์			
รวม			
เสาร์			
รวม			
อาทิตย์			
รวม			

วัน	กิจกรรมททท	เวลา (นาท)	ลงชื่อ ครู / พ.บ.
จันทร์			
รวม			
อังคาร			
รวม			
พุธ			
รวม			
พฤหัสบดี			
รวม			
ศุกร์			
รวม			
เสาร์			
รวม			
อาทิตย์			
รวม			