

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาความคิดเห็นของครูและนักเรียน ที่มีต่อโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา เขตอำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก ผู้ศึกษาค้นคว้าได้ศึกษาเอกสารงานวิจัยและแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. ความหมายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
2. แนวคิดของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
3. ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
4. กระบวนการดำเนินงานพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
 - 4.1 การวางแผน (Plan)
 - 4.2 การปฏิบัติการ (Do)
 - 4.3 การตรวจสอบ ทบทวน และประเมิน (Check)
 - 4.4 การปรับปรุงแก้ไข พัฒนา (Act)
5. แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
 - 5.1 นโยบายของโรงเรียน
 - 5.2 การบริหารจัดการในโรงเรียน
 - 5.3 โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน
 - 5.4 การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ
 - 5.5 บริการอนามัยโรงเรียน
 - 5.6 สุขศึกษาในโรงเรียน
 - 5.7 โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย
 - 5.8 การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ
 - 5.9 การให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม
 - 5.10 การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน
6. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความคิดเห็น
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความหมายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

ความหมายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพองค์การอนามัยโลก ได้ให้คำจำกัดความของ "โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ" ไว้ดังนี้

"โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ โรงเรียนที่มีขีดความสามารถแข็งแกร่ง มั่นคง ที่จะเป็นสถานที่ที่มีสุขภาพอนามัยที่ดีเพื่อการอาศัยศึกษา และทำงาน"

"A health promoting school is a school constantly strengthening its capacity as a healthy setting for living, learning and working"

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2545, หน้า 20) ได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

"โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ โรงเรียนที่มีความร่วมมือร่วมใจกันพัฒนาพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอเพื่อการมีสุขภาพดีของทุกคนในโรงเรียน"

WHO, Geneva (1998) (อ้างอิงใน พิสมัย จันทวิมล, 2541, หน้า 26) ได้กล่าวถึงโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพว่าโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพมีคุณลักษณะเป็นโรงเรียนที่เคร่งครัดการสร้างสรรค์ของตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เป็นปริมณฑลเพื่อสุขภาพสำหรับการดำรงชีวิต การเรียนรู้ และการทำงาน

อนุวัฒน์ ศุภชุติกุล (อ้างอิงใน รวมพร มินานนท์, 2542, หน้า 28) ได้ให้คำนิยามของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพว่า หมายถึง สถานที่ที่ทุกคนร่วมจัดโครงสร้างและประสบการณ์ผสมผสานเชิงบวก เพื่อส่งเสริมและป้องกันสุขภาพของนักเรียน กิจกรรมนี้ประกอบด้วยกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องสุขภาพทั้งในและนอกหลักสูตร การจัดสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยและเอื้อต่อสุขภาพ การจัดให้มีการบริการที่เหมาะสม รวมทั้งการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพ

ชัย กฤติยาภิชาติกุล (2543, หน้า 35) ได้เสนอแนวคิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพว่าเป็นโรงเรียนที่ดำเนินการส่งเสริมสุขภาพ โดยทุกคนในสังคม โรงเรียน ได้แก่ ผู้บริหาร ครู บุคลากรในโรงเรียน นักเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน โดยทุกฝ่ายมีส่วนร่วมในการดำเนินงานในฐานะหุ้นส่วน ตั้งแต่คณะกรรมการระดมความคิดวิเคราะห์และจัดลำดับความสำคัญการวางแผน ตลอดจนร่วมดำเนินการเพื่อให้ทุกคนในสังคมมีสุขภาพดี

รัชณี ณ ระนอง และคณะ (2543, หน้า 1) ได้ให้คำนิยามของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพว่า หมายถึง โรงเรียนที่มีขีดความสามารถแข็งแกร่งมั่นคงที่จะเป็นสถานที่ที่มีสุขภาพที่ดี เพื่อการอาศัยศึกษาและทำงานโดยมีบทบาทที่พัฒนาสุขภาพอนามัยและการเรียนรู้ของนักเรียน ครู บุคลากรในโรงเรียนและสมาชิกในชุมชนภายใต้การบริหารจัดการของโรงเรียน และประสานงานมีส่วนร่วมทั้ง

ด้านการศึกษา สาธารณสุขและชุมชน สามารถดูแลสุขภาพของตนเองและผู้อื่นรวมทั้งพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี

แนวคิดของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

แนวคิดของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (ดำรง บุญเย็น, 2542, หน้า 35) เป็นแนวคิดที่กว้างขวางและครอบคลุมด้านสุขภาพอนามัยในทุกแง่มุมของชีวิตทั้งในโรงเรียนและชุมชน นั่นคือ ความร่วมมือกันผลักดันให้โรงเรียนใช้ศักยภาพทั้งหมดที่มีอยู่เพื่อพัฒนาสุขภาพของนักเรียน บุคลากรในโรงเรียนตลอดจนครอบครัวและชุมชน ให้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ดูแลเอาใจใส่สุขภาพของตนเองและผู้อื่น ตัดสินใจและควบคุมสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (กรมอนามัย, 2547, หน้า 10)

โรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจะได้รับประโยชน์หลายประการ ดังนี้

1. โรงเรียนได้รับรู้แนวทางการส่งเสริมสุขภาพพร้อมคู่มือการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เกณฑ์มาตรฐานการประเมิน และเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง
2. นักเรียนได้เรียนรู้วิถีชีวิตในการสร้างพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งจะปลูกฝังให้เกิดการปฏิบัติตนที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพดีตั้งแต่เด็กควบคู่ไปกับการศึกษา เพื่อให้เด็ก “ดี เก่ง มีสุข”
3. ครู ผู้ปกครอง และสมาชิกของชุมชนจะได้รับความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัยเพื่อนำไปปฏิบัติ ให้เกิดทักษะการดูแลสุขภาพที่เหมาะสม
4. ตัวชี้วัดของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพมีความสอดคล้องกับตัวชี้วัดการประเมินคุณภาพการศึกษา ทั้งด้านผลผลิตและด้านกระบวนการก่อให้เกิดผลดีต่อโรงเรียนในการรับการประเมินจากภายนอก
5. โรงเรียนมีโอกาสได้รับความร่วมมือช่วยเหลือจากชุมชนและองค์กรต่างๆ เพิ่มขึ้น

ประโยชน์ดังกล่าวข้างต้น เป็นความท้าทายภายใต้เงื่อนไขที่จำกัดของทรัพยากร คน เวลา และงบประมาณของฝ่ายการศึกษาสาธารณสุข และท้องถิ่นทางเลือกที่เหมาะสมคือ “การบูรณาการความร่วมมือในเรื่องการศึกษาควบคู่ไปกับการมีสุขภาพดี” โดยมีเป้าหมายสูงสุด คือ ภาพลักษณ์ของเด็กวัยเรียนและเยาวชนไทยที่ดี เก่ง และมีความสุข อันเป็นความสำเร็จของการปฏิรูปการศึกษาและการปฏิรูประบบสุขภาพ ซึ่งจะนำไปสู่การบรรลุถึงปรัชญาการพัฒนา “คน” อย่างแท้จริง

กระบวนการดำเนินงานพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

การพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพตามหลักการบริหารงานสามารถใช่วงจรคุณภาพ (Quality Circle) เป็นแนวทางดำเนินงาน ดังนี้ (กรมอนามัย, 2547, หน้า 13 – 14)

1. การวางแผน (Plan)

1.1 แต่งตั้งคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนเป็นลายลักษณ์อักษร ซึ่งประกอบด้วยครู นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและผู้แทนองค์กรในชุมชน

1.2 คณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนร่วมกันกำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุมประเด็นสุขภาพที่จำเป็นต่อการสร้างสุขภาพ เพื่อเป็นทิศทางในการพัฒนา

1.3 ถ่ายทอดนโยบายสู่นักเรียน ครู ผู้ปกครอง และผู้เกี่ยวข้อง

1.4 จัดทำแผนกลยุทธ์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและแผนงานโครงการให้สอดคล้องกับนโยบายส่งเสริมสุขภาพ

1.5 จัดทำข้อมูลและสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาและความต้องการด้านสุขภาพของทุกฝ่ายทั้งในและนอกโรงเรียน

2. การปฏิบัติการ (Do)

2.1 ปฏิบัติตามแผนงาน โครงการ ที่กำหนด

2.2 โรงเรียนประเมินตนเอง (Self Assessment) โดยใช้เกณฑ์มาตรฐานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เพื่อค้นหาสิ่งที่ยังไม่ได้ดำเนินการหรือดำเนินการไม่เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

2.3 ดำเนินงานเพื่อปรับปรุงให้บรรลุตัวชี้วัดตามเกณฑ์มาตรฐานการประเมิน

3. การตรวจสอบ ทบทวน และประเมิน (Check)

3.1 นิเทศ กำกับ ติดตาม สร้างขวัญกำลังใจในการดำเนินงานตามองค์ประกอบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยคณะกรรมการนิเทศภายในของโรงเรียนเป็นระยะระหว่างการปฏิบัติงาน

3.2 ตรวจสอบ ทบทวน ประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพโดยคณะกรรมการจากหน่วยงานสาธารณสุขและการศึกษา รวมทั้งผู้ทรงคุณวุฒิในแต่ละกลุ่มโรงเรียน หรือเขตพื้นที่การศึกษา

3.3 ขอรับการประเมินเพื่อรับรองจากทีมประเมินระดับอำเภอของแต่ละพื้นที่

4. การปรับปรุงแก้ไข พัฒนา (Act)

4.1 สรุปผลการตรวจสอบ ทบทวนและนิเทศงานตามองค์ประกอบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

4.2 นำผลการตรวจสอบ ทบทวนและนิเทศงานไปใช้ปรับปรุงแก้ไข พัฒนาการดำเนินงานในโครงการหรือกิจกรรมของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในปีการศึกษาต่อไป

แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (กรมอนามัย, 2547, หน้า 16-39)

1. นโยบายของโรงเรียน

ความหมาย

นโยบายของโรงเรียน หมายถึง ข้อความที่กำหนดทิศทางการดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อกิจกรรมและการจัดสรรทรัพยากรเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้โรงเรียนมีนโยบายด้านส่งเสริมสุขภาพที่เกิดจากความเห็นชอบของบุคลากรที่เกี่ยวข้องทั้งในและนอกโรงเรียน และเป็นเครื่องนำทางการดำเนินงานที่ผู้เกี่ยวข้องได้รับทราบ ทำให้การดำเนินงานมีความเข้มข้นและชัดเจน

ความสัมพันธ์กับมาตรฐานศึกษา

มาตรฐานที่ 13 สถานศึกษามีการจัดองค์กร โครงสร้างและการบริหารงานอย่างเป็นระบบครบวงจรให้บรรลุเป้าหมายการศึกษา

องค์ประกอบนี้ประกอบด้วย 2 ส่วนหลักที่ต้องดำเนินการ ได้แก่

1. การกำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน
2. การถ่ายทอดนโยบายสู่การปฏิบัติ

1. การกำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน

การกำหนดนโยบายนับเป็นปัจจัยพื้นฐานแรกของการดำเนินงาน เพราะการกำหนดนโยบายเป็นการแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจของโรงเรียนว่าจะดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน ไปในทิศทางใดมุ่งหวังให้เกิดผลอย่างไรเมื่อผู้อำนวยการหรือผู้บริหารสูงสุด หรือ คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานได้รับทราบเรื่องโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจากทางหนึ่งทางใด เช่น จากการชี้แจงของกระทรวงสาธารณสุข ฯลฯ และตระหนักว่าการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจะเป็นแนวทางที่ก่อให้เกิดผลดีต่อนักเรียน เมื่อได้กำหนดให้โรงเรียนมีการดำเนินการเพื่อเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพแล้วนั้น ขั้นตอนสำคัญที่จะทำให้นโยบายนี้ได้ดำเนินการอย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิผล ได้แก่

1.1 โรงเรียนมีคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนเพื่อเป็นองค์กรหลักในการบริหารจัดการนโยบาย

คณะกรรมการชุดนี้ ควรประกอบด้วย ครู นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และผู้แทนองค์กรในชุมชน โดยมีสัดส่วนอย่างน้อย 3 ใน 5 มาจากประชาชนหรือองค์กรในชุมชน ทั้งนี้เพื่อให้ชุมชนได้มีส่วนร่วมในการดำเนินงานต่างๆ อย่างเข้มแข็งคณะกรรมการชุดดังกล่าว อาจจะเป็นคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานที่เพิ่มเติมส่วนขาดบางส่วน หรือจะตั้งขึ้นใหม่ก็ได้ ขึ้นกับความเหมาะสมและตรงตามที่กำหนดข้างต้น ซึ่งคณะกรรมการควรจะมีการจัดประชุมอย่างสม่ำเสมอ เช่น ทุก 3 เดือน หรือปีละ 2 ครั้ง นอกจากคณะกรรมการชุดนี้แล้วบางโรงเรียนอาจจะตั้ง คณะอนุกรรมการหรือคณะทำงานที่เป็นบุคลากรในโรงเรียนเพิ่มเติม เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างคล่องตัว เกิดประสิทธิผลเพิ่มขึ้น ทั้งนี้เพราะการส่งเสริมสุขภาพหรือการแก้ไขปัญหาสุขภาพ บางเรื่อง สามารถดำเนินการด้วยบุคลากรภายในโรงเรียนได้เลย เช่น ผนวกเข้าไปในหลักสูตร หรือ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เป็นต้น

1.2 โรงเรียนประกาศนโยบายส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุมประเด็นสำคัญ ด้านส่งเสริมสุขภาพทั้ง 9 ประเด็น (ตัวชี้วัด ที่ 2)

ประเด็นที่กำหนดในตัวชี้วัดมีความสอดคล้องกับองค์ประกอบต่างๆ ของการเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ นอกจากนี้โรงเรียนสามารถประกาศนโยบายอื่นๆ เพิ่มเติมได้เพื่อให้ครอบคลุมปัญหาสุขภาพ หรือความต้องการของโรงเรียนและโรงเรียนควรประกาศหรือบันทึกไว้ เป็นลายลักษณ์อักษรในเอกสารนโยบายเพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นและ ทิศทางที่ชัดเจนในการดำเนินงานต่อไปการที่ต้องกำหนดนโยบายเป็นประเด็น ก็เพื่อให้ผู้เกี่ยวข้องสามารถนำไปดำเนินการ ให้นโยบายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพสร้างผลเชิงบวกต่อสุขภาพทุกคนและหรือชุมชน อย่างครอบคลุม เพราะประเด็นทั้ง 9 ที่กำหนดไว้เป็นประเด็นสุขภาพที่ควรดำเนินการหรือเป็น ปัญหาที่พบบ่อย

2. การถ่ายทอดนโยบายสู่การปฏิบัติ

เมื่อกำหนดนโยบายการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพอย่างน้อยทั้ง 9 ประเด็นที่จะดำเนินการและมีการจัดตั้งองค์กรแล้ว โรงเรียนควรมีการถ่ายทอดนโยบายดังกล่าวสู่ผู้ปฏิบัติ หรือผู้เกี่ยวข้อง เช่น ครู ผู้ปกครอง นักเรียน และบุคลากรในโรงเรียน ได้รับทราบเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ ซึ่งอาจทำได้หลายวิธี เช่น

2.1 ทำป้ายประกาศถาวรหรือชั่วคราว พิมพ์ในวารสารของโรงเรียน คู่มือโรงเรียน ฯลฯ

2.2 ประกาศนโยบายในการประชุมต่างๆ เช่น ประชุมครู ประชุมนักเรียนหรือประชุม ผู้ปกครอง โดยมีความถี่ที่เหมาะสมที่จะทำให้ทุกคนรับทราบนโยบาย

2.3 ผู้บริหารกำกับติดตามให้มีการจัดทำแผนงานโครงการ ตามประเด็นการส่งเสริมสุขภาพตามที่ได้กำหนดไว้ 9 ประเด็น

2. การบริหารจัดการในโรงเรียน

ความหมาย

การบริหารจัดการในโรงเรียน หมายถึง การจัดองค์กรและระบบบริหารงานเพื่อให้การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และมีความต่อเนื่อง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้โรงเรียนมีการบริหารจัดการโครงการส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบ ในด้านการวางแผนโครงการ การจัดองค์กร การนิเทศติดตาม และการประเมินผลภายใต้การเชื่อมโยงประสานงานระหว่างบุคคลต่างๆ ที่รู้บทบาทหน้าที่ชัดเจนทั้งของตนและภาคีต่างๆ ในชุมชนโรงเรียน

ความสัมพันธ์กับมาตรฐานศึกษา

มาตรฐานที่ 13 สถานศึกษามีการจัดองค์กร โครงสร้างและการบริหารงานอย่างเป็นระบบครบวงจรให้บรรลุเป้าหมายการศึกษา

มาตรฐานที่ 19 ผู้บริหารมีคุณธรรม จริยธรรม เป็นแบบอย่างที่ดี

มาตรฐานที่ 20 ผู้บริหารมีภาวะผู้นำ และมีความสามารถในการบริหารจัดการ

มาตรฐานที่ 23 ครูมีความสามารถในการแสวงหาความรู้คิดวิเคราะห์ และสร้างองค์ความรู้เพื่อพัฒนาการเรียนการสอน

องค์ประกอบนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดการจัดการต่างๆ ในโรงเรียนที่นำไปสู่การดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพ มีแนวทางดำเนินงานหลักๆ 3 เรื่อง ได้แก่

1. การจัดทำแผนงาน / โครงการส่งเสริมสุขภาพ
2. การจัดองค์กรรองรับแผนงาน / โครงการส่งเสริมสุขภาพ
3. การนิเทศ / ติดตามและประเมินผล

1. การจัดทำแผนงาน / โครงการส่งเสริมสุขภาพ

แผนงานโครงการจะเป็นสิ่งสะท้อนความสำเร็จตามนโยบายที่โรงเรียนกำหนดไว้ แผนงานโครงการด้านส่งเสริมสุขภาพมีความแตกต่างจากแผนงาน / โครงการอื่นๆ กล่าวคือนอกจากจะต้องสอดคล้องกับสภาพปัญหาจริงของโรงเรียนแล้ว ยังต้องคำนึงถึงแนวคิดของการส่งเสริมสุขภาพอีกด้วย เช่น โรงเรียนจะไม่รอให้นักเรียนมีปัญหาโภชนาการก่อนจึงจะจัดทำโครงการแก้ปัญหา แต่จะต้องทำโครงการส่งเสริมโภชนาการพร้อมๆ กับแก้ปัญหา เช่น จัดทำโครงการอาหารกลางวัน (เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนได้รับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน) ควบคู่ไปกับโครงการแก้ปัญหาให้นักเรียนน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ เป็นต้น

แผนงาน / โครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนควรครอบคลุมมิติต่างๆ 3 ประการต่อไปนี

1.1 การเฝ้าระวังและแก้ไขปัญหา ทั้งปัญหาสุขภาพและปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของทุกคนในโรงเรียน

ตัวอย่างงานในกลุ่มนี้ ได้แก่ การชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูงและแก่นักเรียน น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ การช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาสายตาและการได้ยิน ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มที่มีปัญหา การตรวจสุขภาพผู้ค้าและผู้ปรุงอาหารในโรงเรียน เป็นต้น

1.2 การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคเพื่อให้นักเรียน และบุคลากรในโรงเรียนมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงรวมทั้งการพัฒนาความรู้ความสามารถเพื่อให้เกิดการปฏิบัติที่เป็นผลดีต่อสุขภาพและความปลอดภัย

ตัวอย่างงานในกลุ่มนี้ ได้แก่ โครงการอาหารกลางวัน กิจกรรมการออกกำลังกาย ตอนเช้าก่อนเข้าห้องเรียน การรณรงค์กำจัดลูกน้ำยุงลายเพื่อป้องกันไข้เลือดออก การตรวจสอบความปลอดภัยอาหารในโรงเรียน การส่งเสริมสนับสนุนกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในเรื่องสุขภาพและความปลอดภัย เป็นต้น

1.3 การปรับปรุงแก้ไขสิ่งแวดล้อม ทั้งด้านกายภาพและสังคมในโรงเรียนให้ปลอดภัย และส่งผลดีต่อสุขภาพของทุกคนในโรงเรียน

ตัวอย่างงานในกลุ่มนี้ ได้แก่ การจัดระบบจราจรเพื่อความปลอดภัยในโรงเรียน การพัฒนาสิ่งแวดล้อมตามมาตรฐานด้านสิ่งแวดล้อม การพัฒนาโรงอาหารและการดูแลความปลอดภัยด้านอาหารในโรงเรียน เป็นต้น แผนงาน / โครงการหนึ่งอาจดำเนินการให้ครอบคลุมทั้ง 3 มิติหรือมุ่งมิติใดมิติหนึ่ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพปัญหาและความพร้อมของโรงเรียนและชุมชนที่ให้การสนับสนุน ตัวอย่างการจัดทำแผนงาน / โครงการที่ครอบคลุมมิติทั้ง 3 ประการ เช่น แผนงานส่งเสริมโภชนาการและอาหารปลอดภัย" ที่ประกอบด้วยโครงการ /กิจกรรม ดังนี้

1. เฝ้าระวังโดยชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และประเมินสถานะการเจริญเติบโต
2. การแก้ปัญหาภาวะโภชนาการ เช่น นักเรียนน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อ้วน และนักเรียนที่มีภาวะโลหิตจาง เป็นต้น
3. โครงการอาหารกลางวันที่ครบคุณค่าโภชนาการ
4. การรณรงค์เรื่องการเลือกซื้ออาหารที่ปลอดภัย
5. สนับสนุนการจัดตั้งชมรมผู้บริโภคนักเรียนในโรงเรียน
6. จัดอบรมนักเรียนแกนนำเพื่อเป็นอาสาสมัครเฝ้าระวัง และสำรวจร้านอาหาร

2. การจัดการรองรับแผนงาน / โครงการส่งเสริมสุขภาพ

แผนงาน / โครงการในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพต้องการการมีส่วนร่วมจากนักเรียน บุคลากร และสมาชิกในชุมชนเป็นอย่างมาก ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความยั่งยืนในการดำเนินงาน สอดคล้องกับความต้องการ และได้ใช้ทรัพยากรในชุมชนให้เกิดประโยชน์ แนวทางในการจัดการรองรับแผนงาน / โครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนมีดังนี้

1. สำรวจความต้องการ สภาพปัญหา โดยการระดมความคิดเห็นจากผู้เกี่ยวข้อง เช่น นักเรียน ครู ผู้ปกครอง สมาชิกชุมชน องค์กรภายนอกด้วยวิธีการต่างๆ เช่น ใช้แบบสอบถาม ความคิดเห็น เชิญมาให้คำปรึกษา ฯลฯ
2. เชิญผู้เกี่ยวข้องเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานตามแผนงาน / โครงการตั้งแต่วิธีเริ่มต้น
3. จัดทำแผนงาน/โครงการที่ระบุกิจกรรมชัดเจน ปฏิบัติได้จริงและกำหนดผู้รับผิดชอบให้ชัดเจน ตรงตามบทบาทหน้าที่ ไม่ควรมอบหมายให้ครูคนใดคนหนึ่งหรือครูอนามัยเพียงคนเดียว
4. เปิดโอกาส และให้การสนับสนุนนักเรียนแกนนำต่างๆ เช่น ผู้นำนักเรียน (ผู้นำยสร. ในโรงเรียนมัธยม) ให้มีส่วนร่วมรับผิดชอบกิจกรรมต่างๆ ในแผนงาน / โครงการ
5. ใช้แหล่งทรัพยากรที่หาได้ในท้องถิ่น เช่น เชิญกลุ่มแม่บ้านมาร่วมรับผิดชอบโครงการอาหารกลางวันของโรงเรียน เชิญกลุ่มผู้ปกครองร่วมปรับปรุงสิ่งแวดล้อมของโรงเรียน เป็นต้น
6. บูรณาการงานส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มวิชาสุขศึกษา โดยการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในห้องเรียน และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
7. เพื่อให้การดำเนินงานโครงการต่างๆ ประสบความสำเร็จ ควรจัดตั้งคณะกรรมการที่ปรึกษาขึ้นมาอีกคณะหนึ่ง เพื่อให้คำปรึกษาและสนับสนุนแผนงาน / โครงการเหล่านั้น คณะกรรมการที่ปรึกษาอาจมาจากผู้มีความรู้ความชำนาญในด้านต่างๆ ที่มีอยู่ในพื้นที่

ตัวอย่างโครงการ อาหารปลอดภัยในโรงเรียน

เมื่อคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนเห็นว่าอาหารที่ขายอยู่ในโรงเรียน อาจเป็นอันตรายกับผู้บริโภคจึงได้เสนอแนะให้โรงเรียนจัดทำโครงการอาหารปลอดภัยขึ้น มอบหมายให้ครูโภชนาการเป็นผู้รับผิดชอบ และจัดสรรงบประมาณให้ครูโภชนาการ เชิญครูวิทยาศาสตร์ ครูสุขศึกษา ผู้ปกครองแม่ค้าในโรงเรียน และนักเรียน มาร่วมเป็นคณะทำงาน ร่วมกันกำหนดกิจกรรมที่จะดำเนินการให้ชัดเจน เช่น ครูวิทยาศาสตร์บูรณาการการสอนเทคนิคการตรวจสอบอาหารในชั่วโมงเรียน ครูสุขศึกษาสอนเรื่องการเลือกบริโภคอาหารที่ปลอดภัย นักเรียน

ผู้นำ เก็บตัวอย่างอาหารมาตรวจสอบปนเปื้อน ครูที่รับผิดชอบดูแลโรงอาหารตรวจสอบ ปรับปรุงโรงอาหาร จัดให้มีระบบเฝ้าระวังตรวจสอบอาหารเป็นระยะๆ เป็นต้น

3. การนิเทศ / ติดตามและการประเมินผล

มีแนวทางดำเนินการดังนี้

3.1 ผสมผสานไปในระบบการนิเทศ / ติดตามงานปกติของโรงเรียน

3.2 กำหนดวิธีการประเมินผลไว้ในแผนงาน / โครงการ โดยระบุผู้รับผิดชอบการประเมินให้ชัดเจน

3.3 บันทึกผลการนิเทศ / ติดตามไว้เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับการพัฒนางานต่อไป ข้อมูลที่ควรบันทึก ได้แก่ มีการดำเนินงานตามขั้นตอนหรือไม่ถ้าไม่เพราะเหตุใด มีสิ่งที่ไม่คาดคิดหรือปัญหาอุปสรรคอะไร ใช้ทรัพยากรเหมาะสมหรือไม่และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นเป็นอย่างไร

3.4 รายงานผลการประเมินต่อผู้บังคับบัญชา

3. โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน

ความหมาย

โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน หมายถึง โครงการหรือกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ดำเนินการร่วมกันระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง และสมาชิกของชุมชน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้โรงเรียนได้มีการดำเนินโครงการ หรือกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่วมกับภาคีต่างๆ ในชุมชน ตั้งแต่เริ่มวิเคราะห์สภาพและสาเหตุของปัญหา ร่วมวางแผนในการดำเนินงาน ร่วมดำเนินการ ร่วมตรวจสอบทบทวน ร่วมแก้ไข พัฒนาและปรับปรุง

ความสอดคล้องกับมาตรฐานศึกษา

มาตรฐานที่ 14 สถานศึกษาส่งเสริมความสัมพันธ์และความร่วมมือกับชุมชน ในการพัฒนาการศึกษา

มาตรฐานที่ 20 ผู้บริหารมีภาวะผู้นำและมีความสามารถในการบริหารจัดการ

มาตรฐานที่ 27 ชุมชน ผู้ปกครอง มีศักยภาพในการสนับสนุนการจัดและพัฒนาการศึกษา

แนวทางการดำเนินงาน

การดำเนินงานโครงการเพื่อส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน อาจแบ่งการดำเนินงานได้เป็น 3 ประเภท คือ ประเภทแรก โครงการ/กิจกรรมที่สามารถดำเนินการได้โดยการมีส่วนร่วมของบุคลากร/ผู้เกี่ยวข้องภายในโรงเรียนเอง ประเภทที่สอง โครงการ/กิจกรรมที่สามารถบูรณาการเข้าไปในหลักสูตรหรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน และประเภทที่สาม คือ โครงการ/กิจกรรมที่โรงเรียนต้องดำเนินการ

ร่วมกับชุมชนการเปิดโอกาสให้ชุมชนมีส่วนร่วมในโครงการ หรือ กิจกรรมด้านสุขภาพของโรงเรียนก็ เพื่อให้ชุมชนได้มีส่วนร่วมรับรู้กับสถานการณ์ สุขภาพในพื้นที่ และเป็นการปรับเปลี่ยนแนวความคิดให้ สมาชิกของชุมชนเห็นว่าสุขภาพเป็นหน้าที่ของทุกคนที่ต้องดูแลเอาใจใส่ ไม่ใช่เป็นหน้าที่ของบุคคล หรือหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่งเท่านั้น และการดำเนินงานจะสำเร็จได้ต้องทำทั้งที่โรงเรียน ในครอบครัวและชุมชน โครงการของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจึงควรมีคณะทำงาน ซึ่งประกอบด้วย ครู นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข องค์กรในชุมชนร่วมกัน ดำเนินการดังนี้

1. ร่วมวิเคราะห์สภาพและสาเหตุของปัญหา

โดยศึกษาในรายละเอียดว่าโครงการ/กิจกรรมที่จะดำเนินการนั้นมีสภาพและ สาเหตุของปัญหาเป็นเช่นไร ทั้งนี้อาจต้องสำรวจข้อมูล สารสนเทศ หรือปัจจัยพื้นฐานของโรงเรียน และชุมชนเป็นฐานในการวิเคราะห์ เพื่อให้ได้มาซึ่งสภาพและสาเหตุของปัญหาที่แท้จริง

ตัวอย่างเช่น กรณีมีการระบาดของโรคใช้เลือดออกอาจต้องศึกษาว่าสภาพท้องถิ่น เชื้อต่อการเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายหรือไม่ ใน 2 - 3 ปี ที่ผ่านมาอัตราการระบาดของโรครุนแรง มากน้อยเพียงใด สมาชิกในชุมชนมีความรู้หรือความตระหนักในการป้องกันการระบาดของโรค หรือไม่ ฯลฯ เพื่อเป็นข้อมูลในการดำเนินงานขั้นต่อ ๆ ไป

2. ร่วมวางแผน

โรงเรียนควรกระตุ้น จูงใจให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นเพื่อกำหนด เป้าหมายสูงสุดที่ต้องการ วัตถุประสงค์ของโครงการ กลุ่มเป้าหมายที่ต้องดำเนินการ กิจกรรมที่พึง กระทำ บุคคล/หน่วยงานที่รับผิดชอบ และผลสัมฤทธิ์ของโครงการ เพื่อให้เกิดความชัดเจนในการ ปฏิบัติ

3. ร่วมดำเนินการ

โดยทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ในแผน พร้อมทั้งประชาสัมพันธ์ การดำเนินงานทั้งอย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการให้ชุมชนได้รับทราบ

4. ร่วมตรวจสอบ ทบทวน พัฒนาและปรับปรุง

โดยประเมินผลการดำเนินงานที่ผ่านมาอาจประเมินผลโดยการจัดเสวนาประชาคม หมู่บ้าน สัมภาษณ์ หรือสำรวจความพึงพอใจของนักเรียนและชุมชนเพื่อนำข้อเสนอแนะที่ได้รับมา เป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขกลวิธีการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นการที่นักเรียน ครู บุคลากรในโรงเรียน และชุมชน มีส่วนร่วมในขั้นตอนต่างๆ จะช่วยสร้างความรู้สึที่ดีต่อการ ดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนเกิดความร่วมมือและการประชาสัมพันธ์ให้รับรู้การทำงาน ต่างๆ เป็นระยะๆ จะช่วยสร้างความรู้สึที่ดีพึงพอใจให้แก่ทุกคนที่เกี่ยวข้อง

4. การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ

ความหมาย

การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ หมายถึงการจัดการควบคุมดูแล ปรับปรุงภาวะต่างๆ และสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้อยู่ในสภาพที่ถูกลักษณะเอื้อต่อการเรียนรู้ ส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคมนวมถึงการป้องกันโรคและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นทั้งต่อนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สิ่งแวดล้อมทางกายภาพของโรงเรียนเป็นไปตามมาตรฐานสุขภาพบาลสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน
2. เพื่อกำหนดมาตรการควบคุมดูแลสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้อเอื้อต่อการเรียนรู้ ส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตของนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

ความสอดคล้องกับมาตรฐานศึกษา

มาตรฐานที่ 3 ผู้เรียนมีจิตสำนึกที่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม

มาตรฐานที่ 15 สถานศึกษามีการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ส่งเสริมสุขภาพอนามัยและความปลอดภัยของผู้เรียน

มาตรฐานที่ 26 สถานศึกษามีอาคาร สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกตามเกณฑ์องค์ประกอบนี้ประกอบด้วย 2 ส่วนหลักที่ต้องดำเนินการ ได้แก่

1. การจัดการ ควบคุม ดูแล ปรับปรุงสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้ถูกลักษณะแนวทางดำเนินงานด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

การจัดสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้ถูกลักษณะตามที่กำหนดไว้ในมาตรฐานสุขภาพสิ่งแวดล้อม จะช่วยให้นักเรียนได้อยู่อาศัยในสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม เอื้อต่อการมีสุขภาพดี เช่น ป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ ไม่มีแหล่งน้ำขังซึ่งเป็นการป้องกันโรคไข้เลือดออก ไม่เป็นแหล่งอาศัยของสัตว์นำโรคต่างๆ เป็นต้น นอกจากนี้ ยังเป็นตัวอย่างที่ดีด้านสิ่งแวดล้อมติดตัวนักเรียนไปที่บ้านก่อให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีต่อไปในอนาคตโรงเรียนมีแนวทางดำเนินการด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ดังนี้

1.1 ผู้รับผิดชอบ (ตามที่โรงเรียนมอบหมาย และ/หรือร่วมกับนักเรียน) สํารวจสิ่งแวดล้อมทุกต้นปีการศึกษา โดยใช้ “แบบสำรวจสุขภาพสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน” (ในภาคผนวก “เกณฑ์มาตรฐานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ”)

1.2 สรุปผลการสำรวจเพื่อเสนอต่อที่ประชุมคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน และผู้บริหารโรงเรียนเพื่อร่วมกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา

1.3 จัดทำแผนงาน/โครงการเพื่อปรับปรุงแก้ไขสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ให้เป็นไปตามมาตรฐาน และประเมินซ้ำเมื่อสิ้นปีการศึกษา

1.4 ดำเนินการให้มีการสำรวจและทำลายแหล่งลูกน้ำยุงลาย อย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง โดยเฉพาะในฤดูฝน (ศึกษาเพิ่มเติมจากภาคผนวกนิยามศัพท์ของเอกสาร “เกณฑ์มาตรฐานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ) และสามารถขอคำปรึกษาเรื่องการควบคุมโรคไข้เลือดออกได้จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่มาให้บริการ

2. การจัดสิ่งแวดล้อมทางสังคมในโรงเรียนที่มีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนและบุคลากร แนวทางดำเนินงานด้านสิ่งแวดล้อมทางสังคมในโรงเรียน

สิ่งแวดล้อมทางสังคมมีผลต่อสุขภาพจิตของทุกคนในโรงเรียนและสะท้อนออกมาเป็นความรู้สึกพึงพอใจ บรรยากาศทางสังคมที่ดีเกิดขึ้นจากการที่สมาชิกในสังคมมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ในโรงเรียน การเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมนอกจากจะช่วยให้การทำงานต่างๆ สอดคล้องกับความต้องการของนักเรียนแล้วยังช่วยให้นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อเรื่องสุขภาพและส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีติดตัวต่อไป แนวทางการส่งเสริมด้านสิ่งแวดล้อมทางสังคมมีดังนี้

2.1 สนับสนุนให้นักเรียนมีส่วนร่วมเป็นคณะทำงาน/คณะกรรมการต่างๆ ในโรงเรียน ร่วมกับครู และกรรมการจากภายนอกโดยเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวนักเรียน

2.2 สนับสนุนกิจกรรมชุมนุมของนักเรียน เช่น การจัดสถานที่ให้เป็นที่ตั้งชุมนุม สนับสนุนงบประมาณแก่ชุมนุม

2.3 เปิดโอกาสให้นักเรียนที่รวมกลุ่มกันทำงานต่างๆ ได้เสนอผลงาน หรือกิจกรรมที่ทำให้เป็นที่รับรู้ต่อสมาชิกในโรงเรียน

5. การบริการอนามัยโรงเรียน

ความหมาย

บริการอนามัยโรงเรียน หมายถึง การที่โรงเรียนจัดให้มีบริการสุขภาพขั้นพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับนักเรียนทุกคน ได้แก่ การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ การตรวจสุขภาพ และการรักษาพยาบาลเบื้องต้นในโรงเรียน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้รับการตรวจสุขภาพ การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ การป้องกันโรคและการรักษาพยาบาลเบื้องต้นจากครู และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

ความสอดคล้องกับมาตรฐานศึกษา

มาตรฐานที่ 10 ผู้เรียนมีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี

มาตรฐานที่ 18 สถานศึกษาจัดกิจกรรมและการเรียนการสอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญองค์ประกอบนี้ประกอบด้วย 3 ส่วนหลักที่ต้องดำเนินการ ได้แก่

1. การตรวจสุขภาพนักเรียน
2. การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ
3. การจัดบริการรักษาพยาบาลเบื้องต้น

1. แนวทางดำเนินงานเรื่อง “การตรวจสุขภาพนักเรียน”

1.1 ครูอนามัย ประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่สถานีอนามัย หรือโรงพยาบาลที่รับผิดชอบโรงเรียน เพื่อวางแผนและนัดหมายวันเวลาเข้าบริการ

1.2 ครูอนามัยประสานงานกับครูประจำชั้นนักเรียนชั้น ป.1-ป.4 เพื่อขังนำหนัก/วัดส่วนสูง ประเมินภาวะการเจริญเติบโต ทดสอบสายตาโดยใช้ E Chart แล้วลงบันทึกในบัตรสุขภาพ (สศ. 3) ใ้ไว้ให้เรียบร้อยก่อนกำหนดวันที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเข้าให้บริการตรวจสุขภาพ ทั้งนี้โดยให้ผู้นำนักเรียนมีส่วนร่วมในการดำเนินงานดังกล่าว

1.3 จัดเตรียมสถานที่ นำนักเรียนเข้ารับบริการตรวจสุขภาพ อำนวยความสะดวก ในขณะที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขตรวจสุขภาพนักเรียน (ทั้งนี้เจ้าหน้าที่ฯ จะเข้าตรวจสุขภาพอย่างน้อย ปีละ 1 ครั้ง) สำหรับนักเรียนชั้น ป. 5 ขึ้นไปให้ดำเนินการ ดังนี้

1.3.1 ประสานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อขอรับแบบบันทึกการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง สำหรับนักเรียนชั้น ป. 5 ทุกคน ในต้นปีการศึกษา (หรือโรงเรียนจัดซื้อเอง)

1.3.2 ให้ส่งต่อแบบบันทึกฯ นี้ ตามตัวนักเรียนขึ้นไปทุกชั้น ควบคู่ไปกับบัตรสุขภาพ (สศ.3) เมื่อนักเรียนออกจากโรงเรียนให้ส่งมอบแก่ผู้ปกครองเพื่อส่งต่อให้โรงเรียนใหม่ต่อไปจนกระทั่งนักเรียนจบ ชั้น ม.6

1.3.4 ครูอนามัยประสานงานกับครูประจำชั้นหรือครูที่ปรึกษา เพื่อให้ให้นักเรียนชั้น ป.5 ขึ้นไปตรวจสุขภาพตนเอง ตามรายการต่างๆ ที่ระบุในแบบบันทึกฯ และลงบันทึกการตรวจตนเองไว้ทุกครั้ง ให้ดำเนินการเทอมละ 1 ครั้ง

1.3.5 ครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษา แนะนำนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพให้ไปรับบริการที่สถานบริการสุขภาพโดยใช้สิทธิตามโครงการหลักประกันสุขภาพ (30 บาทรักษาทุกโรค)

หรือรวบรวมรายชื่อนักเรียนและส่งตัวไปรับบริการเวลาที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเข้ามาให้บริการในโรงเรียน

2. แนวทางดำเนินงานเรื่อง “การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ”

การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับภาวะสุขภาพเป็นระยะๆ เพื่อประเมินว่าสุขภาพของนักเรียนเป็นอย่างไร ต้องการแก้ไขหรือไม่ ทั้งนี้เพื่อจะได้ดำเนินการช่วยเหลือต่อไป การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพสำหรับนักเรียนตามตัวชี้วัดที่ 3 - ตัวชี้วัดที่ 12 เป็นการดำเนินงานที่ต่อเนื่องจาก “การตรวจสุขภาพนักเรียน” ซึ่งจำแนกเป็นตัวชี้วัดที่โรงเรียนดำเนินการเองทั้งหมด ได้แก่ การทดสอบสายตา ส่วนตัวชี้วัดอื่นๆ โรงเรียนดำเนินการร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ขณะเข้าไปตรวจสุขภาพ มีแนวทางดำเนินการ ดังนี้

2.1 ทดสอบสายตา ปีละ 1 ครั้ง ในต้นปีการศึกษา นักเรียนชั้น ป.1-ป.4 ครูประจำชั้นจะเป็นผู้ทำการทดสอบสายตาศูนย์นักเรียน หรือมอบหมายให้ผู้นำนักเรียน เป็นผู้ดำเนินการ นักเรียนชั้น ป.5 ขึ้นไปสามารถทดสอบสายตาตนเองได้ โดยจับคู่กับเพื่อนแล้วสลับกันทดสอบ แต่ทั้งนี้ควรอยู่ในความดูแลแนะนำของครูอนามัย ครูประจำชั้น หรือผู้นำนักเรียน ซึ่งได้ผ่านการอบรมมาแล้ว บันทึกผลการทดสอบไว้ในบัตรสุขภาพ (สศ.3) หรือแบบบันทึกการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง

2.2 ตัวชี้วัดที่ 4-7 เป็นการตรวจสุขภาพ โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุขสำหรับนักเรียนชั้น ป.1-ป.4 สำหรับนักเรียนชั้น ป.5-ม. 6 ให้นักเรียนตรวจตนเอง ภายใต้การดูแลของครูอนามัย และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

2.3 การทดสอบการได้ยิน (ตัวชี้วัดที่ 4) เป็นการตรวจคัดกรองเบื้องต้นเพื่อค้นหาความผิดปกติของการได้ยิน ทดสอบเฉพาะในนักเรียนชั้น ป. 1 ทุกคน ดำเนินการโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข โรงเรียนควรจัดเตรียมห้องตรวจที่ไม่มีเสียงรบกวนให้

2.4 ตรวจสุขภาพช่องปาก (ตัวชี้วัดที่ 5-7) โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุขตรวจนักเรียนชั้น ป.1-ป.4 เพื่อค้นหาความผิดปกติในช่องปาก เช่น ฟันผุ เหงือกอักเสบ ส่วนนักเรียนชั้น ป. 5-ม. 6 ให้ตรวจตนเองเมื่อพบความผิดปกติให้ครูประจำชั้น หรือครูที่ปรึกษาส่งตัวไปขอคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขขณะเข้ามาให้บริการ

2.5 การสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค (ตัวชี้วัดที่ 8-12) เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้ให้บริการ โดยครูอนามัยและโรงเรียน ให้ความร่วมมือ ดังนี้

2.5.1 แจ้งผู้ปกครองรับทราบ

2.5.2 นัดหมายวันกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

2.5.3 จัดเตรียมนักเรียนที่ต้องฉีดวัคซีน

2.5.4 ประสานงานกับครูประจำชั้นเพื่อให้มาดูแลนักเรียนขณะฉีดวัคซีน และหลังฉีดวัคซีน

3. แนวทางดำเนินงานเรื่อง “การจัดบริการรักษาพยาบาลเบื้องต้น”

ห้องพยาบาลโรงเรียนและบริการรักษาพยาบาลเบื้องต้นสำหรับนักเรียนถือได้ว่าเป็นบริการสุขภาพพื้นฐานที่โรงเรียนทุกแห่งจัดให้แก่นักเรียนอยู่แล้วโรงเรียนโดยครูอนามัยหรือครูพยาบาล ควรมีบทบาทหน้าที่ในการดูแลเรื่องการจัดบริการรักษาพยาบาลเบื้องต้น ดังนี้

3.1 จัดหาและเวชภัณฑ์ที่จำเป็นสำหรับห้องพยาบาลให้เพียงพอ โดยพิจารณาตามสภาพปัญหาการเจ็บป่วยของนักเรียน และบุคลากรในโรงเรียน (อ่านรายละเอียดในภาคผนวก นิยามศัพท์ “ยาและเวชภัณฑ์ที่จำเป็น” ในหนังสือเกณฑ์มาตรฐานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ)

3.2 ครูประจำชั้น / ครูที่ปรึกษาส่งต่อนักเรียนที่เจ็บป่วยไปรับบริการที่ห้องพยาบาล

3.3 ครูประจำชั้น / ครูที่ปรึกษาส่งต่อนักเรียนที่ตรวจสุขภาพตนเองพบว่ามีความผิดปกติสุขภาพหรือความเจ็บป่วยไปขอรับคำแนะนำจากห้องพยาบาล

3.4 ครูอนามัย / ครูพยาบาลให้การดูแลรักษาเบื้องต้นแก่นักเรียนและบุคลากรที่เจ็บป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพ

3.5 ครูอนามัย / ครูพยาบาลส่งต่อนักเรียนหรือบุคลากร ที่เจ็บป่วยเกินขอบเขตการบริการของห้องพยาบาลไปรับบริการที่สถานอนามัยหรือโรงพยาบาลในพื้นที่รับบริการตามสิทธิ ในโครงการหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า (ขอคำแนะนำเรื่องนี้ได้จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ดูแลโรงเรียน)

6. สุขศึกษาในโรงเรียน

ความหมาย

สุขศึกษาในโรงเรียน หมายถึง การที่โรงเรียนจัดกิจกรรมสุขศึกษาทั้งในหลักสูตร การศึกษา และผ่านทางกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เพื่อมุ่งให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ และมีการฝึกปฏิบัติ ที่นำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมต่อการมีสุขภาพดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กวัยเรียนและเยาวชนมีทักษะสุขภาพ (Health Skills) และทักษะชีวิต (Life Skills)

2. เพื่อให้เด็กวัยเรียนและเยาวชนมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมติดตัวไปสู่วัยผู้ใหญ่

ความสอดคล้องกับมาตรฐานศึกษา

มาตรฐานที่ 10 ผู้เรียนมีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี

มาตรฐานที่ 11 ผู้เรียนปลอดภัยจากสิ่งเสพติดให้โทษและมอมเมา

มาตรฐานที่ 18 สถานศึกษาจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

มาตรฐานที่ 22 ครูมีความสามารถในการจัดการเรียนการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ และเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

มาตรฐานที่ 23 ครูมีความสามารถในการแสวงหาความรู้คิดวิเคราะห์ และสร้างองค์ความรู้เพื่อพัฒนาการเรียนการสอน

แนวทางดำเนินงาน ในองค์ประกอบนี้มี 2 ส่วน คือ การให้ความรู้และสร้างเสริมเจตคติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ และการฝึกปฏิบัติ เพื่อให้เกิดทักษะที่จำเป็น ซึ่งสอดคล้องกับสุขบัญญัติ

สุขบัญญัติแห่งชาติทั้ง 10 ประการ ถูกกำหนดขึ้นเพื่อเป็นแนวทางให้ประชาชนปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพดีทั้งสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิต และสุขภาพทางสังคม การสอนเรื่องนี้ตั้งแต่วัยเด็กจะช่วยให้ง่ายที่จะปลูกฝังเรื่องดังกล่าวจนเกิดการปฏิบัติเป็นประจำกลายเป็นพฤติกรรมสุขภาพติดตัวไปตลอดชีวิตเมื่อพิจารณารายละเอียดของสุขบัญญัติแห่งชาติทั้ง 10 ประการ จะเห็นได้ว่ามีความเกี่ยวข้องกับมาตรฐานการศึกษาต่างๆ ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาทั้ง 5 กลุ่มสาระจึงเป็นเรื่องง่ายที่ครูจะจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยบูรณาการกับหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยมีแนวทางดำเนินงาน ดังนี้

1. วางแผนการจัดการเรียนรู้สุขบัญญัติแห่งชาติให้นักเรียนชั้นต่างๆ โดยการวิเคราะห์ว่าสุขบัญญัติข้อใดสอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้นใด

2. การพิจารณาว่าเนื้อหาของสุขบัญญัติข้อใดจะสอนในระดับชั้นไหนให้พิจารณาจากสาระการเรียนรู้รายชั้นปี ที่กระทรวงศึกษาธิการจัดทำไว้ หรือตามความคิดเห็นของคณะกรรมการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษาของโรงเรียนแต่ละแห่ง

3. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สุขบัญญัติแห่งชาติควรเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นการสร้างทักษะ (Skill-based Health Education) ซึ่งมีหลักการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ดังนี้

3.1 ความรู้หรือเจตคติที่ครูนำไปสอนจะต้องทำให้เกิดการปฏิบัติ เช่น สอนขั้นตอนการแปรงฟันที่ถูกต้องจบแล้วจะต้องมีการสาธิตให้นักเรียนเห็นขั้นตอนต่างๆ แล้วให้นักเรียนได้ทดลองปฏิบัติจนครูมั่นใจว่านักเรียนทำถูกต้อง สามารถกลับไปทำด้วยตนเองที่บ้านได้

3.2 บางเรื่องที่ต้องการตอกย้ำให้เกิดเจตคติที่มั่นคง เช่น การสร้างความตระหนักรู้ภัยจากสารเสพติด การมีสำนึกต่อส่วนรวม ครูควรใช้วิธีการสอนโดยใช้สื่อ หรือกรณีศึกษาที่เกิดขึ้น

จริงๆ ในชุมชนหรือสังคมมาอ่านให้นักเรียนฟังแล้วเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นในประเด็นที่เป็นผลกระทบต่อสุขภาพและความปลอดภัยต่อชีวิต คุณค่าของการกระทำนั้นๆ ต่อจิตใจของนักเรียน ต่อความผูกพันในครอบครัว ต่อสังคม เป็นต้น

3.3 สร้างปัจจัยสนับสนุนหรือจูงใจให้เกิดการปฏิบัติจริงและทำต่อไปเรื่อยๆ จนเป็นนิสัย หรือเพื่อให้ละเว้นการปฏิบัติบางเรื่องอาจเป็นรางวัลตอบแทนการลงโทษ กฎระเบียบ เช่น

3.3.1 ทำสมุดบันทึกกิจกรรมแปรงฟัน (อาจรวมเรื่องการดูแลสุขภาพสะอาดร่างกายอื่นๆ) ที่ทำที่บ้าน หรือที่โรงเรียน แล้วให้ผู้ปกครองหรือเพื่อนช่วยตรวจสอบความสะอาดลงลายมือชื่อเป็นหลักฐาน ครูตรวจสมุดทุกวันแล้วให้รางวัลทางจิตใจ เช่น ให้ดาว ให้แต้ม เป็นต้น

3.3.2 ผลัดเปลี่ยนกันตรวจความสะอาดร่างกายสัปดาห์ละ 1 วัน เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนดูแลสุขภาพสะอาดของตนเองอย่างสม่ำเสมอ

3.3.3 ให้นักเรียนมีส่วนร่วมกำหนดกฎระเบียบปฏิบัติของห้องเรียน เช่น จัดอาสาสมัครช่วยดูแลเรื่องการแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน การเข้าแถวล้างมือก่อนรับประทานอาหาร อาหาร ฯลฯ

3.3.4 การชักชวนนักเรียนให้ร่วมลงนามประกาศปฏิญญาว่า “จะไม่กินขนมถุง จะไม่ดื่มน้ำอัดลม จะไม่เกี่ยวข้องกับสารเสพติด” เป็นต้น

3.3.5 กำหนดบทลงโทษ เช่น ชักชวนให้นักเรียนในห้องร่วมกันกำหนดบทลงโทษถ้านักเรียนคนหนึ่งคนใดยุ่งเกี่ยวกับการพนันหรือสารเสพติดจัดให้มีอาสาสมัครช่วยกันสอดส่องดูแล และควบคุมกันเอง เป็นต้น

3.4 จัดให้มีปัจจัยที่เอื้อให้เกิดความสะดวกต่อการปฏิบัติทักษะนั้นๆ เช่น

3.4.1 จัดหาอ่างล้างมือไว้บริเวณโรงอาหาร

3.4.2 ควบคุมตรวจสอบการจำหน่ายอาหารเพื่อให้เป็นโรงอาหารที่ปลอดภัยต่อสุขภาพ

3.4.3 จัดที่สำหรับแขวนแก้วน้ำส่วนตัวของทุกคนไว้หลังห้อง

3.4.4 จัดเตรียมสถานที่สำหรับแปรงฟันหลังอาหาร

3.4.5 จัดเวลาว่างจากการเรียนไว้สำหรับนักเรียนจับคู่กันตรวจความสะอาดร่างกาย ตรวจหา หรือ ตรวจสุขภาพตัวเองด้วยวิธีง่ายๆ

3.4.6 ติดประกาศเตือนเรื่องการเลือกซื้ออาหาร การไม่ซื้ออาหารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ บริเวณใกล้ๆ โรงอาหาร

3.4.7 ติดประกาศ “ห้ามสูบบุหรี่” “เขตปลอดการพนัน” ไว้ทั่วบริเวณโรงเรียน

3.4.8 จัดเส้นทางขึ้นลงบันไดไว้ให้เห็นชัดเจน

3.4.9 จัดให้มีระบบการดูแลช่วยเหลือ เมื่อนักเรียนมีปัญหาต้องการคำแนะนำ สามารถเข้าพบได้สะดวกตลอดเวลา

3.5 สนับสนุนส่งเสริมให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น

3.5.1 ทำโครงการทดลองเรื่องการรักษาโรคเหาโดยไม่ใช้ยารักษา

3.5.2 โครงการรณรงค์เพื่อให้โรงเรียนปลอดบุหรี่ การพนัน และสารเสพติด ทุกชนิด

3.5.3 โครงการ “ไม่ซื้อ ไม่กิน ขนมถุง น้ำอัดลม ขนมไส้สี”

3.6 บูรณาการการเรียนรู้ข้ามกลุ่มสาระเพื่อต่อยอดให้นักเรียนเห็นความสำคัญและคุณค่าของสิ่งที่เรียนรู้ (ดังตัวอย่างในตาราง)

3.7 สนับสนุนให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการกำกับดูแลให้นักเรียนปฏิบัติตามสิ่งที่นักเรียนได้รับการฝึกไปจากโรงเรียน เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องของการปฏิบัติจนติดเป็นพฤติกรรมถาวร เช่น

3.7.1 จัดสมุด “สื่อสัมพันธ์เพื่อสุขภาพลูกรัก” สำหรับสื่อสารเรื่องการฝึกปฏิบัติทักษะเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น ให้ผู้ปกครองสำรวจพฤติกรรมเรื่องความสะอาดของนักเรียนบอกเล่าถึงพฤติกรรมสุขภาพที่ คาดหวังเมื่ออยู่ที่บ้าน ฯลฯ ครูบอกเล่าว่าโรงเรียนต้องการให้นักเรียนปฏิบัติในเรื่องอะไรบ้าง เป็นต้น

3.7.2 เมื่อมีการประชุมผู้ปกครองทั้งโรงเรียน หรือมีการเชิญผู้ปกครองมาพบในห้องเรียน ครูอนามัย หรือครูประจำชั้นบอกให้ผู้ปกครองทราบว่าโรงเรียนกำลังฝึกนักเรียนเรื่องอะไรและต้องการให้ผู้ปกครองช่วยฝึกอะไรบ้าง เป็นต้น

7. โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย

ความหมาย

โภชนาการ และอาหารที่ปลอดภัย หมายถึง การส่งเสริมให้นักเรียนมีภาวะการเจริญเติบโตสมวัย โดยจัดให้มีอาหารที่มีคุณค่าต่อสุขภาพ สะอาดปลอดภัยให้กับนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มีการเฝ้าระวัง ป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านโภชนาการ เช่น โรคขาดโปรตีน และพลังงาน โรคอ้วน โรคขาดสารไอโอดีน โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก

2. เพื่อให้นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน มีอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และมีความปลอดภัยในการบริโภค

3. เพื่อให้มีสถานที่รับประทานอาหาร ปูรองอาหาร และจำหน่ายอาหาร ที่ถูกสุขลักษณะ **ความสอดคล้องกับมาตรฐานศึกษา**

มาตรฐานที่ 10 ผู้เรียนมีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี

มาตรฐานที่ 26 สถานศึกษามีอาคารสถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกตามเกณฑ์องค์ประกอบนี้ประกอบด้วยการดำเนินงานที่สำคัญ 2 เรื่อง ได้แก่

1. โภชนาการในโรงเรียน

2. การสุขาภิบาลอาหาร ซึ่งการสุขาภิบาลอาหารสามารถดำเนินการให้ครอบคลุมเรื่องความปลอดภัยของอาหารได้ด้วย

1. โภชนาการในโรงเรียน

โภชนาการในโรงเรียน มีตัวชี้วัดต้องดำเนินการ 10 ตัวชี้วัด (ตัวชี้วัดที่ 1 -10) มีแนวทางดำเนินงานในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

1. การให้ความรู้เรื่องโภชนาการ (ตัวชี้วัดที่ 10) โรงเรียนสามารถดำเนินการผสมผสานเข้าไปกับหลักสูตรในชั้นเรียนได้ทั้งในกลุ่มสาระสุขศึกษา วิทยาศาสตร์ หรือกลุ่มสาระอื่นที่เหมาะสม (ศึกษาเพิ่มเติมในองค์ประกอบที่ 6 สุขศึกษาในโรงเรียน)

2. การจัดให้มีอาหารกลางวัน การเสริมอาหารให้นักเรียนเพิ่มเติม และการให้นักเรียนได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก (ตัวชี้วัดที่ 5, 8 และ 9) ทั้งนี้ให้ครูอนามัยประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อขอการสนับสนุนยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กให้แก่นักเรียนทุกคน และดูแลให้นักเรียนรับประทานยาอย่างสม่ำเสมอจนครบตามที่กำหนด

3. การประเมินภาวะโภชนาการนักเรียน

3.1 ประเมินภาวะการเจริญเติบโตของนักเรียน การเจริญเติบโตเป็นข้อมูลที่จะบอกว่านักเรียนได้รับสารอาหารที่มีคุณค่าเพียงพอต่อการเติบโตของร่างกายหรือไม่ นักเรียนทุกคนควรได้รับการประเมินภาวะการเจริญเติบโตอย่างน้อยภาคเรียนละ 1 ครั้ง โดยการชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง แล้วนำไปเทียบกับกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของกรมอนามัย โดย

3.1.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 4 ครูประจำชั้น เป็นผู้ดำเนินการหรือมอบหมายให้ผู้นำนักเรียน ภายใต้การดูแลของครูประจำชั้น / ครูอนามัย แล้วบันทึกผลลงในบัตรสุขภาพ (สศ.3)

3.1.2 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ขึ้นไปชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงและประเมินตนเองแล้วบันทึกในแบบบันทึกการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง

3.2 ประเมินภาวะการขาดสารอาหารที่ส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ได้แก่ การประเมินภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็กโดยการตรวจร่างกายนักเรียนทุกคน ปีละ 1 ครั้ง (ตามตัวชี้วัดที่ 4) และตรวจหาภาวะการขาดสารไอโอดีนโดยวิธีคาล์คอกนักเรียนทุกคน ปีละ 1 ครั้ง (ตามตัวชี้วัดที่ 6) ทั้งนี้โดยประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่เรื่องการตรวจสุขภาพนักเรียน (ศึกษารายละเอียดในองค์ประกอบที่ 5 บริการอนามัยโรงเรียน)

4. การแก้ปัญหาด้านโภชนาการของนักเรียน

4.1 ครูประจำชั้น / ครูอนามัยสรุปและรวบรวมรายชื่อนักเรียนที่มีภาวะการเจริญเติบโตผิดปกติ (น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์, อ้วน) เพื่อดำเนินการแก้ไข

4.2 โรงเรียนจัดหาอาหารกลางวัน/อาหารเสริมให้นักเรียนกลุ่มที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์เป็นกรณีพิเศษ

4.3 ให้ความรู้ในการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าและรับประทานให้เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายและมีการออกกำลังกาย

4.4 ในกรณีที่โรงเรียนมีนักเรียนที่มีปัญหาภาวะโภชนาการเกิน หรืออ้วน เป็นจำนวนมาก ซึ่งถือว่าเป็นปัญหาทุโภชนาการที่ต้องแก้ไขเช่นกัน โรงเรียนดำเนินการแก้ไขโดยให้ความรู้เรื่องการบริโภคที่เหมาะสม การลดขนมหวาน น้ำอัดลม การจัดกิจกรรมออกกำลังกายให้เป็นพิเศษ จัดค่ายเด็กอ้วน จัดนิทรรศการให้ความรู้แก่นักเรียนอื่นๆ เพื่อเป็นการป้องกัน

4.5 ให้ความรู้แก่ผู้ปกครองเด็กที่มีปัญหาทุโภชนาการ (ผอม / อ้วน) เพื่อให้ผู้ปกครองสามารถดูแลเรื่องโภชนาการของลูกได้อย่างเหมาะสม

4.6 ครูอนามัยประสานงานกับครูประจำชั้นเพื่อติดตามและประเมินซ้ำทุกเดือนจนกว่าภาวะการเจริญเติบโตจะเป็นปกติ

4.7 ครูอนามัยประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อดำเนินการแก้ไขนักเรียนที่มีภาวะโลหิตจาง และภาวะขาดสารไอโอดีน (ศึกษาเพิ่มเติมในองค์ประกอบที่ 5 บริการอนามัยโรงเรียน)

5. โรงเรียนดำเนินการเรื่องอาหารกลางวันให้กับนักเรียนทุกคน ดังนี้

5.1 กำกับ ดูแล ควบคุม ให้มีการจำหน่ายอาหาร หรือจัดทำอาหารกลางวันที่มีคุณค่าโภชนาการครบถ้วน

5.2 ดูแลควบคุมไม่ให้มีการจำหน่ายอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ เช่น น้ำอัดลม ขนมถุง ลูกอม ทอฟฟี่ ฯลฯ

5.3 ดูแลให้นักเรียนทุกคนมีอาหารกลางวันรับประทานทุกวัน

5.4 จัดจำหน่ายอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น ข้าวกล้อง นม ผลไม้ น้ำสมุนไพร เป็นต้น เพื่อส่งเสริมและเป็นตัวอย่างของการสร้างพฤติกรรมบริโภคที่เหมาะสม

เนื่องจากปัจจุบันรัฐบาลได้จัดสรรงบประมาณส่วนหนึ่งเป็นค่าอาหารกลางวันให้กับนักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ ซึ่งไม่สอดคล้องกับความจำเป็นที่ต้องให้เด็กทุกคนในโรงเรียนมีอาหารกลางวันรับประทาน ดังนั้นผู้บริหารจึงต้องมีวิธีจัดการทั้งในโรงเรียน และในชุมชนให้มีประสิทธิภาพโดยโรงเรียนสามารถดำเนินงานเรื่องอาหารกลางวันในโรงเรียน ภายใต้ความร่วมมือของครู เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้ปกครอง หรือผู้เกี่ยวข้องอื่นๆ ที่โรงเรียนเห็นสมควร เช่น องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น เกษตรตำบล ภาคเอกชน ฯลฯ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

การจัดการในโรงเรียน เช่น

1. ผลิตวัตถุดิบในการประกอบอาหาร เช่น การเลี้ยงปลา เลี้ยงไก่ ปลูกพืชผักสวนครัว
2. จัดตั้งกองทุนอาหารกลางวัน
3. สร้างกระบวนการเรียนรู้จากการจัดกิจกรรมอาหารกลางวัน

การจัดการร่วมกับชุมชน

1. การจัดแบ่งกลุ่มแม่บ้าน ให้ช่วยกันรับผิดชอบในการประกอบอาหารเลี้ยงเด็ก
2. นำผลผลิตทางเกษตรของครอบครัวมาสนับสนุนอาหารกลางวัน
3. ขอรับการสนับสนุนเงิน
4. จัดอาหารเสริม เช่น นม นมถั่วเหลือง ถั่วเขียวต้มน้ำตาล ให้นักเรียนรับประทานทุกวัน หรืออย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2. แนวทางการดำเนินงานเรื่อง การสุขภาพิบาลอาหาร

กรมอนามัยได้กำหนดมาตรฐานด้านสุขภาพิบาลอาหารในโรงเรียน เพื่อเป็นแนวทางให้โรงเรียนมีการจัดโรงอาหาร การจัดเตรียม การปรุงอาหาร ภาชนะอุปกรณ์ และอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาหาร ให้ถูกสุขลักษณะเพื่อให้เกิดความปลอดภัยในการบริโภคอาหารของนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน และเป็นการป้องกันโรคระบบทางเดินอาหารที่เกิดจากการสุขภาพิบาลไม่ดี เช่น โรคท้องร่วง เป็นต้น

โรงเรียนควรดำเนินการ ดังนี้

1. สํารวจสุขภาพิบาลอาหารในโรงเรียนตามแบบสํารวจของกรมอนามัย (ในภาคผนวกหนังสือเกณฑ์มาตรฐานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ) ทุกต้นปีการศึกษา
2. ดำเนินการแก้ไขปรับปรุงให้ถูกต้องตามมาตรฐาน
3. ควบคุมดูแลด้านความปลอดภัยของอาหาร โดยเฉพาะสารปนเปื้อน เช่น จุลินทรีย์ สารอันตรายที่ผสมหรือปนเปื้อนในอาหาร เช่น บอแรกซ์ ยาฆ่าแมลง สารฟอกขาว โดย

3.1 ให้ความรู้เรื่องการเลือกซื้ออาหารแก่นักเรียน หรือผู้เกี่ยวข้อง เช่น ผู้ปรุงอาหาร ผู้ขาย

3.2 ประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในการตรวจสอบความปลอดภัยด้านอาหาร

3.3 สนับสนุนกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของนักเรียนที่ผ่านการอบรมจากกระทรวงสาธารณสุขในเรื่องการตรวจสอบสารปนเปื้อนในอาหารที่เรียกว่า อ.ย. อย่างน้อย เป็นต้น

การดำเนินงานในโรงเรียนระดับมัธยมเพื่อการบรรลุตัวชี้วัดในองค์ประกอบนี้ มีวิธีการดำเนินการเช่นเดียวกับโรงเรียนในระดับประถมศึกษาแต่ตัวชี้วัดที่จะดำเนินการมีน้อยกว่า

8. การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ

ความหมาย

การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ หมายถึง การส่งเสริมสนับสนุนให้นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนมีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยการจัดสถานที่ อุปกรณ์ และกิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ประชาชน เข้ามาใช้สถานที่และอุปกรณ์หรือเข้าร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นตามความเหมาะสม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มีสถานที่ อุปกรณ์ รวมทั้งกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการอย่างเหมาะสม
2. เพื่อส่งเสริมให้เกิดชมรม ชุมนุ่ม / กลุ่มออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการขึ้นในโรงเรียน
3. เพื่อดำเนินการให้นักเรียนทุกคนมีสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์มาตรฐาน

ความสอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษา

มาตรฐานที่ 10 ผู้เรียนมีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี

มาตรฐานที่ 12 ผู้เรียนมีสุนทรียภาพและลักษณะนิสัยด้านศิลปะ ดนตรีและกีฬา

มาตรฐานที่ 26 สถานศึกษามีอาคาร สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกตามเกณฑ์การดำเนินงานในองค์ประกอบนี้ ประกอบด้วยแนวทางหลัก 2 ส่วน คือ

1. การจัดสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ สำหรับนักเรียนบุคลากรในโรงเรียน และการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนและชุมชน โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ เป็นตัวนำ

2. การพัฒนาสมรรถภาพร่างกาย

1. การจัดสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ

- 1.1 จัดให้มีสถานที่สำหรับการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับประเภทของกีฬาและความปลอดภัย ควรจัดให้มีครู หรือ นักเรียนดูแลเรื่องความปลอดภัยในการเล่นกีฬา
- 1.2 จัดหาอุปกรณ์สำหรับกีฬาให้เพียงพอ สอดคล้องกับสถานที่ที่จัดให้และดูแลให้อยู่ในสภาพที่ใช้งานได้
- 1.3 จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ อย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นแรงกระตุ้นหรือจูงใจให้นักเรียน บุคลากรในโรงเรียนตลอดจนประชาชนที่อยู่ใกล้เคียงโรงเรียนเห็นเป็นสิ่งสำคัญในชีวิตประจำวันที่ต้องปฏิบัติ เช่น
 - 1.3.1 การออกกำลังกายหน้าเสาธงตอนเช้าก่อนเข้าห้องเรียน
 - 1.3.2 จัดกิจกรรมให้นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ อย่างน้อย 3 วัน ต่อสัปดาห์ อาจเป็นตอนเย็นหลังเลิกเรียนโดยให้มีการออกกำลังกายหลากหลายรูปแบบ
 - 1.3.3 จัดเวลาว่างให้นักเรียนและครูว่างตรงกันอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 วัน เพื่อให้มีการออกกำลังกายร่วมกัน เป็นการกระตุ้นให้ทุกคนเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย
 - 1.3.4 สนับสนุนการรวมตัวกันเป็นกลุ่มหรือชุมนุมเพื่อการออกกำลังกายหรือกีฬาในโรงเรียน
- 1.4 เปิดโอกาสให้สมาชิกชุมชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา นันทนาการของโรงเรียน เช่น
 - 1.4.1 อนุญาตให้ผู้ปกครองนักเรียน สมาชิกอื่นๆ ที่สนใจเข้ามาใช้สถานที่ของโรงเรียนเพื่อออกกำลังกาย หรือ เล่นกีฬา
 - 1.4.2 เชิญชวนผู้ปกครอง สมาชิกชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายกีฬาที่โรงเรียนจัด เช่น เข้าร่วมเดินแอโรบิคกับบุคลากรในโรงเรียน
 - 1.4.3 จัดกีฬาเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน เช่น กีฬาสี กีฬา กลุ่ม กีฬาตำบล กีฬาอำเภอ กีฬาตำบลยาเสพติด กีฬาเยาวชน เป็นต้น
- 1.5 ส่งเสริมให้มีการจัดตั้งชุมนุม / ชมรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในโรงเรียน เช่น ชมรมลีลาศ ชมรมแม่ไม้มวยไทย ชมรมแอโรบิค ชมรมวิ่ง30เพื่อสุขภาพ ชมรมเชียร์ลีดเดอร์ เป็นต้น
- 1.6 ให้การสนับสนุนชุมนุม / ชมรมด้วยวิธีต่างๆ เช่น การจัดห้องหรือมุมให้เป็นที่ตั้งชุมนุม จัดหาอุปกรณ์ให้ จัดสรรเวลาให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมของชุมนุม และเผยแพร่ผลงานของชุมนุม

1.7 ร่วมรณรงค์การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในชุมชนหรือเป็นผู้นำกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬาในโอกาสสำคัญต่างๆ

2. การพัฒนาสมรรถภาพร่างกาย

ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย นอกจากจะประเมินจากภาวะการเจริญเติบโต ด้านน้ำหนักและส่วนสูงแล้ว ยังสามารถประเมินได้จากสมรรถภาพทางกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกายเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนดำเนินการอยู่แล้ว โรงเรียนบางแห่งอาจติดต่อหน่วยงานใกล้เคียง ซึ่งมีความชำนาญเรื่องนี้โดยตรงมาทดสอบสมรรถภาพให้กับนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนก็ได้ โรงเรียนสามารถดำเนินการพัฒนาสมรรถภาพร่างกายได้ดังนี้

2.1 จัดให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายแก่นักเรียนทุกคนอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง อาจใช้เกณฑ์มาตรฐานที่จัดทำโดยกรมพลศึกษา หรือเกณฑ์มาตรฐานอื่นที่ได้รับการยอมรับ ทั้งนี้ให้อยู่ในดุลยพินิจของโรงเรียน

2.2 แจกผลการทดสอบให้นักเรียนทราบทุกครั้งเพื่อกระตุ้นให้เกิดความสนใจในสุขภาพของตนเอง

2.3 ให้คำแนะนำแก่นักเรียนที่ไม่ผ่านการทดสอบในการพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านต่างๆ

2.4 จัดกิจกรรมเสริมพิเศษให้แก่นักเรียนที่ไม่ผ่านการทดสอบ โดยคำนึงถึง สรีรร่างกาย และภาวะสุขภาพของแต่ละบุคคล เช่น เด็กที่ไม่ผ่านการทดสอบความทนทานของหัวใจและปอด ควรจัดกิจกรรมวิ่งว่ายน้ำ ปั่นจักรยาน กีฬากลางแจ้ง (ฟุตบอล วอลเลย์บอล ฯลฯ) กีฬาในร่ม (เทเบิลเทนนิส แบดมินตัน ยิมนาสติก ฯลฯ) เป็นต้น สำหรับเด็กอ้วน ควรเลือกออกกำลังกายชนิดที่มีการแบกรับน้ำหนักตัวน้อย หรือแรงกระแทกต่ำเพื่อหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บของข้อต่อ เช่น การเดินการออกกำลังกายในน้ำ การถีบจักรยาน

2.5 ติดตามความก้าวหน้าด้วยการทดสอบซ้ำตามเวลาที่กำหนดไว้

9. การให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม

ความหมาย

การให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ระบบบริการให้คำปรึกษา แนะนำ และช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพกาย สุขภาพจิต และภาวะเสี่ยง รวมทั้งพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ให้นักเรียนที่มีปัญหาได้รับการช่วยเหลือจากระบบบริการของโรงเรียนโดยความร่วมมือของครูเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและผู้เกี่ยวข้องในชุมชน

ความสอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษา

มาตรฐานที่ 10 ผู้เรียนมีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี

มาตรฐานที่ 13 สถานศึกษามีการจัดองค์กร โครงสร้าง และการบริหารงานอย่างเป็นระบบครบวงจรให้บรรลุเป้าหมายการศึกษา

มาตรฐานที่ 14 สถานศึกษาส่งเสริมความสัมพันธ์และความร่วมมือกับชุมชนในการพัฒนาการศึกษา

มาตรฐานที่ 27 ชุมชน ผู้ปกครอง มีศักยภาพในการสนับสนุนการจัดและพัฒนาการศึกษา

การดำเนินงานเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามองค์ประกอบนี้ เป็นสิ่งที่โรงเรียนปฏิบัติได้ไม่ยากนักทั้งนี้เนื่องจากตัวชี้วัดของเกณฑ์การประเมินสอดคล้องกับกระบวนการดำเนินงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งโรงเรียนส่วนใหญ่ได้ปฏิบัติอยู่แล้ว โดยมีแนวทางการดำเนินงานดังนี้

1. ครูที่ปรึกษา / ครูประจำชั้น ซึ่งเป็นบุคลากรหลักในการดำเนินงานสำรวจข้อมูลนักเรียนเพื่อให้รู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคลในด้านต่างๆ ดังนี้

1.1 ด้านความสามารถในตัวเด็กเอง ประกอบด้วยความสามารถด้านการเรียนและความสามารถด้านอื่นๆ

1.2 ด้านสุขภาพ ประกอบด้วย สุขภาพกาย สุขภาพจิต และพฤติกรรมต่างๆ

1.3 ด้านครอบครัว ประกอบด้วย ฐานะเศรษฐกิจ ความสามารถในการคุ้มครองดูแลนักเรียนได้อย่างปลอดภัย และเหมาะสม

1.4 ด้านอื่นๆ

ข้อมูลดังกล่าวได้มาจากแหล่งต่างๆ คือ ระเบียบสะสมแบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ ซึ่งพัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) การสัมภาษณ์การสังเกตพฤติกรรม การเยี่ยมบ้าน เป็นต้น เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์คัดกรองนักเรียน

2. ครูที่ปรึกษา / ครูประจำชั้น / ครูฝ่ายปกครอง ประชุมปรึกษาหารือเพื่อพิจารณาจัดกลุ่มนักเรียนจำแนกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มปกติกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มมีปัญหา เพื่อการวางแผน ดูแลช่วยเหลืออย่างเหมาะสม

3. โรงเรียน / ครูที่ปรึกษา / ครูประจำชั้น จัดกิจกรรมต่าง ๆ เช่น กิจกรรมโฮมรูม การประชุมผู้ปกครองในระดับโรงเรียน / ชั้นเรียน เพื่อให้เกิดความร่วมมือระหว่างครูและผู้ปกครองในการดูแลนักเรียนทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน

4. โรงเรียนจัดกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน เช่น มุมเพื่อนใจวัยรุ่น ชุมมุม To be Number One ฯลฯ เพื่อให้นักเรียนได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกันเนื่องจากวัยรุ่นที่มีปัญหามักจะปรึกษาตัวเองในเบื้องต้น

5. สำหรับนักเรียนกลุ่มเสี่ยง / กลุ่มที่มีปัญหา ดำเนินการดังนี้

5.1 ให้คำปรึกษาเบื้องต้นกับนักเรียนเพื่อช่วยผ่อนคลายปัญหาให้ลดลง

5.2 จัดกิจกรรมเพื่อป้องกันแก้ไขปัญหา เช่น กิจกรรมนอกห้องเรียน (เสริมหลักสูตร) กิจกรรมในห้องเรียน กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน กิจกรรมซ่อมเสริม การสื่อสารกับผู้ปกครอง ฯลฯ ทั้งนี้ให้พิจารณาตามสภาพปัญหาของนักเรียน

6. กรณีที่ปัญหาที่มีความยากต่อการช่วยเหลือ หรือช่วยเหลือแล้วนักเรียนยังมีพฤติกรรมไม่ดีขึ้น ก็ควรส่งต่อไปยังผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านอาจเป็นการส่งต่อภายในโรงเรียนที่สามารถให้การช่วยเหลือได้ เช่น ส่งต่อครูแนะแนว ครูพยาบาล หรือฝ่ายปกครอง ฯลฯ หรืออาจส่งต่อไปยังผู้เชี่ยวชาญภายนอก เช่น ไปสถานพยาบาล ปรึกษาจิตแพทย์มูลนิธิหรือสมาคมในชุมชน ฯลฯ

7. ครูที่ปรึกษา / ครูประจำชั้น / คณะกรรมการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน / คณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ติดตามนักเรียนที่ได้รับการช่วยเหลือเป็นระยะอย่างสม่ำเสมอ

8. ประสานความร่วมมือกับผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายทั้งในโรงเรียน และชุมชนโดยเฉพาะผู้ปกครองเพื่อร่วมกันแก้ไขปัญหาดังกล่าว

10. การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน

ความหมาย

การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน หมายถึง การจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อกระตุ้นส่งเสริมให้บุคลากรในโรงเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ส่งผลดีต่อสุขภาพของตนเองและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียนในโรงเรียน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้บุคลากรทุกคนในโรงเรียนมีการประเมินสุขภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อสุขภาพ และมีส่วนร่วมในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนและชุมชน

ความสอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษา

มาตรฐานที่ 13 สถานศึกษามีการจัดองค์กร โครงสร้าง และการบริหารงานอย่างเป็นระบบ

มาตรฐานที่ 16 สถานศึกษาส่งเสริมและพัฒนาบุคลากร ครู ตามความจำเป็นและเหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ

มาตรฐานที่ 19 ผู้บริหารมีคุณธรรม จริยธรรม เป็นแบบอย่างที่ดี

มาตรฐานที่ 20 ผู้บริหารมีภาวะผู้นำ และมีความสามารถในการบริหารจัดการ

องค์ประกอบนี้มุ่งที่จะส่งเสริมให้บุคลากรทุกคนในโรงเรียน มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมปฏิบัติตัวเป็นแบบอย่างที่ดีในเรื่องสุขภาพ และมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับเรื่องสุขภาพในโรงเรียนในเรื่องแบบอย่างที่ดีด้านสุขภาพ องค์ประกอบนี้ให้ความสำคัญอย่างมากกับการสูบบุหรี่ และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโรงเรียน ทั้งนี้เพื่อป้องกันไม่ให้นักเรียนเห็นตัวอย่างพฤติกรรมเสี่ยงเรื่องสุขภาพและเพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 ที่กำหนดให้โรงเรียนเป็นสถานที่ห้ามสูบบุหรี่

1. สนับสนุน / แนะนำให้ครูและบุคลากรทุกคนในโรงเรียนได้มีโอกาสประเมินสุขภาพตนเองอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เช่น

1.1 ไปติดต่อรับบริการตรวจสุขภาพที่สถานบริการของกระทรวงสาธารณสุข

1.2 ขอรับคำแนะนำเรื่องสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่มาให้บริการในโรงเรียน

1.3 ประเมินสุขภาพตนเอง เช่น ประเมินสุขภาพกาย ประเมินความเครียด การคำนวณหาดัชนีมวลกาย (Body Mass Index, B.M.I) เพื่อประเมินภาวะโภชนาการของตนเอง ฯลฯ เป็นต้น

2. จัดให้มีแหล่งเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ และจัดหาสื่อด้านสุขภาพเผยแพร่ในโรงเรียน เช่น

2.1 บอร์ดเผยแพร่หน้าห้องพยาบาล

2.2 มอบหมายให้นักเรียนร่วมกันรับผิดชอบหาข่าวจากสื่อโทรทัศน์วิทยุ หนังสือพิมพ์ นำมาเผยแพร่ในรูปแบบที่น่าสนใจ ด้วยวิธีการต่างๆ

2.3 จัดให้มีเสียงตามสายเวลาเช้า เทียง หรือตอนเย็นที่ไม่มีการสอนโดยจัดให้นักเรียนแกนนำด้านสุขภาพเป็นผู้รับผิดชอบภายใต้การดูแลของครูอนามัย

2.4 ครูบรรณารักษ์จัดหาสื่อ / เอกสาร เกี่ยวกับสุขภาพไว้ในห้องสมุด

2.5 เชิญวิทยากรจากภายนอกให้ความรู้เรื่องสุขภาพแก่บุคลากรของโรงเรียน

3. ผู้บริหารชี้แจงทำความเข้าใจเรื่องข้อห้ามการสูบบุหรี่ และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้ชัดเจนในการประชุมครูบุคลากรในโรงเรียน

4. จัดทำป้ายห้ามสูบบุหรี่ให้เห็นได้ชัดเจนในบริเวณโรงเรียน

5. ผู้บริหารให้ความสำคัญกับการชี้แจง / เชิญชวนครู บุคลากร เข้าร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพที่โรงเรียนจัดขึ้น เช่น

- 5.1 รับบริการทดสอบสมรรถภาพพร้อมๆ กับนักเรียน
- 5.2 ร่วมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
- 5.3 ขอรับคำแนะนำด้านสุขภาพขณะที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเข้ามาให้บริการ
- 5.4 การจัดสถานที่ทำงานให้น่าอยู่ (Healthy work place)

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความคิดเห็น

แนวคิดเกี่ยวกับความคิดเห็น

ความคิดเห็นมีความหมายแตกต่างกัน ตามคำนิยามของแต่ละบุคคลดังนี้

สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (2519, หน้า 21) ระบุไว้ว่า ทศนคติจะปรากฏอยู่ในความคิดเห็นเป็นเรื่องการตัดสินใจเฉพาะประเด็นหนึ่ง การเรียงลำดับจากคุณธรรมไปทศนคติไปถึงความคิดเห็นเป็นการก้าวจากเรื่องทั่วไปยังเรื่องเฉพาะจากสภาพจิตหรือความโน้มเอียงที่เริ่มกว้างๆ และแคบเข้าจนในที่สุดแสดงออกมาเป็นความคิดเห็นเฉพาะเรื่องความคิดเห็นอื่นกับสถานการณ์ บุคคลอาจมีความความคิดเห็นมักมีผลซับซ้อนของทศนคติหลายเรื่อง

อุทัย หิรัญโต (2519, หน้า 30) กล่าวว่า ความคิดเห็นของคนมีหลายระดับอย่างผิวเผินหรืออย่างลึกซึ้งสำหรับความคิดเห็นที่เป็นทศนคตินั้น เป็นความคิดเห็นอย่างลึกซึ้งและติดตัวเป็นเวลานาน เป็นความคิดที่ทั่วๆ ไปไม่เฉพาะอย่าง ซึ่งมีประจำตัวของบุคคลทุกคน ส่วนความคิดเห็นเฉพาะอย่างและมีอยู่เป็นเวลานั้นเรียกว่า opinion

ประคอง กรรณสูต (2520, หน้า 34) กล่าวว่า ความคิดเห็นถือได้ว่าเป็นการแสดงออกทางด้านทศนคติอย่างหนึ่ง แต่การแสดงความคิดเห็นนั้นมักจะมีอารมณ์เป็นส่วนประกอบ และเป็นส่วนที่พร้อมจะมีปฏิกิริยาเฉพาะอย่างต่อสถานการณ์ภายนอก

นิตา (2523, หน้า 15) สรุปว่า ความคิดเห็น หมายถึง การแสดงออกด้านความรู้สึกของบุคคลต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดด้วยการพูด การเขียน โดยมีพื้นฐานความรู้ และประสบการณ์เต็มที่ บุคคลได้รับตลอดสภาพแวดล้อมของบุคคลนั้นเป็นหลักในการแสดงความคิดเห็น

อดุล (2530, หน้า 23) กล่าวว่า ความคิดเห็น หมายถึง ความรู้สึกเฉพาะตัวบุคคลที่ตอบสนองคำถามในเรื่องต่างๆ โดยวินิจฉัยไม่ได้ว่าถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี

หทัยรัตน์ (2530, หน้า 35) กล่าวว่า ความคิดเห็น หมายถึง แนวคิดต่างๆ ซึ่งแสดงออกมาตามทรรศนะของบุคคลที่มีต่อวัตถุ สิ่งของ ตลอดจนบุคคลและสถานการณ์ ซึ่งมีความคิดเห็นเกิดจากพื้นฐานข้อเท็จจริง และประสบการณ์ของบุคคลเกี่ยวกับสิ่งนั้นๆ

บุญมี (2531, หน้า 28) สรุปว่า ความคิดเห็น หมายถึง ท่าทีความรู้สึกที่มีต่อบุคคล หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อันเป็นผลที่เกิดจากการเรียนรู้ หรือประสบการณ์ ซึ่งมีทั้งในลักษณะส่งเสริม คือ สนใจ

พอใจ นิยมชมชอบ สนับสนุน และปฏิบัติตามด้วยความเต็มใจ และลักษณะต่อต้าน คือ ขัดแย้ง เบื่อหน่ายไม่สนใจ ไม่ร่วมมือ หรือไม่ปฏิบัติ

สุกัญญา และสำราญ (2539, หน้า 40) สรุปว่า ความคิดเห็น หมายถึง การแสดงออกซึ่ง วิจารณ์งานที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยเฉพาะเป็นการแสดงออกด้านความเชื่อ และความรู้สึกของแต่ละบุคคล โดยอาศัยพื้นฐานความรู้ ประสบการณ์ และสภาพแวดล้อม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ประทีป ทองงาม (2549, บทคัดย่อ) การประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนวัดไผ่จรูญ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 การประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนวัดไผ่จรูญ มีวัตถุประสงค์ของการประเมิน เพื่อประเมินผลโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพโรงเรียน วัดไผ่จรูญ โดยใช้รูปแบบชิป (CIPP Model) ในด้านบริบทหรือสภาพแวดล้อม ด้านปัจจัยด้านกระบวนการและด้านผลผลิต ตามองค์ประกอบการดำเนินการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 10 องค์ประกอบ ผู้ให้ข้อมูลในการประเมินครั้งนี้ ได้แก่ ครูผู้สอนโรงเรียนวัดไผ่จรูญ จำนวน 5 คน นักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนวัดไผ่จรูญ จำนวน 40 คน คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานโรงเรียนวัดไผ่จรูญ จำนวน 7 คน ผู้ปกครองนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถาม จำนวน 4 ฉบับ คือ ฉบับที่ 1 แบบสอบถามครูผู้สอน ฉบับที่ 2 แบบสอบถามนักเรียน ฉบับที่ 3 แบบสอบถามคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ฉบับที่ 4 แบบสอบถามผู้ปกครองนักเรียน โดยการหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ผลการประเมิน

1.1 ผลการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยภาพรวมของการดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพโรงเรียนวัดไผ่จรูญ พบว่า อยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามความคิดเห็นจากมากไปน้อย คือ ครู ($= 4.25, SD. = 0.24$) นักเรียน ($= 2.91, SD. = 0.06$) คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ($= 2.86, SD. = 0.08$) และผู้ปกครองนักเรียน ($= 2.82, SD. = 0.11$)

1.2 ผลการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้านบริบทหรือสภาวะแวดล้อม ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ 1 นโยบายของโรงเรียน องค์ประกอบที่ 3 โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน พบว่า อยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามความคิดเห็นจากมากไปน้อย คือ ครู ($= 4.25, SD. = 0.31$) คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ($= 2.82, SD. = 0.16$) และผู้ปกครองนักเรียน ($= 2.81, SD. = 0.16$)

1.3 ผลการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านปัจจัย ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ 4 การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ พบว่า อยู่ในระดับมาก เรียงลำดับ

ตามความคิดเห็นจากมากไปน้อย คือ ครู (= 4.37, SD. = 0.30) นักเรียน (= 2.91, SD. = 0.10) และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน (= 2.88, SD. = 0.10)

1.4 ผลการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านกระบวนการ ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ 2 การบริหารจัดการในโรงเรียน องค์ประกอบที่ 9 การให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม พบว่า อยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามความคิดเห็นจากมากไปน้อย คือ ครู (= 4.24, SD. = 0.20) นักเรียน (= 2.91, SD. = 0.12) คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน (= 2.85, SD. = 0.08) และผู้ปกครองนักเรียน (= 2.82, SD. = 0.24)

1.5 ผลการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านผลิต ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ 4 การพัฒนาสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนเพื่อเอื้อต่อสุขภาพ องค์ประกอบที่ 5 บริการอนามัยโรงเรียน องค์ประกอบที่ 6 สุขศึกษาในโรงเรียน องค์ประกอบที่ 7 โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย องค์ประกอบที่ 8 การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ องค์ประกอบที่ 9 การให้คำปรึกษานักเรียน องค์ประกอบที่ 10 การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน พบว่า อยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามความคิดเห็นจากมากไปน้อย คือ ครู (= 4.14, SD. = 0.25) นักเรียน (= 2.92, SD. = 0.07) คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน (= 2.88, SD. = 0.13) และผู้ปกครองนักเรียน (= 2.83, SD. = 0.15)

2. จินตนา ดือาษา (2550, บทคัดย่อ) การประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ: ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนเทศบาล1 วัดศรีเมือง เทศบาลเมืองนครนายก จังหวัดนครนายก การศึกษาครั้งนี้ มีความมุ่งหมายเพื่อประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ: ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนเทศบาล 1 วัดศรีเมือง ในองค์ประกอบด้านสภาวะแวดล้อม ด้านปัจจัยเบื้องต้นด้านกระบวนการและด้านผลผลิตของโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ในการประเมินโครงการโรงเรียนสุขภาพครั้งนี้ ผู้วิจัยประเมินตามรูปแบบจำลองซิปป์ (CIPP model) ประยุกต์ใช้ร่วมกับการประเมินที่เน้นจุดมุ่งหมายเป็นหลัก (goal-attainment model) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการประเมินประกอบด้วยผู้บริหารสถานศึกษา จำนวน 3 คน ครูและบุคลากร จำนวน 92 คน นักเรียนจำนวน 1,350 คน ผู้ปกครองนักเรียน จำนวน 1,350 คน คณะกรรมการประเมิน 5 คน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ประกอบด้วยแบบประเมินแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพและแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้ความสามารถด้านสุขภาพของผู้เรียน โดยใช้เกณฑ์ผู้เชี่ยวชาญกำหนดเป็นเกณฑ์ในการประเมิน ผลการศึกษาพบว่า ด้านสภาวะแวดล้อม ผลการประเมิน โดยผู้บริหารและครูผ่านเกณฑ์ทุกรายการ และมีผลการประเมินโดยภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก คือ โครงการมีความ

สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องและมีความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ ด้านปัจจัยเบื้องต้น ผลการประเมินโดยผู้บริหารและครูผ่านเกณฑ์ มีผลอยู่ในระดับดี คือ ด้านบุคลากรมีความเหมาะสม มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโครงการ งบประมาณ วัสดุ อุปกรณ์ ยาและเวชภัณฑ์ และครูผ่านเกณฑ์ในภาพรวมอยู่ในระดับดี มีผลการประเมินโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี คือ มีนโยบายการส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาสุขภาพของนักเรียนมีการสนับสนุนและการจัดกิจกรรมตามโครงการส่งเสริมสุขภาพมีการจัดตั้งคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพภายในโรงเรียน ผลการประเมินโดยผู้ปกครองผ่านเกณฑ์อยู่ในระดับดี คือ การมีส่วนร่วมในการสนับสนุนการจัดการและพัฒนาศึกษาในด้านการส่งเสริมสุขภาพและมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้เรียน ด้านผลผลิต ผลการประเมินโดยผู้บริหารและครูผ่านเกณฑ์และมีผลการประเมินโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี คือ มีกิจกรรมพัฒนาครุอนามัยอย่างหลากหลายและต่อเนื่อง การให้บริการและการประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสาร มีการนำผลการประเมินไปปรับปรุงพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพของผู้เรียน ส่วนผลการประเมินโดยนักเรียนผ่านเกณฑ์และมีผลการประเมินโดยภาพรวมอยู่ในเกณฑ์ดีคือนักเรียนได้รับการฝึกทักษะในด้านต่างๆ มีความรู้ความเข้าใจมากขึ้นจากโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่จัดขึ้น และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

3. งามจิตต์ ภู่มุ่ม (2550 – 2551, บทคัดย่อ) ศึกษาสภาพการดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนบ้านนายเหรียญ สำนักงานเขตบางบอน กรุงเทพมหานคร การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการดำเนินงาน ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนบ้านนายเหรียญ สำนักงานเขตบางบอน กรุงเทพมหานคร ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ ครูผู้สอน และนักเรียนแกนนำ อาสาสมัคร สาธารณสุขในโรงเรียนรวม 96 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบที่ถามเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าวข้างต้น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าร้อยละ

ผลการวิจัย พบว่า การดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนบ้านนายเหรียญ ในภาพรวมครูได้มีส่วนร่วมปฏิบัติตามโครงการครบทุกด้าน คือ ด้านนโยบายของโรงเรียน ด้านการบริหารจัดการในโรงเรียน ด้านโครงการร่วมระหว่างโรงเรียนกับชุมชน ด้านการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ ด้านบริการอนามัยโรงเรียน ด้านสุขภาพศึกษาในโรงเรียน ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านกีฬาและนันทนาการ ด้านการให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม และด้านการส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน โดยมีปัญหาและอุปสรรค ในการดำเนินงาน ได้แก่ นโยบายและการกำหนดกิจกรรมยังไม่ค่อยชัดเจน บุคลากรบางคนไม่ให้

ความร่วมมือ ชุมชนไม่เห็นความสำคัญของโครงการ โรงเรียนมีพื้นที่กว้าง บุคลากรมีน้อย การดูแลไม่ทั่วถึง โดยมีข้อเสนอแนะการดำเนินงานโครงการให้ประสบผลสำเร็จ คือ การควบคุม ดูแล และเอาใจใส่ ในการดำเนินงาน อย่างต่อเนื่อง จากผู้บริหาร ควรเผยแพร่ความรู้ไปสู่ชุมชน ควรดูแลเรื่องระเบียบวินัยของนักเรียน การอบรมให้ความรู้แก่ผู้ปฏิบัติงานตามโครงการ