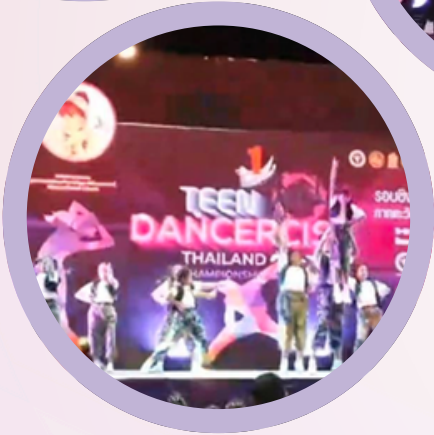




รายงานนวัตกรรม ภายใต้โครงการ INNOVATION FOR THAI EDUCATION (IFTE)

การพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ โดยใช้หลัก 4 ส
ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน
ประจำปีการศึกษา 2567



นางสาวบังอร ศรีชมพร
รองผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านโคกมน

สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต 2
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ



สารบัญ

เรื่อง	หน้า
องค์ประกอบที่ 1	1
ชื่อนวัตกรรม	1
ชื่อผู้สร้างนวัตกรรม	1
แนวทางการคิดค้นนวัตกรรม	1
ประเภทนวัตกรรม	1
1. ความเป็นมาและสภาพปัญหา	1
2. แนวทางการแก้ไขปัญหาและการพัฒนา	2
3. กรอบแนวคิดในการพัฒนา	5
4. ประโยชน์/ความสำคัญ	6
องค์ประกอบที่ 2	7
1. วัตถุประสงค์และเป้าหมายการพัฒนา	7
2. หลักการ ทฤษฎี แนวคิดการพัฒนา	7
3. การออกแบบแนวทางการพัฒนา	9
4. การมีส่วนร่วมในการพัฒนา	10
5. การนำไปใช้	13
6. การประเมินและการปรับปรุง	15
องค์ประกอบที่ 3	17
3.1 ผลที่เกิดขึ้นกับสถานศึกษา	17
3.2 ผลที่เกิดขึ้นกับครูผู้สอน	26
3.3 ผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียน	39
3.4 ขยายผล	43
บรรณานุกรม	47

องค์ประกอบที่ 1

ด้านความสำคัญของรูปแบบหรือแนวทางการพัฒนานวัตกรรมการศึกษาของสถานศึกษา

ชื่อนวัตกรรม : การพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน ประจำปีการศึกษา 2567

ชื่อผู้สร้างนวัตกรรม : นางสาวบังอร ศรีชมขร ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านโคกมน
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต ๒ อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย
เบอร์โทร : 0895749542 E-mail : bungonsri.2527@gmail.com

แนวทางการคิดค้นนวัตกรรม :

- ☐ แสวงหานวัตกรรม/แบบอย่างที่ดีจากแหล่งต่างๆ ที่เคยมีผู้สร้างหรือทำไว้แล้ว แล้วนำมาปรับปรุงหรือพัฒนาใหม่
- ☒ สร้างนวัตกรรมใหม่

ประเภทนวัตกรรม :

- ☒ การบริหารจัดการศึกษา ☐ การจัดการเรียนรู้ ☐ การนิเทศ ติดตามและประเมินผล

1. ความเป็นมาและสภาพปัญหา

ประเทศไทยดำเนินงานตามยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580) โดยถ่ายทอดเป็น แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566-2570) มีเป้าหมายในการพัฒนาคนสำหรับโลกยุคใหม่ และส่งเสริมความเป็นธรรมในสังคม โดยเฉพาะในเรื่องสุขภาพของนักเรียน แผนนี้มุ่งเน้นการสร้างความเป็นธรรมในการเข้าถึงระบบบริการสาธารณสุข และส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ควบคุมโรค รักษาฟื้นฟู รวมถึงคุ้มครองผู้บริโภค

ซึ่งประเด็นสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพนักเรียนในแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 13 คือการให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนให้มีศักยภาพและทักษะที่จำเป็นสำหรับโลกยุคใหม่ ซึ่งรวมถึงสุขภาพที่ดี และความเป็นธรรมในการเข้าถึงบริการ มุ่งเน้นการสร้างความสะดวกในการเข้าถึงบริการสาธารณสุขที่มีคุณภาพสำหรับนักเรียนทุกคน สนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในกลุ่มนักเรียน เพื่อลดความเสี่ยงของการเจ็บป่วยและสร้างเสริมสุขภาพที่ดี ให้มีความสำคัญกับการคุ้มครองผู้บริโภคในด้านสุขภาพ โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียน ซึ่งอาจมีความเสี่ยงจากการบริโภคอาหารหรือผลิตภัณฑ์ที่ไม่ปลอดภัย ส่งเสริมความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการดำเนินงานด้านสุขภาพของนักเรียน เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

จากการศึกษารายงานการประเมินตนเองของสถานศึกษา (SAR) ในปีการศึกษา 2566 มีข้อค้นพบ ดังนี้ ในการสรุปผลการดำเนินการตามโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนของบ้านโคกมน มีนักเรียนร้อยละ 85 มีสุขภาพที่แข็งแรงและมีความพร้อมในการเรียนรู้ในระดับหนึ่ง แต่มีนักเรียนร้อยละ 15 ที่มีปัญหาด้านสุขภาพในหลายๆ มิติ จากสภาพปัญหาด้านสุขภาพมีหลากหลายด้าน เช่น ปัญหาทางร่างกายที่อาจเกิดจากการขาดการออกกำลังกายอย่างเป็นระบบ การจัดการกับความเครียดหรือปัญหาทางจิตใจที่ยังไม่ได้รับการดูแลอย่างเพียงพอ ขาดแนวทางในการพัฒนาทักษะทางปัญญาและการแก้ปัญหาต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ความยากในการสร้างความสัมพันธ์และการทำงานร่วมกันในกลุ่มเพื่อน ซึ่งบ่งชี้ถึงความจำเป็นในการหาวิธีเสริมสร้างสุขภาพของกลุ่มนักเรียนส่วนนี้ให้ดีขึ้น

ด้วยเหตุนี้ ข้อมูลเบื้องต้นจึงเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้บริหารและคณะครูมีแนวคิดริเริ่มนวัตกรรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค เป็นเครื่องมือหลัก เนื่องจากการเดินแอโรบิคเป็นกิจกรรมที่เข้าถึงง่าย

มีความสุขและช่วยส่งเสริมมิติทั้ง 4 ของสุขภาพอย่างครบถ้วน ซึ่งคาดว่าจะช่วยลดสัดส่วนของนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพร้อยละ 15 และยกระดับคุณภาพชีวิตรวมถึงศักยภาพทางการเรียนของนักเรียนทุกคนให้ดียิ่งขึ้น ด้วยการนำเสนอวัตรกรรมนี้ โรงเรียนจึงหวังว่าจะสามารถพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุมทุกมิติและตอบสนองความต้องการของนักเรียนอย่างแท้จริง และเป็นแนวทางที่สามารถนำไปปรับใช้ในโรงเรียนอื่นๆ ที่ประสบปัญหาในด้านเดียวกันได้อีกด้วย

2. แนวทางการแก้ไขปัญหาและการพัฒนา

1. ศึกษาสภาพของปัญหา
2. ประชุม/PLC/ศึกษารายงานการประเมินตนเอง (SAR) ร่วมกันกับทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เพื่อวิเคราะห์สภาพปัญหา (ด้านสุขภาพของนักเรียน) และบริบทของโรงเรียน ตามสภาพของปัญหา



ภาพ: ประชุมร่วมกันกับทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เพื่อหาแนวทางในการส่งเสริม พัฒนา แก้ไข ให้นักเรียนมีสุขภาพ 4 มิติ ที่ดีขึ้น



ภาพ: ประชุม/PLC/ศึกษารายงานการประเมินตนเอง (SAR) ร่วมกันกับคณะครู เพื่อวิเคราะห์สภาพปัญหา (ด้านสุขภาพของนักเรียน) และบริบทของโรงเรียน ตามสภาพของปัญหา



ภาพ : สถานักเรียนร่วมกันระดมสมองในการขับเคลื่อนหาวิธีและแนวทางในการส่งเสริม พัฒนา แก้ไขปัญหาด้านสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน

วิเคราะห์บริบทของโรงเรียน (SWOT Analysis) ปีการศึกษา 2567	
สภาพภายในโรงเรียน	
จุดแข็ง (Strengths)	จุดอ่อน (Weaknesses)
1. ครูมีความรู้ ความสามารถ ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน 2. อาคาร สถานที่พร้อม ปลอดภัย เหมาะกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน	1. ขาดบุคลากรที่เชี่ยวชาญในด้านการพัฒนา นักเรียนด้านสุขภาพ 2. นักเรียนบางส่วนอยู่กับญาติ หรือ หรือผู้สูงอายุ (ผู้ปกครองไปขายลอตเตอรี่) ทำให้ขาดการเอาใจใส่ หรือละเลยเรื่องการสุขภาพ หรือโภชนาการของนักเรียน
สภาพภายนอกโรงเรียน	
โอกาส (Opportunities)	อุปสรรค (Threats)
1. สพป.ลย.2 ให้การสนับสนุน มีคณะกรรมการ นิเทศ กำกับ ติดตาม ด้านโภชนาการของนักเรียน 2. ผู้ปกครอง ผู้นำชุมชน คณะกรรมการ สถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ชุมชน ให้ความร่วมมือในการร่วมกิจกรรมต่างๆ ของทางโรงเรียนเป็นอย่างดี	1. ผู้ปกครองบางส่วน ประกอบอาชีพจำหน่ายสลาก กินแบ่งรัฐบาล ไม่มีเวลาในการดูแลเรื่องการเป็นอยู่ สุขภาพ หรือโภชนาการของนักเรียนได้เท่าที่ควร 2. ขาดงบประมาณสนับสนุนในการจัดกิจกรรมในระดับที่สูงขึ้น

ตาราง : วิเคราะห์บริบทของโรงเรียน (SWOT Analysis) ปีการศึกษา 2567

3. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี หรือรูปแบบ เพื่อให้ได้นวัตกรรมในการแก้ไขปัญหาาร่วมกัน
4. ได้นวัตกรรม คือ “การส่งเสริมพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต 2 โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค”
5. ดำเนินการตามแผนที่วางไว้ โดยใช้วงจรเดมมิ่ง PDCA
 - 5.1 วางแผนพัฒนากิจกรรม (P : Plan)
 - 1) ออกแบบโปรแกรมกิจกรรมแอโรบิคให้หลากหลาย โดยปรับให้เหมาะสมกับวัย ความสนใจ และสุขภาพของนักเรียน
 - 2) กำหนดวัตถุประสงค์การพัฒนาในแต่ละมิติ (กาย-ใจ-สังคม-สติปัญญา)
 - 5.2 ดำเนินกิจกรรม (D : Do)
 - 1) จัดกิจกรรมแอโรบิคในช่วงเวลาที่เหมาะสม คือ หลังกิจกรรมหน้าเสาธง/ก่อนเรียน/หลังพักกลางวัน/ชุมนุม
 - 2) ส่งเสริมการมีส่วนร่วมด้วย “แอโรบิคทีม” หรือ “ผู้นำกิจกรรมจากนักเรียน” ให้ นักเรียนมีส่วนร่วมในการเป็นผู้นำกิจกรรม เพื่อสร้างแรงจูงใจและความรับผิดชอบร่วมกัน
 - 3) ใช้หลัก 4 ส (1. สอน 2. สอดแทรก 3. เสริม 4.ส่งเสริม) ในการจัดกิจกรรมแอโรบิค

หลัก 4 ส.	แนวคิดสำคัญ	วิธีการนำไปใช้	ตัวอย่างกิจกรรมเชิงสุขภาพ
1. สอน	ให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับประโยชน์ของแอโรบิก และหลักการเคลื่อนไหว	สอนในวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา	- สอนจังหวะแอโรบิกพื้นฐาน - อธิบายโทษของการไม่ออกกำลังกาย
2. สอดแทรก	นำเนื้อหาสุขภาพไปเชื่อมโยงในบทเรียนอื่น	ผสมเนื้อหาสุขภาพไว้ในรายวิชาทั่วไปหรือกิจกรรมต่างๆ	- สอดแทรกเรื่องโภชนาการ สุขนิสัย และการดูแลร่างกาย ระหว่างพักเบรก - บูรณาการคำศัพท์ภาษาอังกฤษ (เช่น step, jump) ขณะเดิน
3. เสริม	สนับสนุนผ่านกิจกรรมเสริมหลักสูตร	จัดกิจกรรมหรือชมรมนอกเวลาเรียน	- จัด “5 นาทีแอโรบิก” หลังพักกลางวัน หรือหน้าเสาธง - สร้าง Playlist เพลงสุขภาพให้นักเรียนเลือกทำตนเอง
4. ส่งเสริม	สร้างบรรยากาศหรือระบบสนับสนุนสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	ออกแบบสภาพแวดล้อมและนโยบายส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนและภายนอกโรงเรียน	- จัดการแข่งขันแอโรบิกเป็นรายห้อง/ชมรม - พื้นที่เดินที่ปลอดภัย มีระบบเสียง มีป้ายเสริมพลัง (positive quotes) - ส่งเสริมในการเข้าร่วมการแข่งขันในกิจกรรมต่างๆ ทุกระดับ ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน

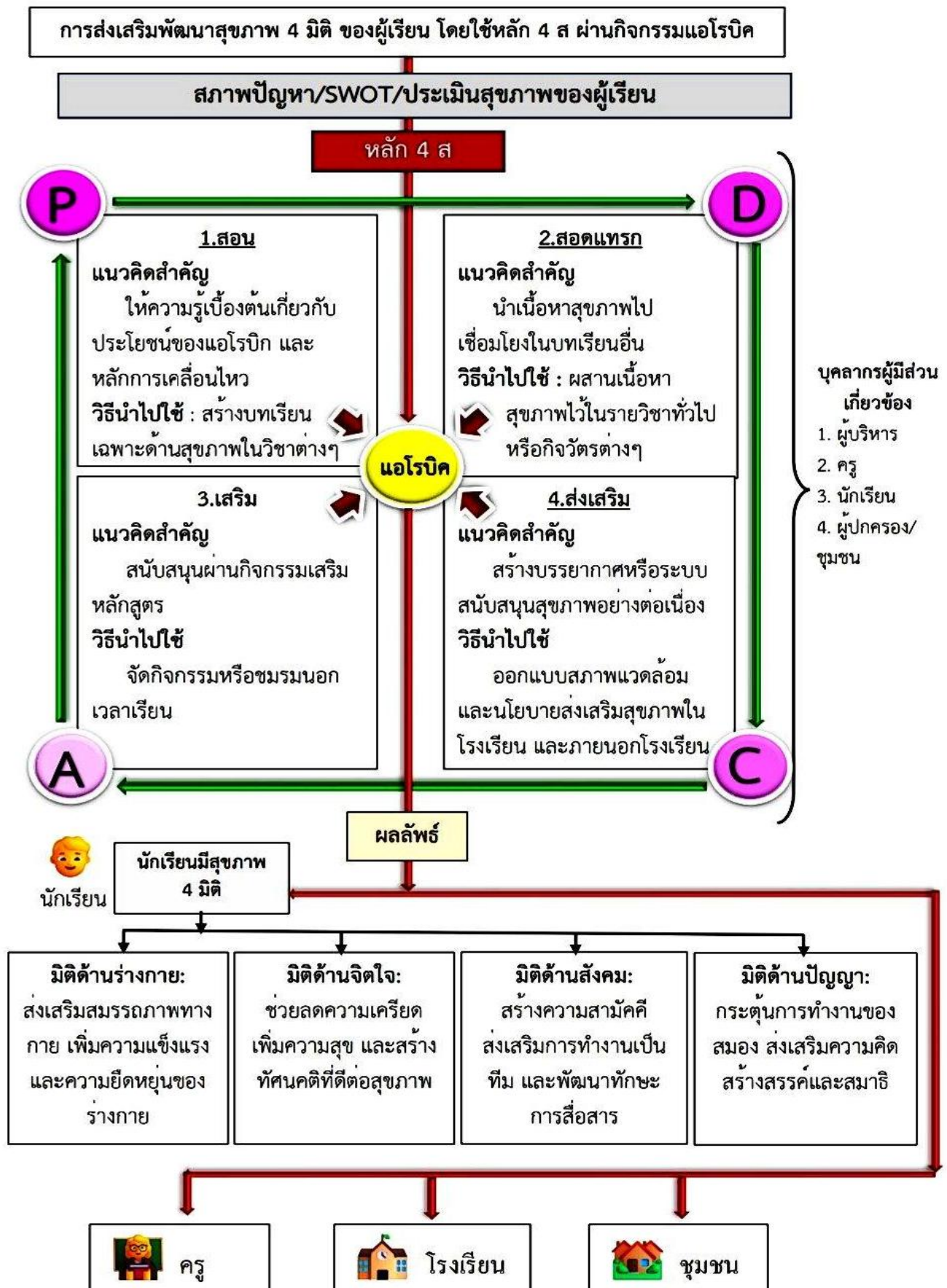
5.3 ประเมินผลและสะท้อนกลับ (C : Check)

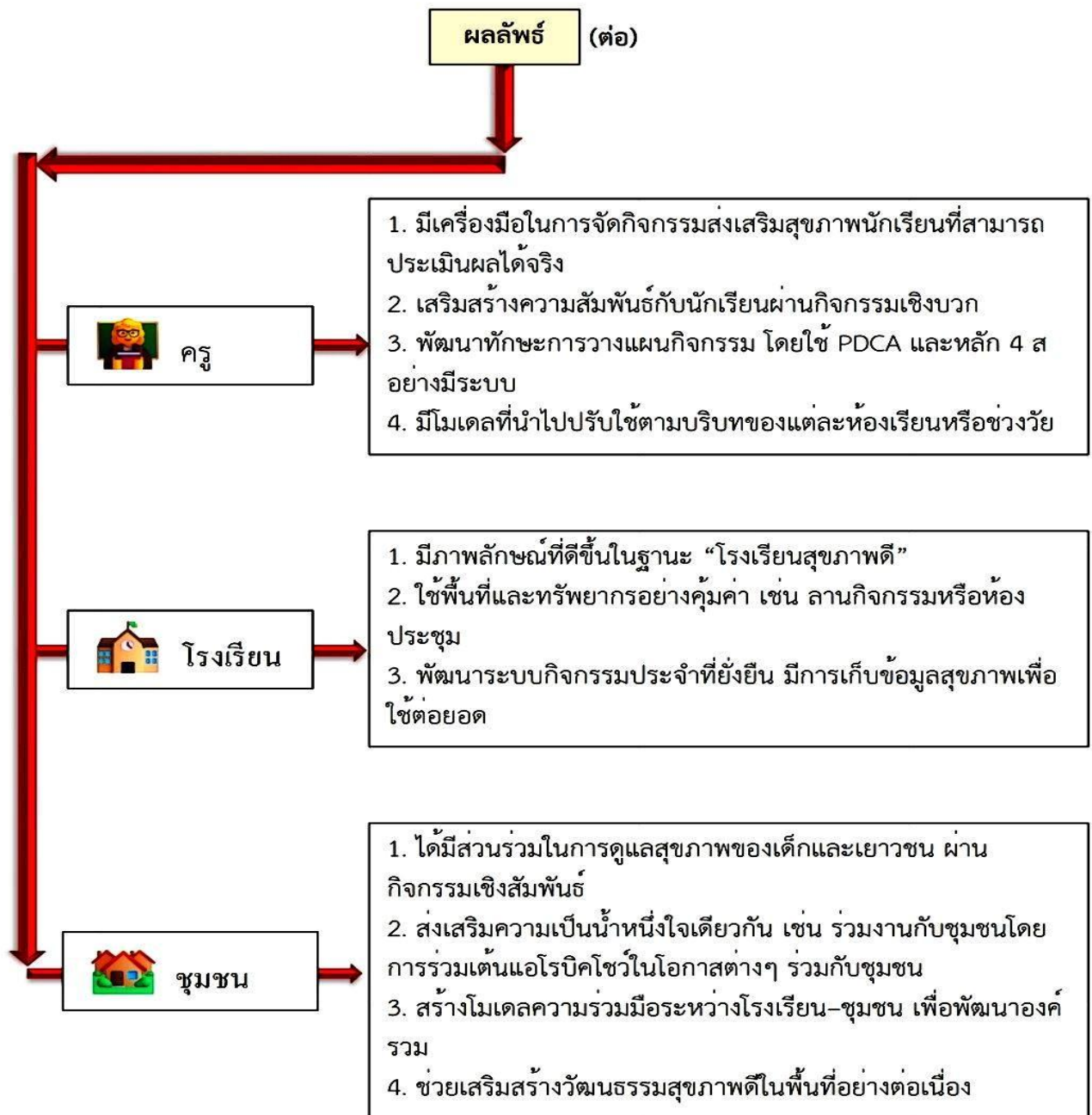
- 1) เก็บข้อมูลด้วยแบบประเมิน pre-post ด้านสุขภาพของนักเรียน
- 2) ติดตามและประเมินผลสุขภาพนักเรียน ทั้ง 4 มิติ เพื่อวิเคราะห์ผลลัพธ์ของกิจกรรม
- 3) ประเมินความพึงพอใจของนักเรียน ครู และผู้ปกครอง

5.4 ปรับปรุงและขยายผล (A : Act)

- 1) วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อนำไปปรับกิจกรรม เช่น เปลี่ยนเพลง/ท่าเต้น
- 2) จัดทำ "ชุดกิจกรรมมาตรฐานโรงเรียน" เพื่อความต่อเนื่องและการขยายผล
- 3) เผยแพร่ผลสำเร็จในงานประชุม หรือกิจกรรมระดับเขต/ชุมชน
- 4) สร้างความร่วมมือกับชุมชน เช่น วันแอโรบิคร่วมครอบครัว

3. กรอบแนวคิดในการพัฒนา





4. ประโยชน์/ความสำคัญ

1. นักเรียนมีสุขภาพดีขึ้น 4 มิติ (ร่างกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม)
2. นักเรียนให้มีสุขภาพที่แข็งแรงและมีความพร้อมในการเรียนรู้
3. ลดสัดส่วนของนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพ และยกระดับคุณภาพชีวิตรวมถึงศักยภาพทางการเรียนของนักเรียนทุกคนให้ดียิ่งขึ้น
4. ส่งเสริมความสนใจในการออกกำลังกายและสร้างนิสัยสุขภาพที่ดี
5. ระบบบริหารจัดการศึกษาได้รับการพัฒนาให้บูรณาการสุขภาพเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้
6. นักเรียนมีความสุขและมีแรงจูงใจในการเรียนมากขึ้น
7. สามารถนำไปปรับใช้ในโรงเรียนอื่นๆ ที่ประสบปัญหาในด้านเดียวกัน
8. โรงเรียนมีภาพลักษณ์ที่ดีขึ้นในฐานะ “โรงเรียนสุขภาพดี”
9. โรงเรียน ชุมชน มีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

องค์ประกอบที่ 2

ด้านกระบวนการพัฒนารูปแบบหรือแนวทางการพัฒนานวัตกรรมการศึกษาของสถานศึกษา

1. วัตถุประสงค์และเป้าหมายการพัฒนา

1.1 วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียน ได้รับการพัฒนา แก่ไข ให้มีสุขภาพ 4 มิติ ที่ดีขึ้น
2. เพื่อพัฒนานักเรียน ให้มีสุขภาพที่แข็งแรงและมีความพร้อมในการเรียนรู้
3. เพื่อให้ครู มีเครื่องมือในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนักเรียนที่สามารถประเมินผลได้จริง

1.2 เป้าหมายการพัฒนา

เป้าหมายเชิงปริมาณ

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ร้อยละ 85 ได้รับการพัฒนา แก่ไข ให้มีสุขภาพ 4 มิติ ที่ดีขึ้น และมีความพร้อมในการเรียนรู้
2. ครู ร้อยละ 90 มีเครื่องมือในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนักเรียนที่สามารถประเมินผลได้จริง

เป้าหมายเชิงคุณภาพ

1. นักเรียนได้รับการพัฒนา แก่ไข ให้มีสุขภาพ 4 มิติ ที่ดีขึ้น
2. นักเรียนมีสุขภาพที่แข็งแรงและมีความพร้อมในการเรียนรู้
3. ครูมีเครื่องมือในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนักเรียนที่สามารถประเมินผลได้จริง

2. หลักการ ทฤษฎี แนวคิดการพัฒนา

2.1 แอโรบิค

นายแพทย์เคนเนธ คูเปอร์ (1968) ให้ความหมายของ แอโรบิค ไว้ว่า เป็นการออกกำลังกายที่ร่างกายต้องใช้ออกซิเจนจำนวนมากอย่างต่อเนื่อง

Judi Sheppard Missett (1969) ให้ความหมายของ แอโรบิค ไว้ว่า เป็นการออกกำลังกายที่ผสมผสานการเต้นแอโรบิค เพื่อสร้างประสบการณ์ที่สนุก มีพลัง และเข้าถึงผู้หญิงทุกวัยได้ง่าย

Jacki Sorensen (1979) ให้ความหมายของ แอโรบิค ไว้ว่า เป็นการออกกำลังกายที่ผสมผสาน การเต้นประกอบจังหวะ เข้ากับหลักการของแอโรบิค

ความหมายของ แอโรบิค จึงสรุปได้ว่า เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลงอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ

2.2 สุขภาพ 4 มิติ

พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550 และแนวทางของ ธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 3 พ.ศ. 2565 สุขภาพของนักเรียนควรครอบคลุม 4 มิติ หลัก ได้แก่

1. **ร่างกาย (Physical Health)** คือ ความแข็งแรงของร่างกาย การเจริญเติบโตสมวัย ปราศจากโรค และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เช่น การออกกำลังกายและโภชนาการที่เหมาะสม

2. **ด้านจิต (Mental Health)** คือ ความมั่นคงทางอารมณ์ การจัดการความเครียด ความสามารถในการเผชิญปัญหา และมีสุขภาพจิตที่ดี

3. ด้านสังคม (Social Health) คือ ความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดี มีทักษะการสื่อสาร และการปรับตัวในสังคม

4. ด้านปัญญา (Intellectual/Spiritual Health) คือ การคิดวิเคราะห์ การเรียนรู้ การมีเป้าหมายชีวิต และการพัฒนาศักยภาพทางปัญญาอย่างต่อเนื่อง

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2565) ได้ให้ความหมายของคำว่า สุขภาพ 4 มิติ ไว้ว่าเป็นการมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ในด้านต่างๆ ของชีวิต โดยเฉพาะในกลุ่มวัยทำงาน ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนได้เช่นกัน โดยประกอบด้วย

1. กาย (Physical) คือ ความแข็งแรงของร่างกาย ปราศจากโรค มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เช่น การออกกำลังกายและโภชนาการที่เหมาะสม

2. ใจ (Mental) คือ ความมั่นคงทางอารมณ์ การจัดการความเครียด และการมีสุขภาพจิตที่ดี

3. สังคม (Social) คือ การมีสัมพันธภาพที่ดี การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข และการมีส่วนร่วมในชุมชน

4. จิตปัญญา (Spiritual/Intellectual) คือ การมีเป้าหมายชีวิต การคิดวิเคราะห์ การเรียนรู้ และการพัฒนาศักยภาพตนเองอย่างต่อเนื่อง

ความหมายของ สุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน จึงสรุปได้ว่า เป็นการมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ในด้านต่างๆ ได้แก่

1) มิติด้านร่างกาย หมายถึง สุขภาพทางกายของนักเรียน เช่น ความแข็งแรงของร่างกาย การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และการดูแลสุขอนามัยส่วนตัว

2) มิติด้านจิตใจ หมายถึง สุขภาพจิต อารมณ์ และความสามารถในการจัดการกับความเครียด นักเรียนควรมีความมั่นใจในตนเอง มีความสุข และสามารถควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

3) มิติด้านปัญญา หมายถึง ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การเรียนรู้ และการพัฒนาทักษะทางสติปัญญา นักเรียนควรมีความสามารถในการแก้ปัญหา มีความคิดสร้างสรรค์ และสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4) มิติด้านสังคม หมายถึง ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี มีทักษะในการสื่อสาร และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข นักเรียนควรมีความรับผิดชอบต่อสังคมและสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.3 วงจรเดมมิง PDCA

Dr. W. Edwards Deming (1950) ได้อธิบายไว้ว่า PDCA ย่อมาจาก Plan – Do – Check – Act เป็นวงจรการบริหารงานคุณภาพที่พัฒนาโดย Dr. William Edwards Deming ซึ่งมีเป้าหมายเพื่อการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง (Continuous Improvement) โดยประกอบด้วย 4 ขั้นตอนหลัก ได้แก่

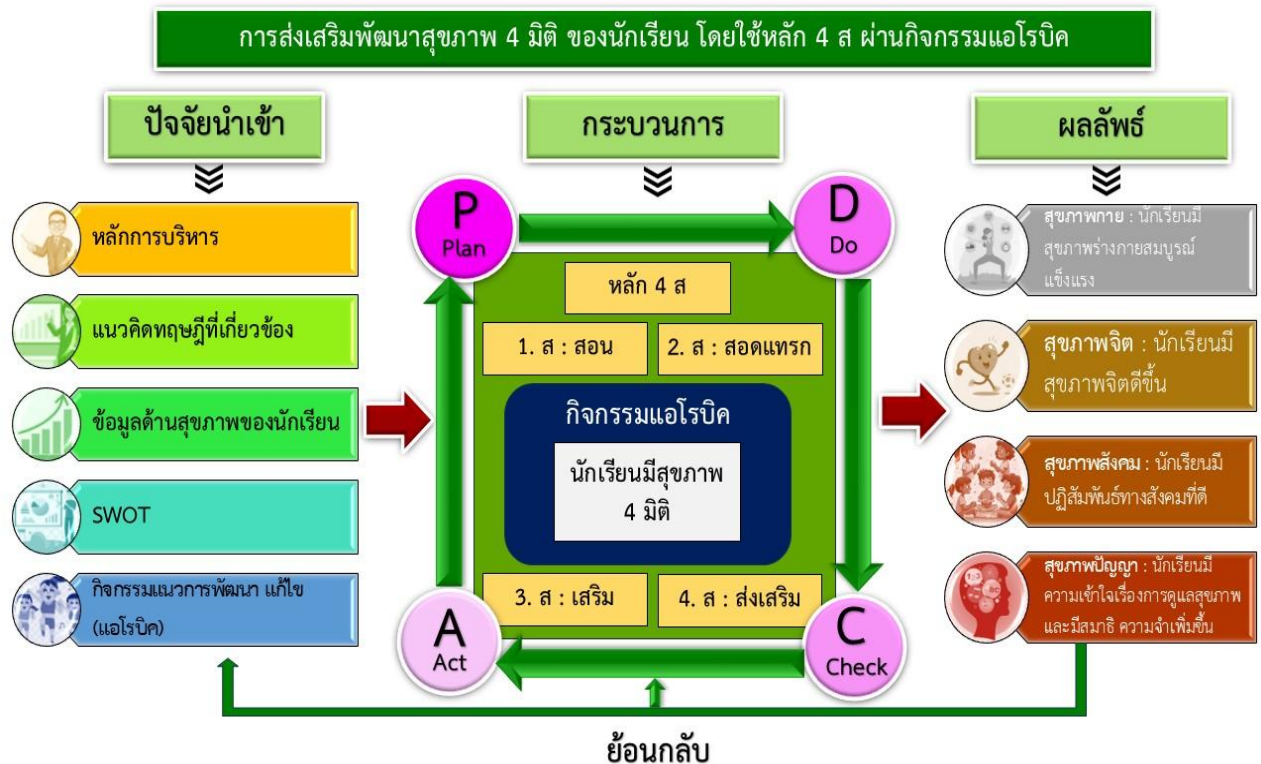
Plan (วางแผน) คือ กำหนดเป้าหมาย วิเคราะห์ปัญหา และวางแผนการดำเนินงาน

Do (ปฏิบัติ) คือ ลงมือดำเนินการตามแผนที่วางไว้

Check (ตรวจสอบ) คือ ประเมินผลการดำเนินงาน เปรียบเทียบกับเป้าหมาย

Act (ปรับปรุง) คือ ปรับปรุงกระบวนการตามผลการตรวจสอบ เพื่อเริ่มรอบใหม่

3. การออกแบบแนวทางการพัฒนา



ภาพ : การออกแบบแนวทางการพัฒนา การส่งเสริมพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิก

ปัจจัยนำเข้า ได้แก่

1. หลักการบริหาร
2. แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง
3. ข้อมูลด้านสุขภาพนักเรียน
4. ข้อมูลบริบทของโรงเรียนบ้านโคกมน (จุดเด่น จุดด้อย)
5. กิจกรรมแนวการพัฒนา แก้ไข (แอโรบิก)

กระบวนการ ได้แก่

1. กิจกรรมแอโรบิก
2. หลัก 4 ส ได้แก่ 1. สอน 2. สอดแทรก 3. เสริม 4. ส่งเสริม
 - 2.1 สอน คือ ให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับประโยชน์ของแอโรบิก และหลักการเคลื่อนไหว
 - 2.2 สอดแทรก คือ นำเนื้อหาสุขภาพไปเชื่อมโยงในบทเรียนอื่น
 - 2.3 เสริม คือ สนับสนุนผ่านกิจกรรมเสริมหลักสูตร
 - 2.4 ส่งเสริม คือ สร้างบรรยากาศหรือระบบสนับสนุนสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
3. ดำเนินการโดยใช้ PDCA ในการขับเคลื่อนกิจกรรม

Plan (วางแผน) คือ กำหนดเป้าหมาย วิเคราะห์ปัญหา และวางแผนการดำเนินงาน

Do (ปฏิบัติ) คือ ลงมือดำเนินการตามแผนที่วางไว้

Check (ตรวจสอบ) คือ ประเมินผลการดำเนินงาน เปรียบเทียบกับเป้าหมาย

Act (ปรับปรุง) คือ ปรับปรุงกระบวนการตามผลการตรวจสอบ เพื่อเริ่มรอบใหม่
ผลลัพธ์ ได้แก่ นักเรียนได้รับการส่งเสริม พัฒนา แก้ไข ให้มีสุขภาพ 4 มิติ

1. มิติด้านร่างกาย : ส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย เพิ่มความแข็งแรงและความยืดหยุ่นของร่างกาย

2. มิติด้านจิตใจ : ช่วยลดความเครียด เพิ่มความสุข และสร้างทัศนคติที่ดีต่อสุขภาพ

3. มิติด้านสังคม : สร้างความสามัคคี ส่งเสริมการทำงานเป็นทีม และพัฒนาทักษะการสื่อสาร

4. มิติด้านปัญญา : กระตุ้นการทำงานของสมอง ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์และสมาธิ

4. การมีส่วนร่วมในการพัฒนา

4.1 ผู้บริหาร มีส่วนร่วมในการพัฒนา ดังนี้

1. บูรณาการนโยบายสุขภาพ 4 มิติ ในแผนพัฒนารายปี
2. สนับสนุนทรัพยากร (พื้นที่ งบประมาณ บุคลากร)
3. ติดตามและประเมินผลการดำเนินงานตามหลัก 4 ส



ภาพ : ผู้บริหาร มีส่วนร่วมในการพัฒนา โดยการสนับสนุนทรัพยากร (พื้นที่ งบประมาณ บุคลากร) และติดตามและประเมินผลการดำเนินงานตามหลัก 4 ส

4.2 ครู มีส่วนร่วมในการพัฒนา ดังนี้

1. ออกแบบกิจกรรมแอโรบิก เชิงสร้างสรรค์ตามหลัก 4 ส
2. สอดแทรกแนวคิดสุขภาพ 4 มิติในแผนการสอน
3. จัดทำแบบประเมินสุขภาพรายบุคคล



ภาพ : ครู มีส่วนร่วมในการพัฒนา โดยการออกแบบกิจกรรมแอโรบิค เชิงสร้างสรรค์ตามหลัก 4 ส
สอดแทรกแนวคิดสุขภาพ 4 มิติในแผนการสอน

4.3 นักเรียน มีส่วนร่วมในการพัฒนา ดังนี้

1. ร่วมคิดท่าทางแอโรบิคที่สะท้อนสุขภาพ 4 มิติ
2. ปฏิบัติกิจกรรมเป็นประจำ
3. บันทึกผลสุขภาพตนเองผ่านแบบฟอร์มสุขภาพะ



ภาพ : นักเรียน มีส่วนร่วมในการพัฒนา โดยร่วมคิดท่าทางแอโรบิค ที่สะท้อนสุขภาพ 4 มิติ
และปฏิบัติกิจกรรมเป็นประจำ

4.4 คณะกรรมการสถานศึกษา มีส่วนร่วมในการพัฒนา ดังนี้

1. ให้ข้อเสนอแนะต่อกิจกรรมนวัตกรรมการเพื่อความสอดคล้องกับบริบทชุมชน
2. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง
3. ติดตามผลเชิงนโยบายระดับสถานศึกษา



ภาพ : คณะกรรมการสถานศึกษา มีส่วนร่วมในการพัฒนา โดยการให้ข้อเสนอแนะต่อกิจกรรมนวัตกรรมการเพื่อความสะดวกคล่องกับบริบทชุมชน และติดตามผลเชิงนโยบายระดับสถานศึกษา

4.5 ชุมชนและหน่วยงานอื่น มีส่วนร่วมในการพัฒนา ดังนี้

1. ร่วมจัดกิจกรรมพิเศษ เช่น วันสุขภาพแห่งโรงเรียน
2. นำวิทยากรมาให้ความรู้ (สาธารณสุข สุข อสม. ครูแอโรบิก)
3. ร่วมวิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพเพื่อพัฒนากิจกรรมอย่างต่อเนื่อง
4. ส่งเสริม สนับสนุน ให้นักเรียนได้กล้าแสดงออกและเข้าร่วมการแข่งขันในระดับและโอกาสต่างๆ



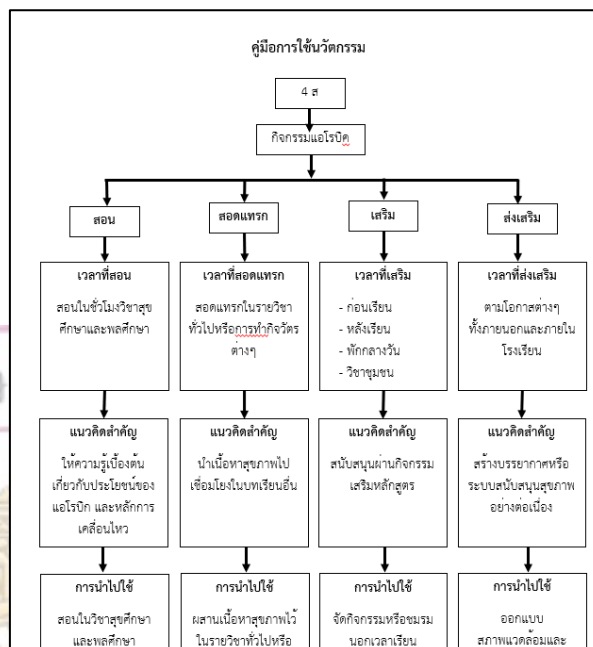
ภาพ : ชุมชนและหน่วยงานอื่น (อบต.ผาน้อย) มีส่วนร่วมในการพัฒนา โดยการส่งเสริม สนับสนุน ให้นักเรียนได้กล้าแสดงออกและเข้าร่วมการแข่งขันในระดับและโอกาสต่างๆ

5. การนำไปใช้

1) มีการจัดทำเอกสารคู่มือ แนวทางการดำเนินงานตามนวัตกรรมที่ชัดเจน



QR code: คู่มือการใช้นวัตกรรม



2) มีการชี้แจง ทำความเข้าใจกับผู้เกี่ยวข้องที่นำนวัตกรรมไปใช้

ศึกษานวัตกรรมและประเมินความเหมาะสมเพื่อทำความเข้าใจถึงคุณสมบัติ และการนำไปใช้ได้จริงกับนักเรียนและบริบทของโรงเรียน รวมถึงประโยชน์และผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น ผลลัพธ์สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่

มีการกำหนดวัตถุประสงค์ เป้าหมายและวัตถุประสงค์ของการนำนวัตกรรมมาใช้ เช่น การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานหรือการแก้ไขปัญหาเฉพาะด้าน วางแผนอย่างละเอียดเกี่ยวกับขั้นตอนการดำเนินงานในแต่ละขั้นตอน ร่วมกับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายมีการกำหนดระยะเวลาในการดำเนินการ รวมถึงการจัดสรรทรัพยากรที่จำเป็นในการดำเนินกิจกรรม



ภาพ : วิเคราะห์และประเมินนวัตกรรม



ภาพ : การวางแผน/ทำความเข้าใจกับผู้ที่เกี่ยวข้อง

มีการจัดประชุมครูและบุคลากรทางการศึกษาเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ 4 มิติ และหลัก 4 ส โดยผ่านกิจกรรมแอโรบิค รวมถึงวิธีการนำใช้นวัตกรรมไปใช้กับนักเรียน



ภาพ : จัดประชุมครูเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ 4 มิติ และหลัก 4 ส โดยผ่านกิจกรรมแอโรบิค



ภาพ : สร้างทีมแกนนำสุขภาพ (ครู)

3) มีการสนับสนุนทรัพยากรหรืองบประมาณในการนำนวัตกรรมไปใช้

ผู้บริหารสถานศึกษาได้จัดสรรงบประมาณในการดำเนินกิจกรรมแอโรบิคที่สอดคล้องกับโครงการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน ตามแผนปฏิบัติการประจำปี และได้จัดทำข้อเสนอโครงการ เพื่อขอรับงบประมาณจากผู้บริหารหรือหน่วยงานภายนอก เช่น อบต. สปสช. ทั้งนี้ชุมชนยังมีส่วนร่วมในการสนับสนุนทรัพยากร เช่น สถานที่จัดกิจกรรม อุปกรณ์ หรือ วิทยากร เพื่อมาให้ความรู้และออกแบบท่าเต้นให้กับนักเรียนอีกด้วย



ภาพ : มีการสนับสนุนทรัพยากรหรืองบประมาณในการนำนวัตกรรมไปใช้ (ทั้งจากภายในและภายนอกโรงเรียน)

4) มีการนิเทศ ติดตาม ให้ความช่วยเหลือระหว่างการนำนวัตกรรมไปใช้



คำสั่ง : คณะกรรมการนิเทศ
ติดตาม และประเมินผล

ปฏิทิน : การออกการนิเทศ
ติดตาม
และประเมินผล

แบบบันทึกการนิเทศ ติดตาม และประเมินผล				
ในการนำนวัตกรรม				
"การส่งเสริมสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุตรดิตถ์ เขต 2 โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ประจำปีการศึกษา 2567"				
วัน/เดือน/ปี	ผู้รับการนิเทศ	เชิงสังเกต	ข้อเสนอแนะ/ข้อคิดเห็น ของผู้สังเกต	การปฏิบัติตาม/ข้อเสนอแนะ
ครั้งที่ 1	นางสาว...	...	...	...
ครั้งที่ 2	...	...	...	...
ครั้งที่ 3	...	...	...	...
ครั้งที่ 4	...	...	...	...
ครั้งที่ 5	...	...	...	...
ครั้งที่ 6	...	...	...	...
ครั้งที่ 7	...	...	...	...
ครั้งที่ 8	...	...	...	...
ครั้งที่ 9	...	...	...	...
ครั้งที่ 10	...	...	...	...
ครั้งที่ 11	...	...	...	...
ครั้งที่ 12	...	...	...	...
ครั้งที่ 13	...	...	...	...
ครั้งที่ 14	...	...	...	...
ครั้งที่ 15	...	...	...	...
ครั้งที่ 16	...	...	...	...
ครั้งที่ 17	...	...	...	...
ครั้งที่ 18	...	...	...	...
ครั้งที่ 19	...	...	...	...
ครั้งที่ 20	...	...	...	...
ครั้งที่ 21	...	...	...	...
ครั้งที่ 22	...	...	...	...
ครั้งที่ 23	...	...	...	...
ครั้งที่ 24	...	...	...	...
ครั้งที่ 25	...	...	...	...
ครั้งที่ 26	...	...	...	...
ครั้งที่ 27	...	...	...	...
ครั้งที่ 28	...	...	...	...
ครั้งที่ 29	...	...	...	...
ครั้งที่ 30	...	...	...	...
ครั้งที่ 31	...	...	...	...
ครั้งที่ 32	...	...	...	...
ครั้งที่ 33	...	...	...	...
ครั้งที่ 34	...	...	...	...
ครั้งที่ 35	...	...	...	...
ครั้งที่ 36	...	...	...	...
ครั้งที่ 37	...	...	...	...
ครั้งที่ 38	...	...	...	...
ครั้งที่ 39	...	...	...	...
ครั้งที่ 40	...	...	...	...
ครั้งที่ 41	...	...	...	...
ครั้งที่ 42	...	...	...	...
ครั้งที่ 43	...	...	...	...
ครั้งที่ 44	...	...	...	...
ครั้งที่ 45	...	...	...	...
ครั้งที่ 46	...	...	...	...
ครั้งที่ 47	...	...	...	...
ครั้งที่ 48	...	...	...	...
ครั้งที่ 49	...	...	...	...
ครั้งที่ 50	...	...	...	...
ครั้งที่ 51	...	...	...	...
ครั้งที่ 52	...	...	...	...
ครั้งที่ 53	...	...	...	...
ครั้งที่ 54	...	...	...	...
ครั้งที่ 55	...	...	...	...
ครั้งที่ 56	...	...	...	...
ครั้งที่ 57	...	...	...	...
ครั้งที่ 58	...	...	...	...
ครั้งที่ 59	...	...	...	...
ครั้งที่ 60	...	...	...	...
ครั้งที่ 61	...	...	...	...
ครั้งที่ 62	...	...	...	...
ครั้งที่ 63	...	...	...	...
ครั้งที่ 64	...	...	...	...
ครั้งที่ 65	...	...	...	...
ครั้งที่ 66	...	...	...	...
ครั้งที่ 67	...	...	...	...
ครั้งที่ 68	...	...	...	...
ครั้งที่ 69	...	...	...	...
ครั้งที่ 70	...	...	...	...
ครั้งที่ 71	...	...	...	...
ครั้งที่ 72	...	...	...	...
ครั้งที่ 73	...	...	...	...
ครั้งที่ 74	...	...	...	...
ครั้งที่ 75	...	...	...	...
ครั้งที่ 76	...	...	...	...
ครั้งที่ 77	...	...	...	...
ครั้งที่ 78	...	...	...	...
ครั้งที่ 79	...	...	...	...
ครั้งที่ 80	...	...	...	...
ครั้งที่ 81	...	...	...	...
ครั้งที่ 82	...	...	...	...
ครั้งที่ 83	...	...	...	...
ครั้งที่ 84	...	...	...	...
ครั้งที่ 85	...	...	...	...
ครั้งที่ 86	...	...	...	...
ครั้งที่ 87	...	...	...	...
ครั้งที่ 88	...	...	...	...
ครั้งที่ 89	...	...	...	...
ครั้งที่ 90	...	...	...	...
ครั้งที่ 91	...	...	...	...
ครั้งที่ 92	...	...	...	...
ครั้งที่ 93	...	...	...	...
ครั้งที่ 94	...	...	...	...
ครั้งที่ 95	...	...	...	...
ครั้งที่ 96	...	...	...	...
ครั้งที่ 97	...	...	...	...
ครั้งที่ 98	...	...	...	...
ครั้งที่ 99	...	...	...	...
ครั้งที่ 100	...	...	...	...

2) มีการประเมินที่มีส่วนร่วมจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง

แบบสรุปผลการประเมินความพึงพอใจในการใช้วัตรกรรม

การส่งเสริมพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษาสกลนคร เขต 2 โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค

ผู้ให้ข้อมูล ☐ นักเรียน ☐ ครู ☒ ผู้ปกครอง

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในการเลือกระดับความพึงพอใจของท่านต่อข้อแต่ละประเด็น ตามระดับ
คะแนนดังนี้

5 = พึงพอใจมาก | 4 = พึงพอใจ | 3 = ปานกลาง | 2 = น้อย | 1 = ไม่พึงพอใจ

ลำดับ	ประเด็นประเมิน	1	2	3	4	5
1	กิจกรรมแอโรบิคมีความเหมาะสมกับช่วงวัยและความสามารถของนักเรียน					20 20
2	การจัดกิจกรรมมีความน่าสนใจ กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมอย่างต่อเนื่อง					15 25
3	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพทางร่างกาย เช่น ความแข็งแรง ความอดทน					16 24
4	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ					18 22
5	นักเรียนมีความกล้าแสดงออกและพัฒนาทักษะทางสังคมจากการร่วมกิจกรรม					25 15
6	กิจกรรมสนับสนุนการเรียนรู้เชิงสติปัญญา เช่น ความคิดสร้างสรรค์ สมาธิ					12 28
7	การใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) มีความชัดเจนและเกิดผล					10 30
8	ครูสามารถนำกิจกรรมไปปรับใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้จริง					14 26
9	ผู้ปกครองเห็นพัฒนาการสุขภาพของนักเรียนจากกิจกรรมนี้					15 25
10	มีการสื่อสาร ความร่วมมือ และการมีส่วนร่วมระหว่างครู/นักเรียน/ผู้ปกครองในกิจกรรม					18 22
11	การดำเนินกิจกรรมแอโรบิคมีความต่อเนื่อง สมบูรณ์ และน่าสนใจ					14 26
12	ครูมีบทบาทในการ "สอดแทรก" เนื้อหาสุขภาพเชิงวิชาการในกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพ					16 24
13	การจัดกิจกรรมมีการ "เสริม" พัฒนาการของนักเรียนในแต่ละมิติได้อย่างเหมาะสม					14 26
14	นักเรียนสามารถนำพฤติกรรมสุขภาพจากกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน					15 25
15	นวัตกรรมช่วยสร้างบรรยากาศที่ดีในโรงเรียนและส่งเสริมความร่วมมือของชุมชน					17 23
รวมจำนวนข้อ					94 146	
ความพึงพอใจและพึงพอใจมาก คิดเป็นร้อยละ					100	

แบบสรุปผลการประเมินความพึงพอใจในการใช้วัตรกรรม

การส่งเสริมพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษาสกลนคร เขต 2 โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค

ผู้ให้ข้อมูล

☐ นักเรียน
☐ ครู
☒ ผู้ปกครอง

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในการเลือกระดับความพึงพอใจของท่านต่อข้อแต่ละประเด็น ตามระดับ
คะแนนดังนี้

5 = พึงพอใจมาก | 4 = พึงพอใจ | 3 = ปานกลาง | 2 = น้อย | 1 = ไม่พึงพอใจ

ลำดับ	ประเด็นประเมิน	1	2	3	4	5
1	กิจกรรมแอโรบิคมีความเหมาะสมกับช่วงวัยและความสามารถของนักเรียน					20 20
2	การจัดกิจกรรมมีความน่าสนใจ กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมอย่างต่อเนื่อง					15 25
3	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพทางร่างกาย เช่น ความแข็งแรง ความอดทน					16 24
4	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ					18 22
5	นักเรียนมีความกล้าแสดงออกและพัฒนาทักษะทางสังคมจากการร่วมกิจกรรม					25 15
6	กิจกรรมสนับสนุนการเรียนรู้เชิงสติปัญญา เช่น ความคิดสร้างสรรค์ สมาธิ					12 28
7	การใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) มีความชัดเจนและเกิดผล					10 30
8	ครูสามารถนำกิจกรรมไปปรับใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้จริง					14 26
9	ผู้ปกครองเห็นพัฒนาการสุขภาพของนักเรียนจากกิจกรรมนี้					15 25
10	มีการสื่อสาร ความร่วมมือ และการมีส่วนร่วมระหว่างครู/นักเรียน/ผู้ปกครองในกิจกรรม					18 22
11	การดำเนินกิจกรรมแอโรบิคมีความต่อเนื่อง สมบูรณ์ และน่าสนใจ					14 26
12	ครูมีบทบาทในการ "สอดแทรก" เนื้อหาสุขภาพเชิงวิชาการในกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพ					16 24
13	การจัดกิจกรรมมีการ "เสริม" พัฒนาการของนักเรียนในแต่ละมิติได้อย่างเหมาะสม					14 26
14	นักเรียนสามารถนำพฤติกรรมสุขภาพจากกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน					15 25
15	นวัตกรรมช่วยสร้างบรรยากาศที่ดีในโรงเรียนและส่งเสริมความร่วมมือของชุมชน					17 23
รวมจำนวนข้อ					94 146	
ความพึงพอใจและพึงพอใจมาก คิดเป็นร้อยละ					100	

นายสุวิทย์ นามะพันธ์

นางสาวศุภากร นามะพันธ์



QR Code : แบบสรุปผลการประเมินความพึงพอใจในการใช้วัตรกรรม

ภาพ : การประเมินความพึงพอใจในการใช้วัตรกรรม(ซึ่งมาจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง)

3) มีการประเมินความพึงพอใจต่อวัตรกรรมการพัฒนาศึกษา

สรุปผลการประเมินด้านการดำเนินงานตามหลัก "4 ส" (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม)

ส่วนที่ 1: ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบประเมิน

ตำแหน่ง: () นักเรียน (✓) ครู/บุคลากร () ผู้บริหาร () อื่น

ส่วนที่ 2: แบบประเมินด้านการดำเนินงานตามหลัก "4 ส" (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม)

กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับระดับความเห็นของท่าน

รายการประเมิน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	กลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. สอน: ครูมีการถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ 4 มิติอย่างชัดเจนและเข้าใจง่าย	15	4			
2. สอดแทรก: ครูสามารถเชื่อมโยงเนื้อหาสุขภาพเข้ากับวิชาเรียนหรือกิจกรรมอื่นอย่างเหมาะสม	9	10			
3. เสริม: โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมหรือสื่อการเรียนรู้เพิ่มเติมเพื่อขยายความรู้ด้านสุขภาพ	11	8			
4. ส่งเสริม: มีการสนับสนุนให้นักเรียนปฏิบัติจริง เช่น การออกกำลังกายสม่ำเสมอ ดูแลสุขภาพตนเอง	13	6			
โรงเรียนมีการติดตามผลการดำเนินงานตามหลัก 4 ส อย่างต่อเนื่อง	20				
ครูและบุคลากรได้รับการพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับหลัก 4 ส และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง	20				
นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้นจากการเรียนรู้ผ่านหลัก 4 ส	20				
รวม	540	112			
คะแนนเฉลี่ย	4.66				
สรุปผลการประเมินด้านการดำเนินงานตามหลัก "4 ส" (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม)	ดีเยี่ยม (Excellent)				



QR Code : สรุปผลการประเมินด้านการดำเนินงานตามหลัก "4 ส"

จากสรุปผลการประเมินความพึงพอใจการดำเนินงานตามหลัก 4 ส (สอน/สอดแทรก/เสริม/ส่งเสริม) พบว่าคะแนนเฉลี่ย อยู่ที่ 4.66 ระดับ ดีเยี่ยม (Excellent) คือดำเนินการครบถ้วนตามหลัก 4 ส ทุกด้าน มีความชัดเจน เป็นรูปธรรม และส่งผลต่อสุขภาพนักเรียนอย่างชัดเจน โดยโรงเรียนมีการติดตามผลการดำเนินงานตามหลัก 4 ส อย่างต่อเนื่อง ครูและบุคลากรได้รับการพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับหลัก 4 ส และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้นจากการเรียนรู้ผ่านหลัก 4 ส และพบว่า ครู 15 คน มีความพึงพอใจมากที่สุด คือ ส : สอน ถัดมา 13 คน คือ ส : ส่งเสริม 11 คน คือ ส : เสริม และ 9 คน คือ ส : สอดแทรก ตามลำดับ และเมื่อพิจารณารายชื่อพบว่าต้องปรับปรุงพัฒนา คือ ด้าน ส : สอดแทรก

ภาพ : สรุปผลการประเมินด้านการดำเนินงานตามหลัก "4 ส"

4) มีการสรุปและรายงานผลการประเมินนวัตกรรมการศึกษา



QR Code : สรุปผลการประเมินความพึงพอใจ
การดำเนินงานตามหลัก 4 ส



QR Code : แบบประเมินความ
พึงพอใจในการใช้นวัตกรรม

5) นำผลการประเมินไปปรับปรุงพัฒนา

จากสรุปผลการประเมินความพึงพอใจการดำเนินงานตามหลัก 4 ส (สอน/สวดแทรก/เสริม/ส่งเสริม) พบว่า คะแนนเฉลี่ย อยู่ที่ 4.66 ระดับ ดีเยี่ยม (Excellent) คือดำเนินงานครบถ้วนตามหลัก 4 ส ทุกด้าน มีความชัดเจน เป็นรูปธรรม และส่งผลต่อคุณภาพนักเรียนอย่างชัดเจน โดยโรงเรียนมีการติดตามผลการดำเนินงานตามหลัก 4 ส อย่างต่อเนื่อง ครูและบุคลากรได้รับการพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับหลัก 4 ส และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง นักเรียน มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้นจากการเรียนรู้ผ่านหลัก 4 ส และพบว่า ครู 15 คน มีความพึงพอใจมากที่สุด คือ ส : สอน ถัดมา 13 คน คือ ส : ส่งเสริม 11 คน คือ ส : เสริม และ 9 คน คือ ส : สอดแทรก ตามลำดับ และเมื่อพิจารณารายข้อพบว่าต้องปรับปรุงพัฒนา คือ ด้าน ส : สอดแทรก

องค์ประกอบที่ 3

ด้านผลที่เกิดขึ้นจากการดำเนินงานตามรูปแบบหรือแนวทางการพัฒนานวัตกรรมการศึกษาของสถานศึกษา

3.1 ผลที่เกิดขึ้นกับสถานศึกษา

1. ข้อมูลสารสนเทศของสถานศึกษา

1) มีสารสนเทศและผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางการศึกษาในระดับสถานศึกษาและระดับห้องเรียน

A1	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
1	รหัสห้องเรียน	รหัสวิชา	ชื่อผู้เรียน	ปีเรียน	ปี1	ปี2	ปี3	ปี4	ปี5	ปี6	ปี7	ปี8	ปี9	ปี10	ปี11	ปี12	ปี13	ปี14	ปี15	ปี16
2	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
3	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
4	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
5	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
6	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
7	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
8	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
9	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
10	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน
11	42020000	สส.สส.สส.	1.04E+09	42020034	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน	บ้านโคกมน

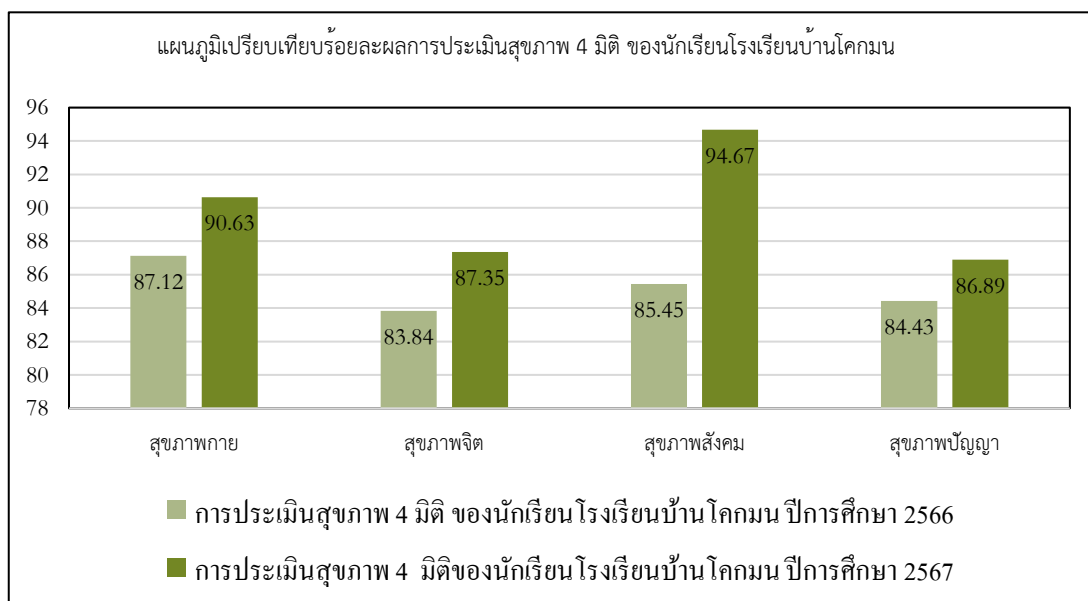
ภาพ : สารสนเทศและผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางการศึกษาในระดับ
สถานศึกษาและระดับห้องเรียน



QR Code : ข้อมูลทางโภชนาการ
ของนักเรียนบ้านโคกมน

4) นำข้อมูลและสารสนเทศไปใช้ในการบริหารและจัดการงานของสถานศึกษาและพัฒนาการจัดการเรียนการสอนได้เกิดประโยชน์คุ้มค่า

สถานศึกษาได้นำข้อมูลสารสนเทศด้านภาวะโภชนาการของนักเรียน มากำหนดนโยบายโรงเรียนสุขภาพดี กำหนดนโยบายอาหารกลางวัน น้ำดื่มสะอาด และกิจกรรมทางกาย เพื่อวางแผนงบประมาณอาหารตามความจำเป็นของกลุ่มนักเรียนที่เสี่ยงต่อการขาดสารอาหารหรือภาวะโภชนาการ และวางแผนกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เฉพาะกลุ่ม วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อจัดกลุ่มนักเรียน เช่น กลุ่มน้ำหนักเกิน เพื่อเป็นข้อมูลในการพัฒนา แก้ไขสุขภาพ 4 มิติของผู้เรียนต่อไป



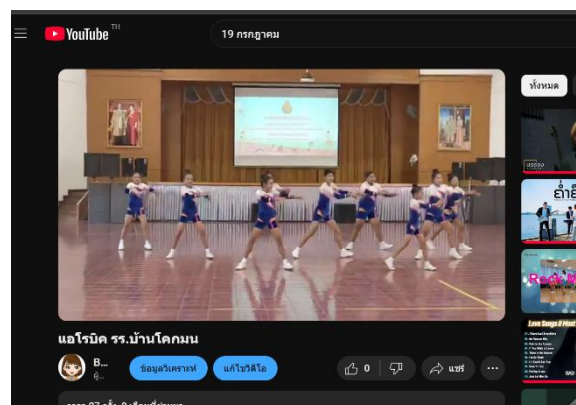
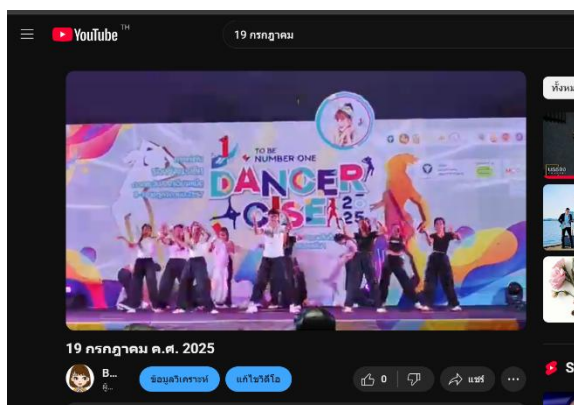
จากแผนภูมิเปรียบเทียบร้อยละผลการประเมินสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน พบว่า ปีการศึกษา 2567 การประเมินสุขภาพ 4 มิติ เพิ่มขึ้นทุกมิติ จากการร่วมกิจกรรมเต้นแอโรบิค โดยด้านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่น (สุขภาพสังคม) คิดเป็นร้อยละ 94.67 ด้านร่างกาย (สุขภาพกาย) คิดเป็นร้อยละ 90.63 ด้านความเครียด (สุขภาพจิต) คิดเป็นร้อยละ 87.35 และด้านปัญญา (สุขภาพปัญญา) 86.89 ตามลำดับ

ด้านที่ควรพัฒนาให้สูงขึ้นต่อไป คือด้านปัญญา ซึ่งมีค่าร้อยละที่น้อยที่สุด คือ 86.89

5) เผยแพร่ข้อมูลสารสนเทศและกิจกรรมในสถานศึกษาโดยใช้วิธีการที่หลากหลายและน่าสนใจ มีผลงานปรากฏชัด



ภาพ : การเผยแพร่ข้อมูลผ่านหลายช่องทาง เช่น ทาง facebook ของทาง รร. , line , Youtube



ภาพ : เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารสารสนเทศและกิจกรรมในสถานศึกษาโดยใช้วิธีการที่หลากหลายและน่าสนใจ มีผลงานปรากฏชัด (ผ่านช่องทาง Youtube)

2. มีการดำเนินการบริหารจัดการของสถานศึกษาการจัดการเรียนรู้ นิเทศ ติดตาม และประเมินผลอย่างเป็นระบบ

- 1) มีแผนงานโครงการหรือกิจกรรมที่สอดคล้องกับนวัตกรรมการพัฒนา
- 2) กำหนดผู้รับผิดชอบการดำเนินงานการออกแบบและการจัดการเรียนรู้ครอบคลุมรายวิชาที่ต้องการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนา



โครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน
(โครงการหรือกิจกรรมที่สอดคล้องกับนวัตกรรมการพัฒนา)

กำหนดผู้รับผิดชอบการดำเนินงานการออกแบบและการจัดการเรียนรู้ครอบคลุมรายวิชาที่ต้องการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนา

โครงการ ส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน

แผนงาน บริหารทั่วไป

สนองกลยุทธ์ กลยุทธ์ที่ 2 พัฒนาคุณภาพเด็กและผู้เรียน

สนองมาตรฐานภายใน มาตรฐานที่ 1 คุณภาพของเด็ก

1.1 มีพัฒนาการด้านร่างกาย แข็งแรง มีสุขนิสัยที่ดี และดูแลความปลอดภัยของตนเองได้

มาตรฐานที่ 1 คุณภาพของผู้เรียน

1.2 คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้เรียน

4) สุขภาวะทางร่างกายและจิตสังคม

สนองมาตรฐานภายนอก

ลักษณะโครงการ โครงการต่อเนื่อง

ผู้รับผิดชอบโครงการ นายนิพนธ์ พิมพ์ทอง

ระยะเวลาดำเนินการ 1 เมษายน 2567 – 31 มีนาคม 2568

3) กำหนดช่วงเวลาการดำเนินงาน การจัดการเรียนรู้การนิเทศติดตามและประเมินผลตามปฏิทินการพัฒนา

นวัตกรรม



คำสั่งโรงเรียนบ้านโคกมน
คำสั่งที่ ๑๔ /๒๕๖๗



เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการนิเทศ ติดตาม และประเมินผล การดำเนินงานนวัตกรรม การส่งเสริมสุขภาพ ๔ มิติ ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน โดยให้หลัก ๔ ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๗

ตามที่โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต ๒ ได้ดำเนินการส่งเสริมงานนวัตกรรมด้านสุขภาพนักเรียนใน ๔ มิติ ได้แก่ ร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยใช้กิจกรรมแอโรบิค ตามหลัก ๔ ส ได้แก่ สอน สอดแทรก เสริม และส่งเสริม เพื่อพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวมของนักเรียน นั้น เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ มีระบบติดตาม ตรวจสอบ และส่งเสริมการดำเนินงานอย่างเป็นรูปธรรม จึงแต่งตั้งคณะกรรมการนิเทศ ติดตาม และประเมินผล การดำเนินงานนวัตกรรม การส่งเสริมสุขภาพ ๔ มิติ ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน โดยให้หลัก ๔ ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๗ ดังรายชื่อต่อไปนี้

รายชื่อคณะกรรมการนิเทศ

๑. นายสมพร ใจแสง	ผู้อำนวยการโรงเรียน	ประธานกรรมการ
๒. นางสาวปิ่นอร ศรีชมภู	รองผู้อำนวยการโรงเรียน	รองกรรมการ
๓. นางสาวรณิ เกษสาสิ ศุภ		กรรมการ
๔. นางภาพร วรรณไชย ศุภ		กรรมการ
๕. นางสาวลลิตา มี ฐิตานา ศุภ		กรรมการ
๖. นางสุปราณี ดวงชัย ศุภ		กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่ความรับผิดชอบ

๑. นิเทศ ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงานนวัตกรรมในทุกมิติของสุขภาพ
๒. ตรวจสอบการนำหลัก ๔ ส มาใช้ในการออกแบบกิจกรรม และการถ่ายทอดสู่ผู้เรียน
๓. รวบรวมข้อมูลสารสนเทศจากแบบประเมินและผลการดำเนินงาน
๔. เสนอแนะแนวทางการพัฒนาและปรับปรุงต่อโรงเรียน
๕. จัดทำรายงานการนิเทศเสนอต่อผู้บริหารเพื่อใช้ประกอบการรายงานระดับโรงเรียน

ระยะเวลาดำเนินการ

ตั้งแต่วันที่ ตลอดปีการศึกษา ๒๕๖๗ หรือ จนกว่าจะแล้วเสร็จ

ทั้งนี้ ให้ผู้ได้รับการแต่งตั้งในครั้งนี ปฏิบัติหน้าที่เต็มความรู้ ความสามารถ โดยคำนึงถึงประสิทธิภาพและประสิทธิผล ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง หากมีปัญหาก่อขึ้นในการดำเนินงานให้รีบรายงานผู้บริหารทราบโดยทันทีเพื่อหาแนวทางแก้ไข

สั่ง ณ วันที่ ๑ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๗

ลงชื่อ 
(นายสมพร ใจแสง)
ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านโคกมน

ปฏิทินการออกนิเทศนวัตกรรมการกิจกรรมแอโรบิค ปีการศึกษา ๒๕๖๗

ครั้งที่	เดือน	ช่วงเวลา/วันที่ (สัปดาห์)	เป้าหมายการนิเทศ
ครั้งที่ 1	มิถุนายน 2567	สัปดาห์ที่ 2	ตรวจสอบความพร้อมกิจกรรม: พื้นที่ อุปกรณ์ ครู-นักเรียน เข้าใจหลักการ "4 ส"
ครั้งที่ 2	กรกฎาคม 2567	สัปดาห์ที่ 4	นิเทศการเริ่มต้นกิจกรรม วิเคราะห์แผนกิจกรรมสุขภาพ 4 มิติ และสื่อที่ใช้
ครั้งที่ 3	สิงหาคม 2567	สัปดาห์ที่ 3	ติดตามความต่อเนื่องของกิจกรรมและการมีส่วนร่วมของนักเรียน
ครั้งที่ 4	กันยายน 2567	สัปดาห์ที่ 2	- ตรวจสอบการบูรณาการหลัก "4 ส" กับกิจกรรมอื่นและวิชาเรียน - นิเทศการดำเนินกิจกรรมเสริมและส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน
ครั้งที่ 5	พฤศจิกายน 2567	สัปดาห์ที่ 2	ประเมินกลางปี: วิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพ 4 มิติและสารสนเทศกิจกรรม
ครั้งที่ 6	ธันวาคม 2567	สัปดาห์ที่ 3	ติดตามการปรับแผนตามข้อเสนอแนะและผลการประเมิน
ครั้งที่ 7	มกราคม 2568	สัปดาห์ที่ 2	นิเทศกระบวนการ "สอน-สอดแทรก-เสริม-ส่งเสริม" ในกิจกรรมอย่างเป็นรูปธรรม
ครั้งที่ 8	กุมภาพันธ์ 2568	สัปดาห์ที่ 3	ติดตามผลการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของนักเรียนด้านสุขภาพ
ครั้งที่ 9	มีนาคม 2568	สัปดาห์ที่ 2	- นิเทศการสรุปผล และการวางแผนเพื่อพัฒนาต่อไป - สรุปผลการนิเทศรอบปี พร้อมถอดบทเรียนและข้อเสนอแนะเชิงระบบ เพื่อใช้ในปี 2568

4) สถานศึกษามีการดำเนินการตามแผนงาน และมีระบบการนิเทศ ติดตามอย่างต่อเนื่อง



ภาพ : การเข้าไปนิเทศ นักเรียนสนุกและนักเรียนมีส่วนร่วมในการออกแบบท่าเต้น และเลือกเพลงที่ชอบ และดูพัฒนาการของการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน เพื่อให้คำแนะนำ ปรับปรุง และพัฒนานวัตกรรมในครั้งถัดไป



ภาพ : 3) ผู้บริหาร สถานศึกษา ส่งเสริม สนับสนุนเครือข่ายชุมชนการเรียนรู้ทางวิชาชีพ (PLC) หรือรูปแบบอื่น ๆ ในการจัดการเรียนรู้ที่หลากหลายให้มีความเข้มแข็ง สม่าเสมอ



ภาพ : 4) สถานศึกษามีการขับเคลื่อนกิจกรรมชุมชนการเรียนรู้ทางวิชาชีพ (PLC) หรือรูปแบบอื่นๆ ในการจัดการเรียนรู้ที่หลากหลายให้มีความเข้มแข็งโดยมีผู้เชี่ยวชาญให้ความรู้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ



ภาพ : 5) ผู้บริหาร สถานศึกษามีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และสะท้อนผลการพัฒนาโรงเรียนให้มีส่วนได้ส่วนเสียได้รับทราบ

4. การยอมรับที่มีต่อสถานศึกษา

1) ผู้บริหารยอมรับและสนับสนุนการพัฒนานวัตกรรม

ผู้บริหารสถานศึกษามีวิสัยทัศน์ที่สอดคล้องกับเป้าหมายการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน โดยเล็งเห็นความสำคัญของการส่งเสริมพัฒนาด้านสุขภาพในสถานศึกษา ซึ่งนวัตกรรม “กิจกรรมแอโรบิกเชิงบูรณาการสารสนเทศโภชนาการนักเรียน” ได้รับการยอมรับว่าเป็นแนวทางที่สร้างสรรค์และมีศักยภาพในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ยั่งยืนเพื่อสนับสนุนการเนีนงานดังกล่าว ผู้บริหารได้ให้การสนับสนุนอย่างเป็นรูปธรรม ได้แก่ การจัดสรรทรัพยากร เช่น งบประมาณในการพัฒนาสื่อการเรียนรู้ และจัดกิจกรรมแอโรบิกการส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพครูผู้สอน ผ่านการอบรมหรือการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การส่งเสริมการใช้ข้อมูลสารสนเทศโภชนาการในการ

กำหนดนโยบายสุขภาพของโรงเรียนการสร้างพื้นที่ให้เกิดการมีส่วนร่วมของนักเรียน ครู และผู้ปกครอง ในการพัฒนากิจกรรม



ภาพ : ผู้บริหารยอมรับและสนับสนุนการพัฒนานวัตกรรม

2) ครูยอมรับและให้ความร่วมมือในการดำเนินการพัฒนาตามนวัตกรรม

คณะครูในสถานศึกษาได้แสดงเจตจำนงอย่างชัดเจนในการยอมรับและสนับสนุนการดำเนินงานตามนวัตกรรม “กิจกรรมแอโรบิค” ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียนอย่างรอบด้าน สอดคล้องกับการพัฒนานักเรียนให้มีสุขภาพที่แข็งแรงและมีความพร้อมในการเรียนรู้ ครูมีบทบาทสำคัญในการเป็นผู้ร่วมพัฒนาโดยเข้าร่วมประชุมและเวิร์กช็อปเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้ด้านสุขภาพของนักเรียน ร่วมออกแบบท่าแอโรบิคที่เหมาะสมกับบริบทของนักเรียน และจัดกิจกรรมอย่างมีส่วนร่วม และใช้ข้อมูลสารสนเทศโภชนาการประกอบการจัดการเรียนรู้ และปรับปรุงเนื้อหาให้สอดคล้องกับสภาพจริง สนับสนุนการประเมินผลโดยมีส่วนร่วมในการเก็บข้อมูลวิเคราะห์ผล และสะท้อนข้อเสนอแนะเพื่อพัฒนาอย่างต่อเนื่อง



ภาพ :ครูยอมรับและให้ความร่วมมือในการดำเนินการพัฒนาตามนวัตกรรม

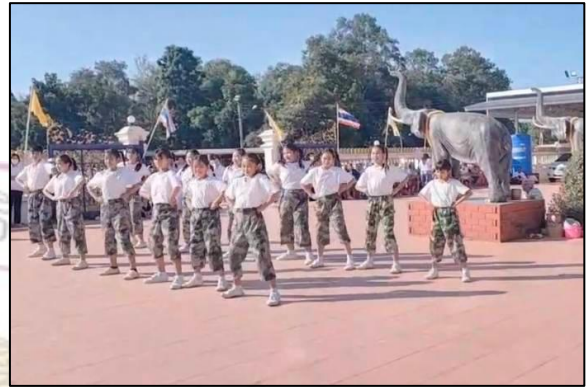
3) นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมตามนวัตกรรมอย่างต่อเนื่อง

นักเรียนแสดงออกถึงการมีส่วนร่วมในกิจกรรมตามนวัตกรรมอย่างต่อเนื่อง ผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมแอโรบิคที่บูรณาการความรู้ด้านโภชนาการด้วยความสนใจและความตั้งใจ โดยนักเรียนไม่เพียงแต่เป็นผู้รับการจัดกิจกรรมเท่านั้น หากยังมีบทบาทเป็น “ผู้ร่วมสร้างสรรค์” และ “ผู้สะท้อนผลการเรียนรู้” อย่างชัดเจน ความต่อเนื่องของการมีส่วนร่วมสะท้อนผ่านพฤติกรรมดังนี้:

1. การเข้าร่วมกิจกรรมแอโรบิคอย่างสม่ำเสมอ และแสดงออกถึงความกระตือรือร้นในการเรียนรู้
2. การร่วมออกแบบท่าเต้น หรือเสนอเพลงที่เชื่อมโยงกับเป้าหมายด้านสุขภาพ
3. การติดตามผลสุขภาพตนเอง และรายงานผลผ่านช่องทางสารสนเทศที่จัดไว้

4. การสะท้อนความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อนและครู เพื่อพัฒนากิจกรรมให้ดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง

นักเรียนยังมีบทบาทในการปรับปรุงกิจกรรมโดยการเสนอแนะทำต้นใหม่ๆ การร่วมวิเคราะห์ข้อมูล โภชนาการของตนเอง และการตั้งเป้าหมายสุขภาพอย่างมีวิจรรย์ญาณ ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมตามแนวทางการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง



ภาพ : นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมตามนวัตกรรมอย่างต่อเนื่อง

4) ผู้มีส่วนร่วมทุกภาคส่วนให้การสนับสนุนและมีส่วนร่วมในการพัฒนาตามนวัตกรรม

การดำเนินงานพัฒนานวัตกรรม ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ได้รับการสนับสนุนและความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ในสถานศึกษาและชุมชนอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสะท้อนถึงความตระหนักถึงเป้าหมายร่วมกันในการส่งเสริมสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียนอย่างยั่งยืน ผู้บริหารสถานศึกษาให้การสนับสนุนในเชิงนโยบาย โดยกำหนดแนวทางการดำเนินงาน และจัดสรรทรัพยากรเพื่อสนับสนุนกิจกรรม ครูผู้สอนมีบทบาทในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้และจัดกระบวนการเรียนการสอนอย่างสร้างสรรค์ นักเรียนมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนของกิจกรรม ไม่ว่าจะเป็นการออกแบบ ทำต้น การสะท้อนผลสุขภาพ ผู้ปกครองและชุมชนร่วมมือผ่านการให้ข้อมูลสุขภาพ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่บ้าน และการสนับสนุนกิจกรรมของโรงเรียน นอกจากนี้ หน่วยงานภายนอก เช่น สาธารณสุข อบต. ยังให้การสนับสนุนด้านวิชาการ เครื่องมือวิเคราะห์ข้อมูล และการอบรมเพื่อเพิ่มพูนศักยภาพแก่ครูและนักเรียนความร่วมมือ ในลักษณะดังกล่าวทำให้นวัตกรรมมีความต่อเนื่อง มีพลังขับเคลื่อนจากหลากหลายมิติ และเกิดผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาที่สอดคล้องกับบริบทของสถานศึกษา



ภาพ : ผู้มีส่วนร่วมทุกภาคส่วนให้การสนับสนุนและมีส่วนร่วมในการพัฒนาตามนวัตกรรม

โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เข้าร่วมการแสดงในโอกาสต่างๆ พร้อมกับให้งบประมาณในการสนับสนุนการจัดกิจกรรมฯ และส่งเสริมให้นักเรียนเข้าร่วมการแข่งขันในระดับที่สูงขึ้น

5) ความพึงพอใจของผู้บริหาร ครู นักเรียน และผู้มีส่วนร่วมทุกภาคส่วน ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

แบบสรุปผลการประเมินความพึงพอใจในการใช้วัดกรรม
การส่งเสริมพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษาหนองคาย เขต 2 โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิก

ผู้ให้ข้อมูล ☒ นักเรียน
☐ ครู
☐ ผู้ปกครอง

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในการเลือกระดับความพึงพอใจของท่านต่อข้อแต่ละประเด็น ตามระดับ
คะแนนดังนี้
5 = พึงพอใจมาก 4 = พึงพอใจ 3 = ปานกลาง 2 = น้อย 1 = ไม่พึงพอใจ

ลำดับ	ประเด็นประเมิน	1	2	3	4	5
1	กิจกรรมแอโรบิกมีความเหมาะสมกับช่วงวัยและความสามารถของนักเรียน				5	35 21
2	การจัดกิจกรรมมีความน่าสนใจ กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมอย่างต่อเนื่อง				2	36 23
3	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพร่างกาย เช่น ความแข็งแรง ความอดทน				6	35 20
4	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ				8	12 41
5	นักเรียนมีความกล้าแสดงออกและพัฒนาทักษะทางสังคมจากการร่วมกิจกรรม				9	14 38
6	กิจกรรมสนับสนุนการเรียนรู้เชิงสติปัญญา เช่น ความคิดสร้างสรรค์ สมาธิ				2	16 43
7	การใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) มีความชัดเจนและเกิดผล สัมฤทธิ์				1	13 47
8	ครูสามารถนำกิจกรรมไปปรับใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้				2	20 39
9	ผู้ปกครองเห็นพัฒนาการทางสุขภาพของนักเรียนจากกิจกรรมนี้					19 42
10	มีการสื่อสาร ความร่วมมือ และการมีส่วนร่วมระหว่างครู/นักเรียน/ ผู้ปกครองกับกิจกรรม				3	18 40
11	การดำเนินกิจกรรมแอโรบิกมีความต่อเนื่อง สม่ำเสมอ และน่าสนใจ				5	17 39
12	ครูมีบทบาทในการ “สอดแทรก” เนื้อหาสุขภาพเชิงบูรณาการในกิจกรรม อย่างมีประสิทธิภาพ				8	19 34
13	การจัดกิจกรรมมีการ “เสริม” พัฒนาการของนักเรียนในแต่ละมิติได้อย่าง เหมาะสม				9	20 32
14	นักเรียนสามารถนำพฤติกรรมสุขภาพจากกิจกรรมไปใช้ในการชีวิตประจำวัน				2	25 34
15	นักเรียนมีความพึงพอใจต่อบริการสุขภาพที่โรงเรียนและส่งเสริมความร่วมมือ ของชุมชน				1	30 30
รวมจำนวนข้อ					28	129 209
ความพึงพอใจและพึงพอใจมาก คิดเป็นร้อยละ						92.35

แบบสรุปผลการประเมินความพึงพอใจในการใช้วัดกรรม
การส่งเสริมพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษาหนองคาย เขต 2 โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิก

ผู้ให้ข้อมูล ☐ นักเรียน
☒ ครู
☐ ผู้ปกครอง

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในการเลือกระดับความพึงพอใจของท่านต่อข้อแต่ละประเด็น ตามระดับ
คะแนนดังนี้
5 = พึงพอใจมาก 4 = พึงพอใจ 3 = ปานกลาง 2 = น้อย 1 = ไม่พึงพอใจ

ลำดับ	ประเด็นประเมิน	1	2	3	4	5
1	กิจกรรมแอโรบิกมีความเหมาะสมกับช่วงวัยและความสามารถของนักเรียน					10 9
2	การจัดกิจกรรมมีความน่าสนใจ กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมอย่างต่อเนื่อง					9 10
3	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพร่างกาย เช่น ความแข็งแรง ความอดทน					19
4	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ					5 14
5	นักเรียนมีความกล้าแสดงออกและพัฒนาทักษะทางสังคมจากการร่วม กิจกรรม					3 16
6	กิจกรรมสนับสนุนการเรียนรู้เชิงสติปัญญา เช่น ความคิดสร้างสรรค์ สมาธิ					8 11
7	การใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) มีความชัดเจนและเกิดผล สัมฤทธิ์					4 15
8	ครูสามารถนำกิจกรรมไปปรับใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้					6 13
9	ผู้ปกครองเห็นพัฒนาการทางสุขภาพของนักเรียนจากกิจกรรมนี้					2 17
10	มีการสื่อสาร ความร่วมมือ และการมีส่วนร่วมระหว่างครู/นักเรียน/ ผู้ปกครองกับกิจกรรม					5 14
11	การดำเนินกิจกรรมแอโรบิกมีความต่อเนื่อง สม่ำเสมอ และน่าสนใจ					7 12
12	ครูมีบทบาทในการ “สอดแทรก” เนื้อหาสุขภาพเชิงบูรณาการในกิจกรรม อย่างมีประสิทธิภาพ					8 11
13	การจัดกิจกรรมมีการ “เสริม” พัฒนาการของนักเรียนในแต่ละมิติอย่าง เหมาะสม					2 17
14	นักเรียนสามารถนำพฤติกรรมสุขภาพจากกิจกรรมไปใช้ในการชีวิตประจำวัน					6 13
15	นักเรียนมีความพึงพอใจต่อบริการสุขภาพที่โรงเรียนและส่งเสริมความร่วมมือ ของชุมชน					1 18
รวมจำนวนข้อ						29 85
ความพึงพอใจและพึงพอใจมาก คิดเป็นร้อยละ						100

แบบสรุปผลการประเมินความพึงพอใจในการใช้วัดกรรม
การส่งเสริมพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษาหนองคาย เขต 2 โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิก

ผู้ให้ข้อมูล ☐ นักเรียน
☐ ครู
☒ ผู้ปกครอง

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในการเลือกระดับความพึงพอใจของท่านต่อข้อแต่ละประเด็น ตามระดับ
คะแนนดังนี้
5 = พึงพอใจมาก 4 = พึงพอใจ 3 = ปานกลาง 2 = น้อย 1 = ไม่พึงพอใจ

ลำดับ	ประเด็นประเมิน	1	2	3	4	5
1	กิจกรรมแอโรบิกมีความเหมาะสมกับช่วงวัยและความสามารถของนักเรียน					20 20
2	การจัดกิจกรรมมีความน่าสนใจ กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมอย่างต่อเนื่อง					15 25
3	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพร่างกาย เช่น ความแข็งแรง ความอดทน					16 24
4	กิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ					18 22
5	นักเรียนมีความกล้าแสดงออกและพัฒนาทักษะทางสังคมจากการร่วม กิจกรรม					25 15
6	กิจกรรมสนับสนุนการเรียนรู้เชิงสติปัญญา เช่น ความคิดสร้างสรรค์ สมาธิ					12 28
7	การใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) มีความชัดเจนและเกิดผล สัมฤทธิ์					10 30
8	ครูสามารถนำกิจกรรมไปปรับใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้					14 26
9	ผู้ปกครองเห็นพัฒนาการทางสุขภาพของนักเรียนจากกิจกรรมนี้					15 25
10	มีการสื่อสาร ความร่วมมือ และการมีส่วนร่วมระหว่างครู/นักเรียน/ ผู้ปกครองกับกิจกรรม					18 22
11	การดำเนินกิจกรรมแอโรบิกมีความต่อเนื่อง สม่ำเสมอ และน่าสนใจ					14 26
12	ครูมีบทบาทในการ “สอดแทรก” เนื้อหาสุขภาพเชิงบูรณาการในกิจกรรม อย่างมีประสิทธิภาพ					16 24
13	การจัดกิจกรรมมีการ “เสริม” พัฒนาการของนักเรียนในแต่ละมิติอย่าง เหมาะสม					14 26
14	นักเรียนสามารถนำพฤติกรรมสุขภาพจากกิจกรรมไปใช้ในการชีวิตประจำวัน					15 25
15	นักเรียนมีความพึงพอใจต่อบริการสุขภาพที่โรงเรียนและส่งเสริมความร่วมมือ ของชุมชน					17 23
รวมจำนวนข้อ						94 146
ความพึงพอใจและพึงพอใจมาก คิดเป็นร้อยละ						100

การสรุปผลการประเมินความพึงพอใจในการใช้วัดกรรมของผู้บริหาร ครู นักเรียน และผู้มีส่วนร่วมทุกภาคส่วน (มีผลดังนี้ นักเรียนมีผลความพึงพอใจ ร้อยละ 92.35 ครูและผู้ปกครอง มีผลความพึงพอใจเท่ากัน คือร้อยละ 100)

3.2 ผลที่เกิดขึ้นกับครูผู้สอน

1. การออกแบบการจัดการเรียนรู้

1) มีการนำผลวิเคราะห์ผลการทดสอบหรือผลการประเมินคุณลักษณะของผู้เรียนเป็นรายบุคคล เพื่อออกแบบการจัดการเรียนรู้

ครูผู้สอนได้นำผลการประเมินคุณลักษณะของผู้เรียนรายบุคคล เช่น ความแข็งแรงทางร่างกาย ทักษะติดต่อสุขภาพ ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม และข้อมูลด้านโภชนาการ มาวิเคราะห์เพื่อออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับศักยภาพและความต้องการของผู้เรียนในรูปแบบ 4 ส ได้แก่:

1. สอน (Teach) กำหนดท่าแอโรบิกพื้นฐานที่ตรงกับระดับความสามารถของนักเรียนแต่ละกลุ่ม เช่น กลุ่มที่มีสมรรถภาพต่ำจะได้รับท่าที่ง่ายขึ้น ใช้สื่อการเรียนรู้ที่ตรงกับรูปแบบการเรียนรู้เฉพาะบุคคล เช่น วิดีโอสำหรับนักเรียนที่เรียนรู้ด้วยภาพ หรือคู่มือสำหรับผู้ชอบอ่าน

2. สอดแทรก (Embed) สอดแทรกเนื้อหาด้านโภชนาการตามผลการประเมิน เช่น นักเรียนที่มีพฤติกรรมกินหวานมากจะได้รับความรู้เรื่องน้ำตาลผ่านท่าเต้นเฉพาะ

3. เสริม (Supplement) จัดกิจกรรมเฉพาะกลุ่ม เช่น กลุ่มนักเรียนที่มีพฤติกรรมสุขภาพเด่น ได้รับบทบาทเป็น “พี่เลี้ยงแอโรบิก” เพื่อถ่ายทอดท่าเต้น

4. ส่งเสริม (Promote) จัดการประกวด “นักร้องแอโรบิกเพื่อสุขภาพ” โดยใช้ข้อมูลรายบุคคลมาสร้างชุดท่าเต้นที่เหมาะสม

การออกแบบกิจกรรมในลักษณะนี้ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ในบริบทที่สอดคล้องกับศักยภาพ ความสนใจ และพฤติกรรมสุขภาพของตนเองอย่างแท้จริง โดยส่งเสริมทั้งการมีส่วนร่วม ความภาคภูมิใจ และความเปลี่ยนแปลงเชิงพฤติกรรมอย่างยั่งยืน



ภาพ : ครูมีการการนำผลวิเคราะห์ผลการทดสอบหรือผลการประเมินคุณลักษณะของผู้เรียนเป็นรายบุคคล เพื่อออกแบบการจัดการเรียนรู้

2) กำหนดเป้าหมายการจัดการเรียนรู้ด้านองค์ความรู้ทักษะกระบวนการตามมาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัด หรือผลการเรียนรู้

ครูผู้สอนได้ใช้ผลการวิเคราะห์หลักสูตรและมาตรฐานการเรียนรู้เป็นแนวทางในการกำหนดเป้าหมายการจัดการกิจกรรมแอโรบิค เพื่อพัฒนาผู้เรียนด้านองค์ความรู้ ทักษะกระบวนการ และคุณลักษณะตามตัวชี้วัดที่ระบุไว้ โดยออกแบบการจัดการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับกระบวนการ 4 ส ได้แก่:

1. สอน (Teach) กำหนดเป้าหมายให้นักเรียนเข้าใจแนวคิดเรื่องการออกกำลังกาย โภชนาการ และผลกระทบต่อสุขภาพ เช่น “ผู้เรียนสามารถอธิบายประโยชน์ของการออกกำลังกายและเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเอง”

2. สอดแทรก (Embed) วางเป้าหมายการสอดแทรกความรู้ด้านสุขภาพและโภชนาการในระหว่างกิจกรรม เช่น “ผู้เรียนสามารถเชื่อมโยงข้อมูลโภชนาการของตนกับพฤติกรรมสุขภาพได้อย่างมีเหตุผล”

3. เสริม (Supplement) ตั้งเป้าหมายการเสริมศักยภาพผู้เรียนรายกลุ่ม เช่น “ผู้เรียนกลุ่มผู้นำสามารถเป็นต้นแบบในการสาธิตท่าเต้นแอโรบิคและถ่ายทอดแก่เพื่อนร่วมชั้น”

4. ส่งเสริม (Promote) กำหนดเป้าหมายในระดับการนำไปใช้และสร้างแรงจูงใจ เช่น “ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและสามารถติดตามพัฒนาการสุขภาพของตนได้”

3) มีการออกแบบการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัด หรือผลการเรียนรู้ตามเป้าหมายที่ต้องการพัฒนา



แผนการจัดการเรียนรู้



บันทึกหลังการสอน

4) ใช้หลักการเทคนิคการสอนต่างๆ ให้เหมาะสมกับวัตถุประสงค์เป้าหมายของการพัฒนาวัตกรรม ครูผู้สอนได้นำหลักการและเทคนิคการจัดการเรียนรู้ที่หลากหลายมาใช้ให้เหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของ นวัตกรรม กิจกรรมแอโรบิค โดยออกแบบกระบวนการเรียนรู้ภายใต้หลักการใช้ 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ดังนี้:

สอน (Teach) ใช้เทคนิคการสอนแบบสาธิต (Demonstration) เพื่อฝึกทำตัวอย่างถูกต้อง ใช้สื่อดิจิทัล เช่น วิดีโอประกอบการสอน เพื่อสร้างความเข้าใจเชิงภาพ

สอดแทรก (Embed) บูรณาการสาระความรู้ด้านโภชนาการและสุขภาพระหว่างกิจกรรม เช่น สอดแทรก บทสนทนา “ถ้าเราก็กำลังกายหลังอาหารทันที จะเกิดอะไรขึ้น?” ใช้เทคนิคการเรียนรู้เชิงสืบค้น (Inquiry-Based Learning) เพื่อให้นักเรียนค้นหาคำตอบเรื่องผลกระทบของพฤติกรรมต่อสุขภาพ

เสริม (Supplement) จัดกิจกรรมรายกลุ่มแบบโครงงาน (Project-Based Learning) ให้นักเรียนสร้างชุด ทำเดินของตนเอง ใช้บทบาทสมมุติ เช่น “ครูแอโรบิคของโรงเรียน” เพื่อฝึกการสื่อสารและความคิดสร้างสรรค์ เปิด โอกาสให้นักเรียนวิเคราะห์ผลสุขภาพตนเองผ่านแบบบันทึก

ส่งเสริม (Promote) ใช้เทคนิคการประเมินแบบสะท้อนตนเองและเพื่อน (Self & Peer Assessment) เพื่อให้นักเรียนติดตามพัฒนาการ ส่งเสริมเจตคติที่ดีผ่านกิจกรรมเชิงบันเทิง เช่น “แอโรบิคโชว์สุขภาพ” เพื่อสร้าง แรงจูงใจ ประยุกต์เทคนิคการเรียนรู้แบบเกม (Gamification) เช่น การสะสมคะแนนพฤติกรรมสุขภาพดี การ เลือกใช้เทคนิคดังกล่าว ช่วยให้นวัตกรรมเกิดผลลัพธ์เชิงพฤติกรรมที่ตรงเป้าหมาย สร้างการมีส่วนร่วมที่ต่อเนื่อง และเอื้อต่อการพัฒนาองค์ประกอบทางกายภาพ สังคม และสติปัญญาในตัวผู้เรียนอย่างสมดุล

และจากที่ครูใช้หลักการเทคนิคการสอนต่างๆ ของการพัฒนาวัตกรรม ทำให้ส่งผลและได้ส่งเสริมให้นักเรียน ได้รับการเข้าร่วมการแข่งขันในเวทีต่างๆ และตัวครูเองก็ได้พัฒนาตัวเองเพิ่มทักษะในด้านของครูผู้สอนจนทำได้รับ รางวัลต่างๆ เช่น



เกียรติบัตร : ครูผู้เทคนิคการสอนต่างๆ ซึ่งให้ได้มาซึ่งรางวัลต่างๆ

5) มีแผนการจัดการเรียนรู้ที่มีองค์ประกอบครบถ้วนสมบูรณ์และผ่านการตรวจสอบแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนการนำไปใช้

แผนการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง					
เรื่อง: การเดินทางโรดเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ 4 มิติ		กลุ่มสาระ: สุขศึกษาและพลศึกษา			
ระดับชั้น: ประถมศึกษาปีที่ 6		เวลา: 1 คาบเรียน (50 นาที)			
สาระสำคัญ					
การเดินหรือโรดเป็นกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่สามารถทำนันทนง่าย รวดเร็ว และดีต่อสุขภาพ ผ่านช่องทางที่หลากหลาย และนักเรียนร่วมกันภายในกลุ่ม การออกแบบกิจกรรมนี้จะช่วยสร้างพฤติกรรมสุขภาพให้ บวกให้กับนักเรียน					
มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด					
สาระที่ 3: พลศึกษา					
ท 3.1 ม.2/1: มีทักษะในการเคลื่อนไหวอย่างถูกต้อง คล่องตัว และเหมาะสมกับกิจกรรม					
ท 3.2 ม.2/2: มีกิจกรรมทางกายเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและสมรรถภาพร่างกาย					
ท 3.2 ม.2/3: มีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและดูแลสุขภาพตนเอง					
จุดประสงค์การเรียนรู้					
เมื่อจบบทเรียน นักเรียนจะสามารถ:					
1. ปฏิบัติการเดินและโรดตามชุดท่าที่กำหนดได้อย่างถูกต้อง					
2. อธิบายประโยชน์ของเดินหรือโรดสุขภาพที่ 4 มิติได้					
3. สะท้อนพฤติกรรมสุขภาพตนเองที่เห็นภายในหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรม					
สื่อ / อุปกรณ์					
1. เครื่องเสียง + เพลงโรดโรด					
2. วีดิโอสาธิตท่าเดิน					
3. บัตรคำหลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม)					
4. แบบประเมินตนเองด้านสุขภาพ 4 มิติ					
ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ (โดยใช้หลัก “4 ส”)					
ขั้นตอน (4 ส)	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา (นาที)			
สอน	- ครูอธิบายความหมายของสุขภาพ 4 มิติ และประโยชน์ของเดินหรือโรด - นำเสนอท่าเดินพื้นฐานผ่านวีดิโอ	10 นาที			
สอดแทรก	- นักเรียนทดลองท่าท่าบนสนามจริง พร้อมครูเดินเล็ดลอดสุขภาพ	10 นาที			
เสริม	- ครูเชื่อมโยงเนื้อหาทบทวนวิธีปฏิบัติสุขภาพ เช่น ระบบโพรงหายใจ - แบ่งกลุ่มนักเรียนฝึกท่าบนชุดที่ 4 ท่าที่ได้อธิบายสุขภาพแต่ละมิติ	15 นาที			
ส่งเสริม	- จัดแสดงท่าของแต่ละกลุ่มหน้าชั้นเรียน - นักเรียนทำแบบประเมินสุขภาพตนเองก่อน/หลังเดิน	10 นาที			
สรุป & บูรณาการ	- ครูให้คะแนนและเสริมบวก + มอบดาวสุขภาพสำหรับกลุ่มที่มีพฤติกรรมดี - ถอดบทเรียนจากกิจกรรมผ่านการเล่นกลุ่ม / exit ticket	5 นาที			

[illegible]

2. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

1) ครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้เป็นไปตามแผนการจัดการเรียนรู้

ครูมีการศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสุขภาพนักเรียน เช่น พฤติกรรมทางกาย สุขภาพจิตเบื้องต้น กำหนดวัตถุประสงค์ของกิจกรรม เลือกเพลงและออกแบบท่าทางแอโรบิกให้เหมาะกับช่วงวัยและความสามารถของนักเรียน เตรียมเครื่องมือการประเมิน เช่น แบบประเมินก่อน/หลังกิจกรรม



2) นักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

นักเรียนมีการระดมความคิดร่วมกัน (Brainstorming) จัดกิจกรรมกลุ่มย่อยให้นักเรียนเสนอท่าเต้นที่ชอบหรือคิดว่าน่าสนใจ เปิดพื้นที่ให้พูดถึงเพลงและท่าที่เหมาะสมกับช่วงวัย และวัตถุประสงค์ของกิจกรรม ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกแบบชุดท่าเต้นสั้นๆ และตั้งชื่อท่า ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ผ่านการใช้วัสดุประกอบ การนำเสนอและรับเสียงสะท้อน เปิดโอกาสให้กลุ่มอื่นเสนอแนะหรือให้คะแนนความคิดสร้างสรรค์



3) ใช้สื่อการเรียนรู้ เทคโนโลยี และสารสนเทศประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ครูมีการใช้วีดิทัศน์ประกอบการสอน ใช้วีดีโอแอโรบิคจาก YouTube หรือคลิปที่จัดทำเองเพื่อสาธิตท่าทาง จัดทำแผ่นภาพหรืออินโฟกราฟิกเพื่อแสดงประโยชน์ของท่าเต้นแต่ละท่า การใช้เทคโนโลยีแอปพลิเคชันออกกำลัง ภาย เช่น FitOn, Just Dance, หรือแอปเฉพาะกลุ่ม ใช้สำหรับเป็นแนวทางการออกกำลังกาย และครูมีการบันทึกวีดีโอ การเต้นแอโรบิคของนักเรียน เพื่อใช้ในการประเมินผลทั้งก่อนและหลังในการร่วมกิจกรรม



4) มีการนิเทศเพื่อการพัฒนาคุณภาพการจัดการเรียนรู้

ปฏิทินการออกนิเทศนวัตกรรมการจัดการเรียนรู้ ปีการศึกษา 2567			
ครั้งที่	เดือน	ช่วงเวลา/สัปดาห์	เป้าหมายการนิเทศ
ครั้งที่ 1	มิถุนายน 2567	สัปดาห์ที่ 2	ตรวจสอบความพร้อมกิจกรรม: พื้นที่ อุปกรณ์ ครู-นักเรียน เข้าใจหลักการ "4 ส"
ครั้งที่ 2	กรกฎาคม 2567	สัปดาห์ที่ 4	สังเกตการเริ่มต้นกิจกรรม วิเคราะห์แผนกิจกรรมคุณภาพ 4 มิติ และสื่อที่ใช้
ครั้งที่ 3	สิงหาคม 2567	สัปดาห์ที่ 3	ติดตามความต่อเนื่องของกิจกรรมและการมีส่วนร่วมของนักเรียน
ครั้งที่ 4	กันยายน 2567	สัปดาห์ที่ 2	- ตรวจสอบการบูรณาการหลัก "4 ส" กับกิจกรรมอื่นและวิชาเรียน - นิเทศการดำเนินกิจกรรมเสริมและส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน
ครั้งที่ 5	พฤศจิกายน 2567	สัปดาห์ที่ 2	ประเมินกลางปี: วิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพ 4 มิติและสารสนเทศกิจกรรม
ครั้งที่ 6	ธันวาคม 2567	สัปดาห์ที่ 3	ติดตามการปรับแผนตามข้อเสนอแนะและผลการประเมิน
ครั้งที่ 7	มกราคม 2568	สัปดาห์ที่ 2	นิเทศกระบวนการ "สอน-สอดแทรก-เสริม-ส่งเสริม" ในกิจกรรมอย่างเป็นรูปธรรม
ครั้งที่ 8	กุมภาพันธ์ 2568	สัปดาห์ที่ 3	ติดตามผลการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของนักเรียนด้านสุขภาพ
ครั้งที่ 9	มีนาคม 2568	สัปดาห์ที่ 2	- นิเทศการสรุปผล และการวางแผนเพื่อพัฒนาต่อไป การศึกษาต่อไป - สรุปผลการนิเทศรอบปี พร้อมถอดบทเรียนและข้อเสนอแนะเชิงระบบ เพื่อใช้ในปี 2568



แบบบันทึกการนิเทศ ติดตาม และประเมินผล				
ในการนำนวัตกรรม				
"การส่งเสริมพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกมน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต 2 โดยใช้หลัก 4 ส ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ประจำปีการศึกษา 2567"				
วัน/เดือน/ปี	ผู้รับการนิเทศ	เรื่อง/พื้นที่	ข้อเสนอแนะ/ข้อคิดเห็น ของผู้นิเทศ	การปฏิบัติตาม/ข้อเสนอแนะ
ครั้งที่ 1	นางสาว...	...	...	...
ครั้งที่ 2	...	...	...	...
ครั้งที่ 3	...	...	...	...
ครั้งที่ 4	...	...	...	...
ครั้งที่ 5	...	...	...	...
ครั้งที่ 6	...	...	...	...
ครั้งที่ 7	...	...	...	...
ครั้งที่ 8	...	...	...	...
ครั้งที่ 9	...	...	...	...

มีการแต่งตั้งคณะกรรมการในการนิเทศ ติดตาม การดำเนินงานการจัดการกิจกรรมของนวัตกรรม และมีปฏิทินกำหนดวัน เพื่อออกนิเทศที่ชัดเจน และนำผลการนิเทศมาพัฒนา ปรับปรุง แก้ไข ต่อไป

5) นำผลการจัดการเรียนรู้ไปปรับปรุงและพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แอโรบิกเชิงบูรณาการภายใต้โครงสร้างนวัตกรรม 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ได้รับการนำมาวิเคราะห์โดยครูผู้สอนอย่างเป็นระบบ เพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบในการปรับปรุงและพัฒนา กิจกรรมให้มีความเหมาะสมกับศักยภาพของผู้เรียน จากการประเมินผลด้านพฤติกรรมสุขภาพ ทักษะการเคลื่อนไหว การมีส่วนร่วม และเจตคติของผู้เรียน ครูได้วางแผนทางการพัฒนาเพิ่มเติมดังนี้

1. ปรับระดับความเข้มข้นของท่าแอโรบิกให้เหมาะสมกับระดับความสามารถของผู้เรียนแต่ละกลุ่ม
2. เพิ่มการสอดแทรกเนื้อหาด้านโภชนาการอย่างต่อเนื่องโดยอิงจากผลโภชนาการนักเรียนรายบุคคล
3. ส่งเสริมกิจกรรมแบบต่อเนื่อง เช่น การประกวด หรือบทบาทผู้นำสุขภาพ เพื่อเพิ่มแรงจูงใจ

ครูยังได้นำผลการจัดการเรียนรู้แต่ละครั้งเข้าสู่กระบวนการ PDCA (Plan-Do-Check-Act) เพื่อพัฒนาอย่างต่อเนื่อง และจัดการเรียนการสอนในครั้งถัดไปให้มีความสอดคล้องกับผลที่ได้ ทั้งในเชิงคุณภาพของผู้เรียน และ ประสิทธิภาพของกิจกรรมโดยรวมกระบวนการดังกล่าวทำให้กิจกรรมมีความต่อเนื่อง น่าสนใจ และเกิดผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรมในการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนได้อย่างยั่งยืน



ภาพ : การปรับระดับความเข้มข้นของท่าแอโรบิกให้เหมาะสมกับระดับความสามารถของผู้เรียนแต่ละกลุ่ม

3. การพัฒนาสื่อการเรียนรู้

- 1) ออกแบบและพัฒนาสื่อนวัตกรรมเทคโนโลยีให้มีคุณภาพสะดวกต่อการใช้ประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ครูผู้สอนได้ดำเนินการออกแบบและพัฒนาสื่อนวัตกรรมเทคโนโลยีเพื่อใช้ประกอบกิจกรรมการเรียนรู้ตาม กรอบนวัตกรรม 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ภายใต้กิจกรรมแอโรบิก โดยเน้นความสอดคล้องกับ วัตถุประสงค์การเรียนรู้ ความสะดวกในการใช้งาน และความสามารถในการสร้างการมีส่วนร่วมของผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง โดยกระบวนการออกแบบประกอบด้วย

1. วิเคราะห์เป้าหมายและบริบทของกิจกรรม ศึกษามาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัด และคุณลักษณะของผู้เรียนเพื่อนำมาประกอบการเลือกชนิดของสื่อ วิเคราะห์ความพร้อมด้านเทคโนโลยีของสถานศึกษา เช่น อุปกรณ์ที่ใช้ได้จริง โปรแกรมที่ครูถนัด

2. ออกแบบเนื้อหาและรูปแบบของสื่อให้เหมาะสมกับ 4 ส

- 1) สอน: สื่อวีดิโอสาธิตท่าแอโรบิกพร้อมคำอธิบาย

2) สอดแทรก: อินโฟกราฟิกแสดงประโยชน์ทางสุขภาพในแต่ละท่าผ่านแอป เช่น Canva

3) เสริม: แบบฝึกประเมินตนเองผ่าน Google Forms หรือการดัดกิจกรรมรายบุคคล

4) ส่งเสริม: ติดตามพัฒนาการของนักเรียนผ่าน Excel หรือ Power

3. พัฒนาและทดลองใช้ ทดลองใช้สื่อในชั้นเรียน และเก็บข้อมูลจากการสะท้อนผลของนักเรียนและครู เพื่อปรับปรุงเนื้อหา รูปแบบ หรือช่องทางนำเสนอให้เหมาะสมกับความสามารถและความสนใจของผู้เรียน

4. ประเมินคุณภาพและความสะดวกในการใช้งาน ประเมินตามเกณฑ์ด้านความชัดเจน น่าสนใจ ใช้งานง่าย และส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ปรับให้สื่อรองรับการใช้งานหลากหลายอุปกรณ์ เช่น โทรศัพท์ แท็บเล็ต หรือคอมพิวเตอร์ สื่อนวัตกรรมที่พัฒนาขึ้นนี้ไม่เพียงแต่ส่งเสริมการเรียนรู้ในกิจกรรมแอโรบิกเท่านั้น แต่ยังเป็นเครื่องมือสำคัญในการกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ การมีส่วนร่วม และการเรียนรู้เชิงสุขภาพ 4 มิติ ของผู้เรียนในบริบทการศึกษาแบบใหม่ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ



ภาพ : ประเมินคุณภาพและความสะดวกในการใช้งาน และการมีส่วนร่วม และการเรียนรู้เชิงสุขภาพ 4 มิติ ของผู้เรียนในบริบทการศึกษาแบบใหม่ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

2) นักเรียนมีส่วนร่วมในการออกแบบ เลือกใช้ ผลิตและพัฒนาคุณภาพของสื่อนวัตกรรมเทคโนโลยี

นักเรียนมีบทบาทสำคัญในการออกแบบ เลือกใช้ ผลิต และพัฒนาสื่อนวัตกรรมเทคโนโลยีเพื่อประกอบกิจกรรมแอโรบิก ภายใต้กรอบนวัตกรรม 4 ส โดยมีการส่งเสริมจากครูให้เกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและสร้างสรรค์อย่างแท้จริง ดังนี้

การออกแบบ นักเรียนร่วมระดมความคิดเพื่อกำหนดหัวข้อ รูปแบบ และสาระของสื่อ เช่น “ชุดท่าเต้นเสริมภูมิคุ้มกัน” หรือ “อินโฟกราฟิกสุขภาพจากการเต้น”

การเลือกใช้ นักเรียนสำรวจเครื่องมือเทคโนโลยี เช่น Canva หรือ แอปแอโรบิก แล้วเลือกใช้ให้เหมาะสมกับเป้าหมาย 4 ส เช่น ทดลองใช้และเปรียบเทียบความเหมาะสมของแต่ละแพลตฟอร์ม พร้อมสะท้อนการเรียนรู้ที่ได้รับ

การผลิต นักเรียนผลิตสื่อด้วยตนเอง เช่น วิดีโอท่าเต้น แอปจำลองการออกกำลังกาย

การพัฒนาคุณภาพ นักเรียนประเมินคุณภาพสื่อจากเกณฑ์ที่กำหนดร่วมกัน เช่น ความเข้าใจง่าย ความน่าสนใจ ความปลอดภัยในการใช้งาน ปรับแก้เนื้อหาและรูปแบบให้ดีขึ้นโดยการใช้ผลประเมินตนเองหรือจากผู้อื่น

การมีส่วนร่วมในลักษณะนี้ช่วยให้นักเรียนเกิดทักษะ มีสุขภาพที่แข็งแรงและมีความพร้อมในการเรียนรู้ เช่น การทำงานเป็นทีม การคิดสร้างสรรค์ การใช้เทคโนโลยีเพื่อพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของตนเองและผู้อื่น โดยครูเป็นผู้อำนวยความสะดวกการเรียนรู้ที่เสริมแรงอย่างต่อเนื่องในทุกขั้นตอนของนวัตกรรม 4 ส



ภาพ : ประเมินคุณภาพและความสะดวกในการใช้งาน และการมีส่วนร่วม และการเรียนรู้เชิงสุขภาพ 4 มิติ ของผู้เรียนในบริบทการศึกษาแบบใหม่ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

3) สื่อนวัตกรรมเทคโนโลยี แหล่งการเรียนรู้ได้สอดคล้องกับเป้าหมายและกิจกรรมการเรียนรู้

ครูผู้สอนได้คัดเลือกและใช้สื่อนวัตกรรมเทคโนโลยีและแหล่งการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับเป้าหมายการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามนวัตกรรม 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ผ่านกิจกรรมแอโรบิก โดยมีหลักการในการคัดเลือกสื่อ ได้แก่ ความเหมาะสมกับระดับผู้เรียน ความสอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ และความสามารถในการสร้างแรงจูงใจในการพัฒนาสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน โดยมีแนวทางการใช้ในแต่ละช่วงของกิจกรรม ดังนี้

สอน ใช้วิดีโอแอโรบิกประกอบการสาธิตท่าทางอย่างถูกต้อง เช่น คลิปจาก YouTube หรือวิดีโอที่ครูจัดทำเอง

สอดแทรก ใช้แอปพลิเคชันด้านโภชนาการ เพื่อสอดแทรกองค์ความรู้ด้านสุขภาพในระหว่างกิจกรรม

เสริม ส่งเสริม นักเรียนให้ใช้เครื่องมือออกแบบ เช่น Canva ในการสร้างโปสเตอร์หรือชุดท่าเต้นแนะนำ

ส่งเสริม ใช้เครื่องมือประเมินผลออนไลน์ เช่น Google Forms เพื่อรวบรวมข้อมูลความพึงพอใจและ

พัฒนาการ



ภาพ : มีการออกแบบท่าเต้นจาก คลิปจาก YouTube

4) มีการประเมินสื่อการเรียนรู้ โดยการมีส่วนร่วมของผู้เรียน

การประเมินสื่อการเรียนรู้ในกิจกรรมตามนวัตกรรม 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ได้รับการออกแบบให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมอย่างมีความหมาย โดยเน้นการสะท้อนคิด การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการใช้เกณฑ์ร่วมกันในการพิจารณาคุณภาพของสื่อ โดยมีแนวทางการดำเนินการดังนี้

1. การตั้งเกณฑ์ร่วมกัน ครูและนักเรียนร่วมกันกำหนดเกณฑ์การประเมิน เช่น ความเข้าใจง่าย ความน่าสนใจ ความเหมาะสมกับวัย ความปลอดภัย

2. การประเมินรายบุคคลและกลุ่ม นักเรียนประเมินสื่อที่ใช้ในห้องเรียน เช่น วิดีโอ อินโฟกราฟิก หรือแอปแอโรบิค ผ่านแบบประเมินเชิงเลือกตอบและแบบสะท้อนคิด จัดกิจกรรมกลุ่มแลกเปลี่ยนความคิดเห็น

3. การเสนอแนะปรับปรุงสื่อ นักเรียนเสนอแนวทางการพัฒนา เช่น การเพิ่มคำอธิบายภาษาไทย ท่าทางที่ชัดเจนขึ้น หรือการใช้เสียงประกอบ ครูบันทึกข้อเสนอแนะเพื่อปรับสื่อในครั้งต่อไป

4. การประเมินผลเชิงพฤติกรรม นักเรียนสะท้อนพฤติกรรมหลังใช้สื่อ เช่น ความสนใจ ความตั้งใจ หรือความมั่นใจในการเต้น ครูสังเกตและเก็บข้อมูลเพื่อนำไปปรับการใช้สื่อให้เหมาะกับนักเรียนแต่ละกลุ่ม

การมีส่วนร่วมในกระบวนการประเมินนี้ไม่เพียงแต่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเป็นเจ้าของการเรียนรู้เท่านั้น แต่ยังเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาและปรับปรุงคุณภาพของสื่อให้ตอบสนองต่อบริบทและความต้องการของผู้เรียนได้อย่างแท้จริง



ภาพ : มีการประเมินสื่อการเรียนรู้ โดยการมีส่วนร่วมของผู้เรียน

5) นำผลการประเมินมาใช้ในการพัฒนาปรับปรุงสื่อการเรียนรู้ให้มีคุณภาพ ดังนี้

ผลการประเมินสื่อการเรียนรู้ในกิจกรรมตามนวัตกรรม 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ได้รับการวิเคราะห์จากผู้เรียน ครูผู้สอน และผู้มีส่วนร่วมในบริบทสถานศึกษา โดยมุ่งเน้นความเข้าใจง่าย ความน่าสนใจ ความปลอดภัยในการใช้งาน และความสอดคล้องกับเป้าหมายการเรียนรู้ เพื่อให้สื่อมีคุณภาพยิ่งขึ้น ครูผู้สอนได้นำผลการประเมินมาใช้ในการปรับปรุงสื่อในมิติหลัก ดังนี้

1. ด้านเนื้อหา ปรับภาษาให้เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน โดยลดภาษาทางวิชาการหรือใช้คำศัพท์ภาพประกอบเพิ่มความเข้าใจ เพิ่มข้อมูลเชิงสุขภาพหรือโภชนาการให้ครบถ้วนตามข้อเสนอแนะ เช่น บอกพลังงานที่เผาผลาญในแต่ละท่า

2. ด้านรูปแบบการนำเสนอ ปรับโทนสี ตัวอักษร และองค์ประกอบกราฟิกให้ดูชัดเจนและน่าสนใจมากขึ้น

3. ด้านการใช้งาน ปรับสื่อให้สามารถใช้งานได้ผ่านหลายอุปกรณ์ เช่น โทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต คอมพิวเตอร์

4. ด้านการตอบสนองเป้าหมาย เชื่อมโยงทำทางในสื่อกับตัวชี้วัด หรือผลการเรียนรู้ที่วางไว้อย่างชัดเจน เช่น การพัฒนาสมรรถภาพ การวิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพ เสริมกิจกรรมสะท้อนคิดหรือคำถามปลายเปิด ในสื่อ เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้อย่างมีวิจารณญาณ



ตารางการผลิตสื่อกิจกรรมแะโรบิค

4. การวัดและประเมินผล

1) เลือก วางแผน และออกแบบเครื่องมือวิธีการวัดประเมินผลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของ นวัตกรรม มีขั้นตอนการวางแผนและออกแบบเครื่องมือวัดผลอย่างเป็นระบบ ดังนี้

1. วิเคราะห์วัตถุประสงค์ของนวัตกรรม

- เสริมสร้างสุขภาพนักเรียนทั้ง 4 มิติ: กาย จิต สังคม ปัญญา
- ใช้หลัก 4 ส เป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมแะโรบิค
- มุ่งเน้นพัฒนาทักษะสุขภาพที่ยั่งยืนโดยบูรณาการในบริบทโรงเรียน

2. กำหนดตัวชี้วัดผลลัพธ์ตาม 4 มิติสุขภาพ

มิติสุขภาพ	ตัวชี้วัดเชิงพฤติกรรม	ประเภทเครื่องมือที่เหมาะสม
กาย	ความทนทานทางร่างกาย, ความถนัดในการออกกำลังกาย	แบบทดสอบสมรรถภาพกาย, checklist, แบบวัดและประเมินด้านร่างกาย
จิต	ทัศนคติเชิงบวก, การจัดการอารมณ์	แบบสอบถามทัศนคติ (Likert scale), สมุดสะท้อนความคิด, แบบวัดและประเมินความเครียด
สังคม	ความร่วมมือในกลุ่ม, การเคารพผู้อื่น	แบบสังเกต, rubric พฤติกรรม, แบบวัดและประเมินการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่น
ปัญญา	ความเข้าใจเรื่องสุขภาพ, การคิดวิเคราะห์	แบบวัดความรู้, บทสนทนาเชิงลึก, แบบวัดและประเมินด้านปัญญา

3. การกำหนดเครื่องมือให้สัมพันธ์กับหลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม)

- สอน: ใช้แบบวัดความรู้ก่อน/หลังการเรียนรู้
- สอดแทรก: แบบสังเกตพฤติกรรมระหว่างกิจกรรม
- เสริม: แบบสอบถามทัศนคติ/เจตคติที่สะท้อนการเรียนรู้เชิงบวก
- ส่งเสริม: แบบประเมินพฤติกรรมต่อเนื่อง (เช่น สมุดติดตามสุขภาพรายสัปดาห์)

4. ออกแบบโครงสร้างเครื่องมือประเมิน

- แบบสอบถาม: คำถามชนิดเลือกตอบ, Likert Scale 5 ระดับ
- แบบสังเกต: rubric 3-5 ระดับ พร้อมเกณฑ์พฤติกรรม

- แบบประเมินก่อน-หลัง: มีคำถามชุดเดียวกันเพื่อเปรียบเทียบความเปลี่ยนแปลง
- แบบสะท้อนผลการเรียนรู้: ใช้คำถามปลายเปิด

5. การทดลองใช้และปรับปรุงเครื่องมือ

- ทดลองกับกลุ่มย่อยก่อน
- ตรวจสอบความตรง (Content Validity) ด้วยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านขึ้นไป
- วิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) เช่น Cronbach's alpha
- ปรับคำถามให้ชัดเจน เข้าใจง่าย และไม่ลำเอียง

6. การวางแผนประเมินผลเชิงระบบ (PDCA)

ขั้นตอน	รายละเอียด
P: Plan	วางแผนวัตถุประสงค์, ตัวชี้วัด, ประเภทเครื่องมือ
D: Do	ดำเนินการกิจกรรมแอโรบิก พร้อมเก็บข้อมูลด้วยเครื่องมือ
C: Check	วิเคราะห์ข้อมูล, เปรียบเทียบผล pre-post
A: Act	ปรับปรุงกิจกรรม/เครื่องมือ, ขยายผลไปสู่แผนยุทธศาสตร์โรงเรียน

2) สร้างและพัฒนาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวัดและประเมินผลได้อย่างเหมาะสมและถูกต้องตามหลักวิชาการ

แบบประเมินสุขภาพ 4 มิติของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2566

แบบสอบถามฉบับนี้และแบบประเมินผล (ดูภาพที่แนบ) จะเข้าร่วมกิจกรรมต้นแบบแอโรบิก

ผู้ตอบแบบสอบถาม : ชื่อ - นามสกุล (นามสกุล) นามสกุล (นามสกุล) นามสกุล (นามสกุล)

คำชี้แจง : ให้ผู้ตอบแบบสอบถาม 4 มิติ (ดูภาพที่แนบ) และให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

• รูปแบบการให้คะแนน : 1 = ไม่ค่อย 2 = น้อยมาก 3 = ปานกลาง 4 = มาก 5 = มากที่สุด

ข้อ	รายการ	1	2	3	4	5
1	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		2	10	20	11
2	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		3	10	14	
3	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		2	45	16	
4	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		2	45	21	
5	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		2	10	30	14
6	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		5	10	45	14
7	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		5	10	32	19
8	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		8	39	102	
รวม		0	14	57	311	106

รวมค่าเฉลี่ย (ค่าเฉลี่ย) : 85.45

แบบประเมินสุขภาพ 4 มิติของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น (ดูภาพที่แนบ) จะเข้าร่วมกิจกรรมต้นแบบแอโรบิก

ผู้ตอบแบบสอบถาม : ชื่อ - นามสกุล (นามสกุล) นามสกุล (นามสกุล) นามสกุล (นามสกุล)

คำชี้แจง : ให้ผู้ตอบแบบสอบถาม 4 มิติ (ดูภาพที่แนบ) และให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

• รูปแบบการให้คะแนน : 1 = ไม่ค่อย 2 = น้อยมาก 3 = ปานกลาง 4 = มาก 5 = มากที่สุด

ข้อ	รายการ	1	2	3	4	5
1	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		5	5	40	11
2	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		5	2	40	14
3	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		5	2	40	14
4	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		10	30	21	
5	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		5	2	40	14
6	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		5	2	40	14
7	ฉันรู้สึกเหนื่อยเมื่อออกกำลังกาย		5	2	40	14
รวม		30	20	270	102	30

รวมค่าเฉลี่ย (ค่าเฉลี่ย) : 87.12



QR Code : แบบสรุป/เครื่องมือที่ใช้ในการวัดและประเมินผล สุขภาพ 4 มิติ
จากการร่วมกิจกรรมต้นแบบแอโรบิก
(และแบบสรุปผลซึ่งเปรียบเทียบกับกัน ระหว่างปีการศึกษา 2566 และ 2567)

3) นำเครื่องมือไปใช้และกำหนดเกณฑ์การประเมินได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง



เครื่องมือวัดสุขภาพ 4 มิติ

4) นำผลของการวัดและประเมินผลเพื่อออกแบบวางแผนและดำเนินการพัฒนาคุณภาพทางการศึกษาและการจัดการเรียนรู้อย่างเป็นระบบต่อเนื่อง ดังนี้

ขั้นที่ 1: วิเคราะห์ผลประเมินเพื่อระบุจุดแข็ง-จุดอ่อน

- 1) วิเคราะห์จากแบบประเมินก่อน-หลังกิจกรรม (Pre-Post Test)
- 2) ตรวจสอบผลด้านพฤติกรรมสุขภาพ ความรู้ และเจตคติ
- 3) ใช้สารสนเทศ (Data Dashboard หรือแผนภูมิ) ในการสรุปผลภาพรวม

ขั้นที่ 2: ออกแบบแผนพัฒนาตามผลประเมิน (Plan)

- 1) วางแผนปรับปรุงกิจกรรมเอบริกหรือสื่อเรียนรู้ เช่น ปรับจังหวะเพลง รูปแบบการนำเสนอ หรือเสริมกิจกรรมสนุก ๆ

ขั้นที่ 3: ดำเนินกิจกรรมพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (Do)

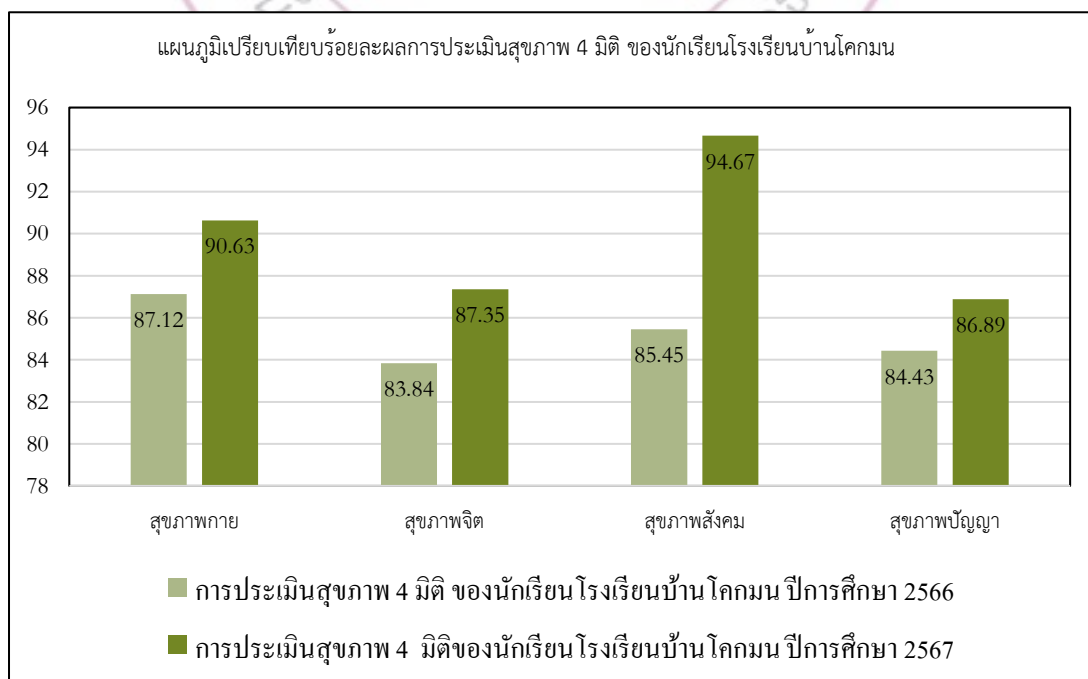
- 1) พัฒนา “รุ่นทดลอง” ของกิจกรรมที่ปรับใหม่ หรือสื่อใหม่ตามข้อเสนอแนะ
- 2) ใช้เทคโนโลยีประกอบ เช่น Video-Based Learning, Infographic, AR/VR

ขั้นที่ 4: ตรวจสอบผลลัพธ์รอบใหม่ (Check)

- 1) เก็บข้อมูลเปรียบเทียบก่อน-หลังการปรับกิจกรรมหรือสื่อ
- 2) ใช้แบบประเมินทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เช่น ความพึงพอใจ ความเข้าใจ หรือพฤติกรรมสุขภาพ

ขั้นที่ 5: ปรับปรุงต่อเนื่องตามวงจร PDCA (Act)

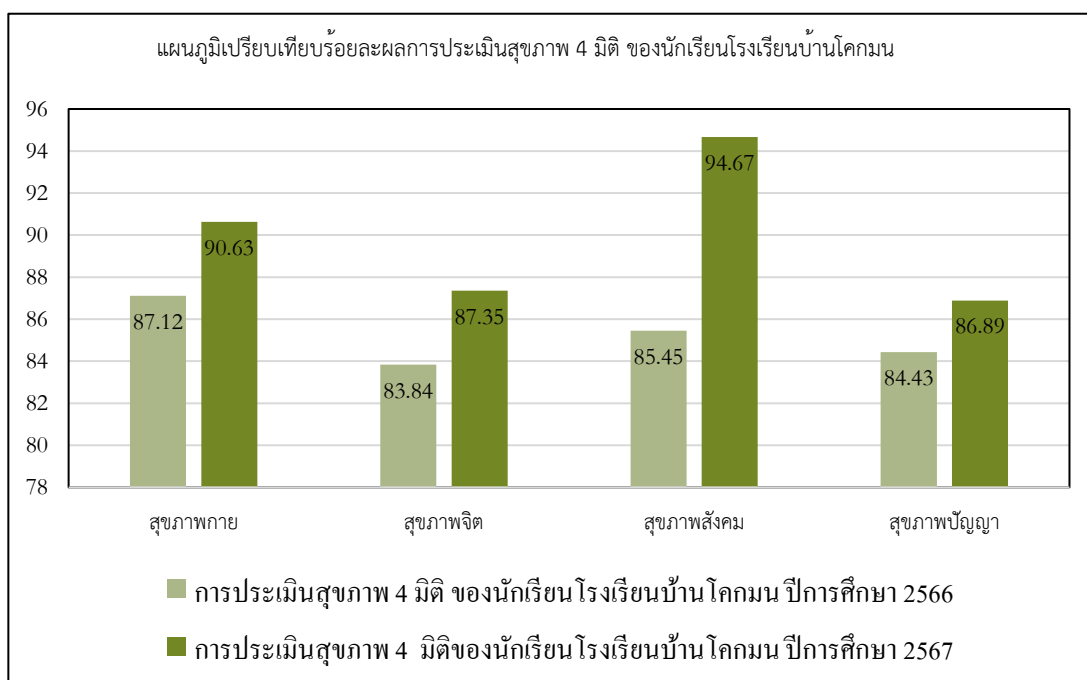
- 1) ประชุมทบทวนกับทีมดำเนินการ/ครู เพื่อสรุปผลและวางแผนรอบต่อไป
- 2) จัดทำรายงานสรุปผลการพัฒนา พร้อมเสนอแผนการนำไปใช้ในระยะถัดไป
- 3) ขยายผลสู่ระดับชั้นอื่นหรือโรงเรียนอื่น โดยปรับตามบริบท



จากแผนภูมิเปรียบเทียบร้อยละผลการประเมินสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน พบว่า ปีการศึกษา 2567 การประเมินสุขภาพ 4 มิติ เพิ่มขึ้นทุกมิติ จากการร่วมกิจกรรมต้นแอรบิค โดยด้านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่น (สุขภาพสังคม) คิดเป็นร้อยละ 94.67 ด้านร่างกาย (สุขภาพกาย) คิดเป็นร้อยละ 90.63 ด้านความเครียด (สุขภาพจิต) คิดเป็นร้อยละ 87.35 และด้านปัญญา (สุขภาพปัญญา) 86.89 ตามลำดับ

ด้านที่ควรพัฒนาให้สูงขึ้นต่อไป คือด้านปัญญา ซึ่งมีค่าร้อยละที่น้อยที่สุด คือ 86.89

5) วิเคราะห์ข้อมูลสารสนเทศที่ได้จากการวัดและประเมินผล นำเสนอต่อนักเรียน ผู้ปกครอง และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อรับทราบพัฒนาการ



ปีการศึกษา	สุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน				สรุปร้อยละ (สุขภาพ 4 มิติ)
	ด้านร่างกาย	ด้านจิต	ด้านสังคม	ด้านปัญญา	
2566	87.12	83.84	85.45	84.43	85.21
2567	90.63	87.35	94.67	86.89	89.89

จากแผนภูมิเปรียบเทียบร้อยละผลการประเมินสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน พบว่า ปีการศึกษา 2567 การประเมินสุขภาพ 4 มิติ เพิ่มขึ้นทุกมิติ จากการร่วมกิจกรรมต้นแอรบิค โดยด้านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่น (สุขภาพสังคม) คิดเป็นร้อยละ 94.67 ด้านร่างกาย (สุขภาพกาย) คิดเป็นร้อยละ 90.63 ด้านความเครียด (สุขภาพจิต) คิดเป็นร้อยละ 87.35 และด้านปัญญา (สุขภาพปัญญา) 86.89 ตามลำดับ ด้านที่ควรพัฒนาให้สูงขึ้นต่อไป คือด้านปัญญา ซึ่งมีค่าร้อยละที่น้อยที่สุด คือ 86.89

จากการดำเนินกิจกรรม การใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ผ่านกิจกรรมแอรบิค ในปีการศึกษา 2567 มีผลเฉลี่ยร้อยละของสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน เท่ากับ 89.89 ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ คือ นักเรียนร้อยละ 85 ขึ้นไป ได้รับการพัฒนา แก้ไข ให้มีสุขภาพ 4 มิติ ที่ดีขึ้น

3.3 ผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียน

1. ผู้เรียนมีผลการพัฒนาที่เกิดขึ้นจากการใช้วัตรกรรม

1) ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจในการใช้วัตรกรรมเป็นไปตามเป้าหมายการพัฒนา

จากการจัดกิจกรรมแอโรบิก โดยใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ภายใต้วัตรกรรมส่งเสริมสุขภาพ 4 มิติ พบว่านักเรียนสามารถแสดงออกถึงความรู้และความเข้าใจได้อย่างเป็นรูปธรรม ทั้งในด้านความรู้ เนื้อหาสุขภาพ ทักษะการปฏิบัติ และเจตคติที่ดีต่อการมีสุขภาพที่ยั่งยืน

มิติสุขภาพ	ความรู้/ความเข้าใจที่พัฒนา	ตัวอย่างหลักฐาน
กาย	เข้าใจหลักการออกกำลังกายและประโยชน์ของแอโรบิก	ตอบแบบสอบถามได้ถูกต้อง $\geq 80\%$
จิต	ตระหนักถึงผลดีของการเคลื่อนไหวต่อความเครียดและอารมณ์	เขียน Reflection บ่งชี้ว่ารู้สึกผ่อนคลาย
สังคม	เข้าใจบทบาทของการทำงานร่วมกันและเคารพผู้อื่นในกิจกรรม	คะแนน rubric พฤติกรรมร่วมกิจกรรมดีมาก
ปัญญา	วิเคราะห์วิธีดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างมีวิจารณญาณ	ตอบคำถามปลายเปิดเชิงวิเคราะห์อย่างชัดเจน

การเชื่อมโยงกับหลัก 4 ส เพื่อพัฒนาความเข้าใจ

1. สอน: นักเรียนได้รับข้อมูลพื้นฐานทางสุขภาพและหลักการผ่านกิจกรรมแนะนำ
2. สอดแทรก: ความรู้ถูกฝังในแต่ละขั้นตอนของกิจกรรมโดยไม่รู้ตัว เช่น คำอธิบายท่าทางการเคลื่อนไหว
3. เสริม: มีกิจกรรมเพิ่มเติมเช่น mini-game หรือ discussion เพื่อทบทวนความเข้าใจ
4. ส่งเสริม: นักเรียนมีโอกาสเลือกทำที่สื่อถึงสุขภาพตามความสนใจ และต่อยอดสู่พฤติกรรมจริง

ผลจากกิจกรรมแอโรบิกตามแนวคิด 4 ส สะท้อนให้นักเรียนสามารถเข้าใจแนวคิดสุขภาพทั้ง 4 มิติได้อย่างครอบคลุม โดยไม่จำกัดอยู่แค่ความรู้เชิงทฤษฎี แต่สามารถนำไปปฏิบัติและสร้างความเปลี่ยนแปลงเชิงพฤติกรรมตามเป้าหมายของวัตรกรรม

2) ผู้เรียนมีทักษะความสามารถในการใช้วัตรกรรมเป็นไปตามเป้าหมายการพัฒนา

นักเรียนมีทักษะความสามารถในการใช้วัตรกรรมการพัฒนาสุขภาพ 4 มิติผ่านกิจกรรมแอโรบิกอย่างมีประสิทธิภาพ โดยสามารถแสดงออกถึงพฤติกรรมเชิงสุขภาพที่สอดคล้องกับหลัก 4 ส ได้แก่ การเรียนรู้แบบสอน สอดแทรก เสริม และส่งเสริม ทั้งในด้านกาย จิต สังคม และปัญญา ซึ่งสะท้อนถึงความเข้าใจเชิงกระบวนการ การปฏิบัติ และการสื่อสารสุขภาพได้อย่างเหมาะสมตามเป้าหมายการพัฒนา

1. ด้านร่างกาย นักเรียนสามารถฝึกท่าทางแอโรบิกได้อย่างถูกต้องและต่อเนื่องมีความแข็งแรงและความคล่องแคล่วเพิ่มขึ้นตามแบบทดสอบสมรรถภาพ
2. ด้านจิต นักเรียนแสดงความมั่นใจ ความสุข และผ่อนคลายขณะร่วมกิจกรรม มีทักษะในการจัดการอารมณ์และแสดงออกเชิงบวก สามารถตั้งเป้าหมายด้านสุขภาพส่วนตัวได้อย่างสร้างสรรค์
3. ด้านสังคม นักเรียนร่วมมือกับผู้อื่นในการทำกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพ มีทักษะการสื่อสารและแสดงพฤติกรรมที่เคารพต่อกัน ส่งเสริมบรรยากาศการเรียนรู้ที่อบอุ่นและปลอดภัย

4. ด้านปัญญา นักเรียนสามารถวิเคราะห์และอธิบายประโยชน์ของการออกกำลังกาย เชื่อมโยงหลักการ 4 ส เข้ากับการดูแลสุขภาพในชีวิตประจำวัน มีทักษะในการใช้ข้อมูลสุขภาพเพื่อพัฒนาตนเองอย่างมีวิจารณญาณ

3) ผู้เรียนมีคุณลักษณะ สมรรถนะ เจตคติ หรือความพึงพอใจในการใช้นวัตกรรมเป็นไปตามเป้าหมายการพัฒนา

จากการดำเนินกิจกรรมนวัตกรรมแอโรบิคส่งเสริมสุขภาพ 4 มิติ โดยบูรณาการหลัก 4 ส พบว่านักเรียนมีคุณลักษณะ สมรรถนะ และเจตคติที่สะท้อนถึงความเข้าใจและการนำไปปฏิบัติได้จริง ทั้งในเชิงสุขภาพ พฤติกรรม และการเรียนรู้ โดยแสดงออกในรูปแบบของการมีส่วนร่วม การแสดงออกเชิงบวก และความพึงพอใจต่อกิจกรรมอย่างมีคุณภาพ

หมวด	การแสดงออกที่พบ
คุณลักษณะ	มีระเบียบวินัย ใส่ใจสุขภาพ รู้จักรับผิดชอบตนเอง
สมรรถนะ	มีทักษะการเคลื่อนไหว การร่วมกิจกรรม และการวิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพ
เจตคติ	แสดงความสนใจ ความสุข ความมุ่งมั่น และการเห็นคุณค่าของกิจกรรม
ความพึงพอใจ	ชื่นชมเนื้อหากิจกรรม และเห็นว่ากิจกรรมมีประโยชน์

ตอบโจทย์สุขภาพ 4 มิติ: กาย จิต สังคม ปัญญา ด้วยกิจกรรมที่กระตุ้นทั้งร่างกายและความคิด

สะท้อนผลผ่านหลัก 4 ส: สอนความรู้พื้นฐาน, สอดแทรกทักษะในกิจกรรม, เสริมกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ และส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในชีวิตจริง

ผลการดำเนินงานสะท้อนให้นักเรียนมีคุณลักษณะและสมรรถนะด้านสุขภาพที่ดีขึ้น มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้และพฤติกรรมสุขภาพ และมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมที่จัดขึ้น โดยสอดคล้องกับเป้าหมายของนวัตกรรมการพัฒนาสุขภาพ 4 มิติผ่านหลัก 4 ส ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาเชิงคุณภาพทางการศึกษาและสุขภาพที่ยั่งยืน

ปีการศึกษา	สุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมน				สรุปร้อยละ (สุขภาพ 4 มิติ)
	ด้านร่างกาย	ด้านจิต	ด้านสังคม	ด้านปัญญา	
2566	87.12	83.84	85.45	84.43	85.21
2567	90.63	87.35	94.67	86.89	89.89

จากการดำเนินกิจกรรม การใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) ผ่านกิจกรรมแอโรบิค ในปีการศึกษา 2567 มีผลเฉลี่ยร้อยละของสุขภาพ 4 มิติ ของนักเรียน เท่ากับ 89.89 ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ คือ นักเรียนร้อยละ 85 ขึ้นไป ได้รับการพัฒนา แก้ไข ให้มีสุขภาพ 4 มิติ ที่ดีขึ้น

4) ผู้เรียนสามารถนำความรู้ ทักษะ สมรรถนะเจตคติ และคุณลักษณะไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

จากการจัดกิจกรรมแอโรบิคตามนวัตกรรมส่งเสริมสุขภาพ 4 มิติ โดยบูรณาการหลัก 4 ส ได้แก่ สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม นักเรียนสามารถนำความรู้ ทักษะ สมรรถนะ เจตคติ และคุณลักษณะที่ได้รับ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยสะท้อนผ่านการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพเชิงบวก การจัดการตนเอง และการส่งเสริมสุขภาพในครอบครัวและชุมชน

ด้าน	การประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
ความรู้	นักเรียนเข้าใจหลักการเคลื่อนไหวเพื่อสุขภาพและสามารถอธิบายให้ผู้อื่นฟังได้
ทักษะ	นำท่าทางแอโรบิกไปฝึกที่บ้านหรือชักชวนคนในครอบครัวร่วมกิจกรรม
สมรรถนะ	สามารถจัดกิจกรรมสุขภาพย่อม ๆ เช่น เดินนำกลุ่ม หรือออกแบบกิจกรรมเพื่อสุขภาพ
เจตคติ	มีทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกาย เห็นคุณค่าของการดูแลสุขภาพ
คุณลักษณะ	มีวินัย รับผิดชอบ ร่วมมือ มีน้ำใจต่อผู้อื่น

หลักการ	การเกิดผลในชีวิตนักเรียน
สอน	นักเรียนได้รับเนื้อหาสุขภาพอย่างเป็นระบบ นำไปใช้ได้จริง
สอดแทรก	ทักษะแอโรบิกแฝงอยู่ในการใช้ชีวิตประจำวันโดยธรรมชาติ
เสริม	กิจกรรมต่าง ๆ ส่งเสริมให้นักเรียนหันมาใส่ใจสุขภาพด้วยตนเอง
ส่งเสริม	นักเรียนเป็นผู้นำกิจกรรมสุขภาพในครอบครัวหรือกลุ่มเพื่อน

ผลการดำเนินกิจกรรมตามนวัตกรรมสุขภาพ 4 มิติ ผ่านหลัก 4 ส ทำให้นักเรียนสามารถนำองค์ความรู้และทักษะไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ยั่งยืน และมีความพร้อมที่จะขยายผลสู่บริบทครอบครัวและชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับเป้าหมายการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของหลักสูตรฐานสมรรถนะและยุทธศาสตร์ชาติ

5) ผู้เรียนสามารถนำความรู้ ทักษะ ไปเผยแพร่แก่บุคคลอื่นๆ ได้

ผลจากการจัดกิจกรรมแอโรบิกส่งเสริมสุขภาพ 4 มิติ โดยใช้หลัก 4 ส (สอน สอดแทรก เสริม ส่งเสริม) พบว่านักเรียนไม่เพียงแต่ได้รับความรู้และทักษะด้านสุขภาพเท่านั้น แต่ยังสามารถนำไปเผยแพร่แก่บุคคลอื่นได้อย่างมีความรับผิดชอบและสร้างผลกระทบเชิงบวก ทั้งในแง่ของการถ่ายทอดความรู้ การชักชวนบุคคลอื่นเข้าร่วมกิจกรรม และการเป็นผู้นำด้านสุขภาพในระดับเยาวชน

ด้านที่นำไปเผยแพร่	รูปแบบการถ่ายทอด
ครอบครัว	ชวนพ่อแม่หรือพี่น้องร่วมกิจกรรมแอโรบิก / สอนท่าทางพื้นฐาน
เพื่อน / โรงเรียน	จัดกลุ่มเต้นแอโรบิกในกิจกรรมหน้าเสาธง / อธิบายหลักการดูแลสุขภาพ
ชุมชน	เข้าร่วม/นำกิจกรรมสุขภาพในงานอบรม / งานวันสุขภาพ

หลัก 4 ส	การเกิดพฤติกรรมเผยแพร่
1.สอน	นักเรียนถ่ายทอดความรู้ผ่านคำอธิบายและสาธิต
2.สอดแทรก	แฝงเนื้อหาสุขภาพในกิจกรรมประจำวัน เช่น การเล่นหรือสื่อออนไลน์
3.เสริม	ปรับข้อมูลและกิจกรรมให้เหมาะกับผู้รับสาร เช่น เด็กเล็กหรือผู้สูงอายุ
4.ส่งเสริม	เป็นตัวอย่างที่ดีด้านสุขภาพให้คนรอบข้างเกิดแรงบันดาลใจ

นักเรียนสามารถประยุกต์ใช้ความรู้และทักษะจากนวัตกรรมการสุขภาพ 4 มิติได้อย่างมีความหมาย โดยสามารถเผยแพร่เนื้อหา ทำทาง และแนวคิดของการส่งเสริมสุขภาพไปยังบุคคลอื่นอย่างหลากหลาย ผ่านการสื่อสารที่เข้าใจง่าย การมีบทบาทเป็นผู้นำกิจกรรมสุขภาพ และการเชื่อมโยงหลัก 4 ส ไปสู่บริบทชีวิตจริง

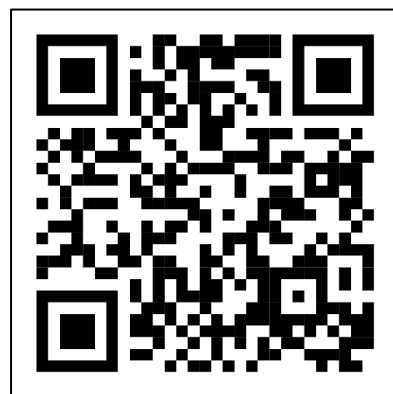
จากการที่นักเรียนได้เข้าร่วมดำเนินงานนวัตกรรมการนี้ ส่งผลให้โรงเรียนและนักเรียนได้มีผลงานและได้รับรางวัลต่างๆ ดังนี้



เกียรติบัตรนักเรียน ได้รับรางวัลที่ 1 จากการแข่งขันการออกกำลังกายแบบแอโรบิคตามซ์ รุ่นอายุ 10-15 ปี
เนื่องงานวิทยาศาสตร์แห่งชาติส่วนภูมิภาค ประจำปี 2567 ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย



เกียรติบัตรโรงเรียนบ้านโคกมน ได้รับรางวัล
รองชนะเลิศ อันดับ 1 รุ่น Per-Teenage ใน
การประกวด to be number one dancer
ระดับจังหวัดเลย ประจำปี 2566



เผยแพร่ : คลิปเต้นโชว์ในชุมชนหรือจากหน่วยงาน
อื่นที่ขอความร่วมมือมา (งานผ้าป่าวัดบ้านโคกมน)

เผยแพร่ : คลิปการแข่งขันแอโรบิคตามซ์ รุ่นอายุ 10-15 ปี
เนื่องงานวิทยาศาสตร์แห่งชาติส่วนภูมิภาค ประจำปี 2567
ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย



เผยแพร่ : คลิปเข้าร่วมการแข่งขัน to be number one
ที่โคราช ปีการศึกษา 2566

เผยแพร่ : คลิปเข้าร่วมการแข่งขัน to be number one
ที่โคราช ปีการศึกษา 2567

3.4 ขยายผล

1. การขยายผล/การใช้นวัตกรรมการศึกษา (เผยแพร่บนเว็บไซต์ที่เป็นทางการที่มีความน่าเชื่อถือหรือหน่วยงานที่ได้รับการยอมรับและมีหลักฐานการเข้าชมผลงาน)

1) มีการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ และขยายผลนวัตกรรมในระดับสถานศึกษาหรือหน่วยงาน



ภาพ : การเผยแพร่กิจกรรมในระดับสถานศึกษา



ภาพ : การเผยแพร่กิจกรรมในหน่วยงานอื่น (อบต.ผาน้อย)

ภาพ : การเผยแพร่กิจกรรมในชุมชน

2) มีการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ และขยายผลนวัตกรรมในระดับกลุ่มสถานศึกษาหรือระหว่างหน่วยงาน



ภาพ : การเผยแพร่กิจกรรมในระดับกลุ่มคุณภาพการศึกษากลุ่มผาน้อย

3) มีการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ และขยายผลนวัตกรรมในระดับเขตพื้นที่หรือระดับจังหวัด



ภาพ : การเผยแพร่กิจกรรมในระดับเขตพื้นที่การศึกษา (สพป.เลย.2)



แสดงงานดอกฝ้ายบาน ประจำปี 2567

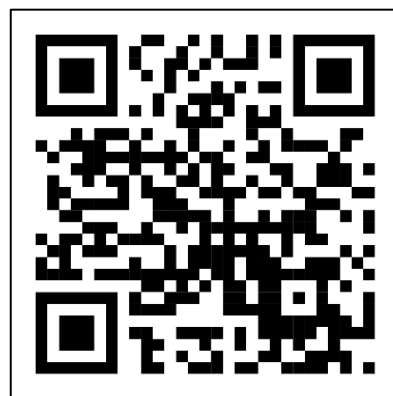


แสดงงานวิทยาศาสตร์ ประจำปี 2567

ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

ภาพ : การเผยแพร่กิจกรรมในระดับจังหวัด

4) มีการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ และขยายผลนวัตกรรมในระดับภูมิภาค



เผยแพร่ : คลิปเข้าร่วมการแข่งขัน to be number one
ที่โคราช ปีการศึกษา 2566

ภาพ : การเผยแพร่กิจกรรมในระดับภูมิภาค ณ จ.นครราชสีมา (ปี 2566)

5) มีการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ และขยายผลนวัตกรรมในระดับประเทศหรือนานาชาติ



เผยแพร่ : คลิปเข้าร่วมการแข่งขัน to be number one
ที่โคราช ปีการศึกษา 2567

ภาพ : การเผยแพร่กิจกรรม การเป็นตัวแทนสาธิตสุขจังหวัดเลยเข้าร่วมการแข่งขัน TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE THAILAND CHAMPIONSHIP 2024 รุ่น Pre-Teenage ระหว่างวันที่ 9-10 พฤศจิกายน 2567
ที่ ห้างสรรพสินค้าเดอะมอลล์ โคราช จ.นครราชสีมา



ภาพ : การเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ กิจกรรม/นวัตกรรมฯ ในช่องทาง facebook
เพื่อให้ผู้ที่สนใจไปพัฒนาต่อยอด และนำไปแก้ปัญหาตามบริบทของโรงเรียนหรือ
หน่วยงานอื่นที่มีปัญหาล้ายๆ กัน

บรรณานุกรม

กรมการแพทย์. พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550. (2550).

https://www.dms.go.th/backend/Content/Content_File/Information_Center/Attach/25621124013609AM_17.pdf

กรมอนามัย. โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบกิจการ เพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาวะใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา). (9 กุมภาพันธ์ 2567).

<https://hp.anamai.moph.go.th/th/news-anamai/216333>

ขวัญชนก กลั่นเอี่ยม และคณะ. นวัตกรรมระบบแนะแนวทางสำหรับผู้เรียน (Coaching) เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียน 4 มิติ”(สุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพสังคม และสุขภาพปัญญา). (2568).

<https://prasartvidnon.ac.th/นวัตกรรมระบบแนะแนวทางส/>

สถานีกลางสุขภาวะ – สุขภาพ 4 มิติ ตาม พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550. (26 สิงหาคม 2566).

<https://main.healthstation.in.th/news/show/1107>

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). (16 ธันวาคม 2565). สุขภาพดี 4 มิติ.

<https://www.thaihealth.or.th/สุขภาพดี-4-มิติ/>



โรงเรียนบ้านโคกมน
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต 2
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ