



คู่มือก้าวทำใจ สำหรับครู

โดย กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ
กรมอนามัย

ปรับปรุงโดย สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง กรมอนามัย



ขั้นตอน

ก้าวหัวใจ
Season 4 รหัสลับ

- ▶ ลงทะเบียนเข้าร่วมก้าวหัวใจ Season 4
- ▶ การสร้างกลุ่มประเภท โรงเรียน
- ▶ การรับนักเรียนเข้ากลุ่ม



ลงทะเบียน

ผ่านช่องทาง LINE
(สำหรับผู้ใช้สมาร์ทโฟน)



SCAN
[QR CODE]
ลงทะเบียนสมัครฟรี

1. สแกน QR code
หรือ เพิ่มเพื่อน @thnvr
2. กด “เพิ่มเพื่อน”
3. กด “แชท”



1. กดสมัคร ส่งผล ดูผล



2. กดสมัครลงทะเบียน



กด

“สมัคร ส่งผล ดูผล”

กด

“สมัครลงทะเบียน”



ลงทะเบียน



เบอร์โทรศัพท์

เลขบัตรประชาชน

เลขบัตรประชาชน 13 หลัก

รหัสผ่าน

ชื่อจริง

นามสกุล

วันเดือนปีเกิด

07/พฤศจิกายน/2565

เพศ

☒ ชาย ☐ หญิง

กรอกข้อมูล
ให้ครบถ้วน

3.กรอกข้อมูลให้ครบถ้วน

เบอร์โทรศัพท์

เลขบัตรประชาชน

เลขบัตรประชาชน 13 หลัก

รหัสผ่าน

W.ศ. 2534 – W.ศ. 2543

W.ศ. 2534	W.ศ. 2535	W.ศ. 2536
W.ศ. 2537	W.ศ. 2538	W.ศ. 2539
W.ศ. 2540	W.ศ. 2541	W.ศ. 2542
W.ศ. 2543		

07/พฤศจิกายน/2565

เพศ

☒ ชาย ☐ หญิง

การกรอกข้อมูลวันเดือนปีเกิด

1. เลือกสัญลักษณ์ปฏิทิน
 2. กดที่แถบด้านบน
- โดยเลือก
- ช่วงปี พ.ศ. ที่เกิด
 - พ.ศ.ที่เกิด
 - เดือนเกิด
 - วันที่

3.กรอกข้อมูลให้ครบถ้วน

ที่อยู่

บ้านเลขที่ / หมู่บ้าน / ซอย / ถนน

123 หมู่บ้านแก้ว ซอยเก้าใจ 55

หมู่ที่

1

จังหวัด

กรุณาเลือกจังหวัด

อำเภอ

กรุณาเลือกจังหวัดก่อน

ตำบล

กรุณาเลือกจังหวัดและอำเภอก่อน

รหัสไปรษณีย์

ยกเลิก **บันทึก**

เลือกจังหวัด
กรุงเทพมหานคร

กรุงเทพมหานคร	☒
กาญจนบุรี	☐
กาฬสินธุ์	☐
กำแพงเพชร	☐
ขอนแก่น	☐
จันทบุรี	☐
ฉะเชิงเทรา	☐
ชลบุรี	☐
ชัยนาท	☐
ชัยภูมิ	☐
ชุมพร	☐
เชียงราย	☐

เลือกจังหวัด
กรุงเทพมหานคร

ที่อยู่

บ้านเลขที่ / หมู่บ้าน / ซอย / ถนน

123 หมู่บ้านก้าวหน้า ซอยท่าใจ 55

หมู่ที่

1

จังหวัด

กรุงเทพมหานคร

อำเภอ

กรุณาเลือกอำเภอ

ตำบล

กรุณาเลือกจังหวัดและอำเภอก่อน

รหัสไปรษณีย์

ยกเลิก

บันทึก

กรอกข้อมูล
ให้ครบถ้วน

4.กดบันทึก

หมู่ที่

4

จังหวัด

นนทบุรี

อำเภอ

อำเภอเมืองนนทบุรี

ตำบล

ตำบลตลาดขวัญ

รหัสไปรษณีย์

11000

ยกเลิก

บันทึก

เมื่อกรอกข้อมูล
ครบแล้ว

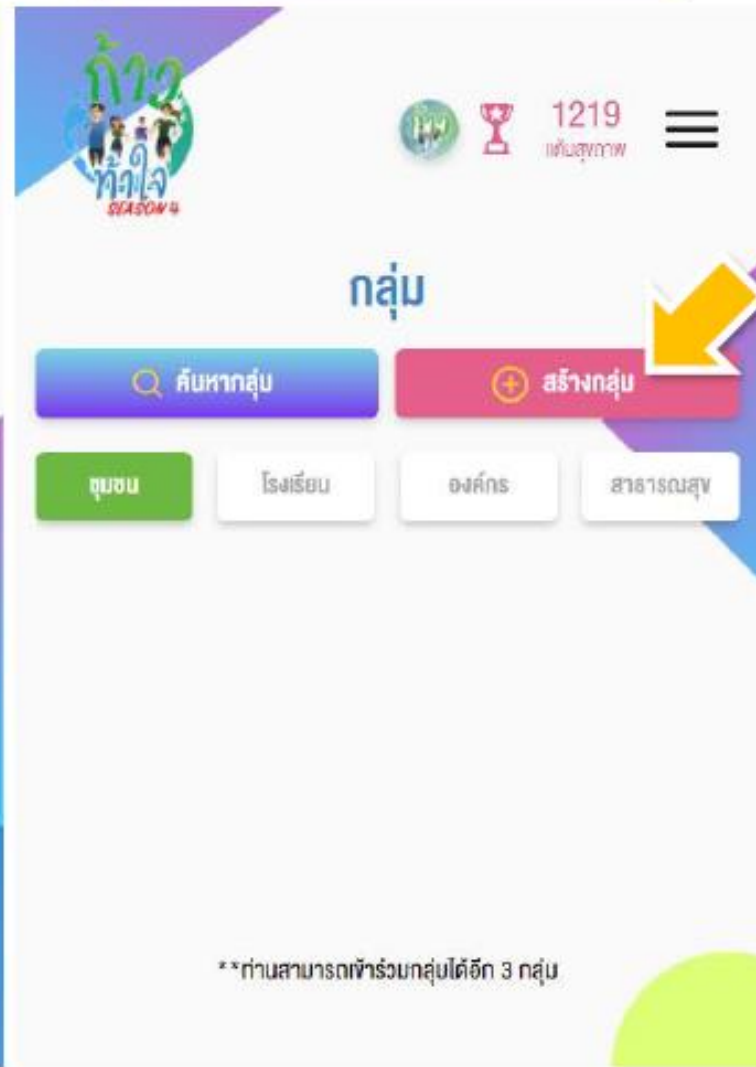
กด บันทึก

การสร้างกลุ่ม

1. กดปุ่ม กลุ่ม



2. กดปุ่ม สร้างกลุ่ม



3. เลือกประเภท โรงเรียน และกรอกข้อมูลให้ครบถ้วน

The screenshot shows the app's screen for creating a group. At the top, there's a logo for 'ก้าวหัวใจ Season 4' and a user profile section with 'LEVEL 0', 'Ebio : 382', and 'นายก้าว ก้าใจ SS4'. Below this, there's a section titled 'สร้างกลุ่ม' (Create Group) with a yellow arrow pointing to the 'โรงเรียน' (School) dropdown menu. The form has the following fields:

- เลือกประเภทกลุ่ม (Select group type): โรงเรียน (School)
- ชื่อกลุ่ม (Group name): โรงเรียนก้าวหัวใจวิทยา
- ข้อมูลติดต่อผู้ดูแล (Contact information): ครูก้าว 099-999-9999 กลุ่มงานพลศึกษา
- คำอธิบายกลุ่ม (Group description): ส่งเสริมสุขภาพนักเรียน
- จำนวนสมาชิกภายในกลุ่ม (Number of members in the group): 0
- Checkbox: ☒ ไม่จำกัด (Unlimited)



ก้าวหัวใจ

Season 4 วัสดุดีใจ

4. ไปที่หน้ากลุ่ม เลือก โรงเรียน แล้วกดที่รูปกลุ่ม



**ท่านสามารถเข้าร่วมกลุ่มได้อีก 2 กลุ่ม

การสร้างกลุ่ม

โรงเรียน



แก้ไขกลุ่ม

สมาชิก



ลำดับที่

3486

อันดับ EXP



ลำดับที่

0

ชื่อ : โรงเรียนก้าวหัวใจวิทยา

รหัสกลุ่ม : 202100006759

ผู้ดูแล : นายก้าว ก้าวใจ SS4

สมาชิก : 1 คน

ติดต่อ : ครูก้าว 099-999-9999 กลุ่มงานพลศึกษา

คำอธิบาย : ส่งเสริมสุขภาพนักเรียน

5. ข้อมูล รหัสกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนค้นหากลุ่ม



การรับนักเรียนเข้ากลุ่ม

1.ไปที่หน้ากลุ่ม เลือก โรงเรียน แล้วกดที่รูปกลุ่ม

2.กด เชิญ / รับ เพื่อนเข้ากลุ่ม

3.กด + เพื่อรับเข้ากลุ่ม หรือ - หากไม่ต้องการให้เข้ากลุ่ม

