

1. ชื่อโครงการ : พัฒนาระบบโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพโรงเรียนสารวิทยา
2. ผู้รับผิดชอบ กลุ่มงานพัฒนาสุขภาพวัยเรียน วัยรุ่น และสถานศึกษา สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง
3. หลักการและเหตุผล:

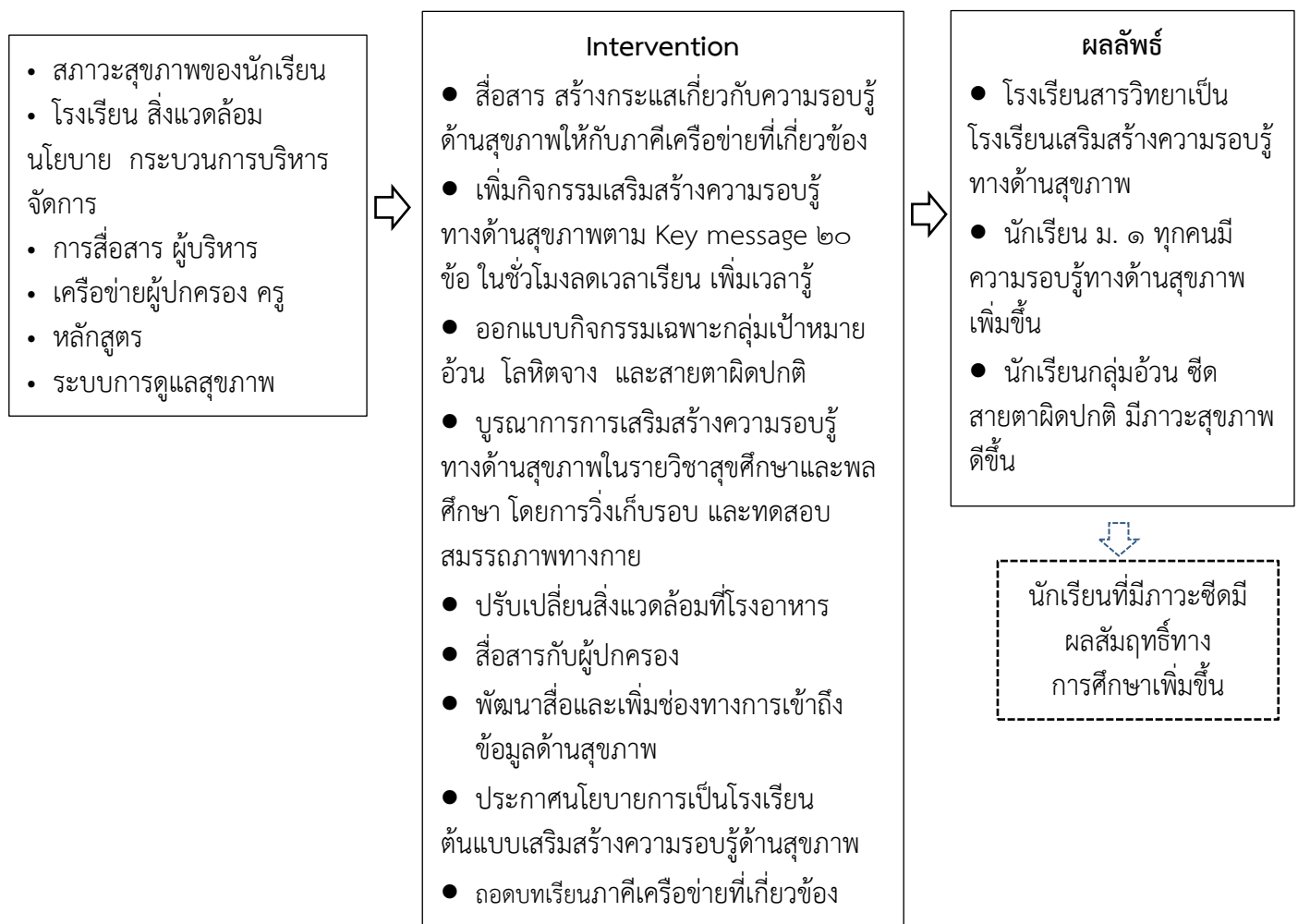
แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564 ได้ยึดหลัก “ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” “การพัฒนาที่ยั่งยืน” และ “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องเตรียมพร้อมด้านกำลังคนและเสริมสร้างศักยภาพของประชากรในทุกช่วงวัยให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ มีความรู้คู่ปัญญา และมีความพร้อมที่จะพัฒนาตนให้สอดคล้องกับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ซึ่งการเตรียมคนและพัฒนาให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ มีความจำเป็นอย่างยิ่งต้องสร้างให้คนมีความรอบรู้ทางด้านสุขภาพ และมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพ โดยมีเป้าหมายให้บุคคลมีร่างกาย และจิตใจที่สมบูรณ์ (แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564) การสร้างเสริมสุขภาพประชากรที่ผ่านมาด้วยโครงการ กิจกรรม และการสื่อสารหลากหลายรูปแบบนั้น พบว่ายังไม่เพียงพอต่อการมีสุขภาพที่ดีของประชาชน ดังจะเห็นได้จากผลลัพธ์ด้านสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์ จากการสำรวจประชากรกรุงเทพมหานคร ในปี 2553 จำนวน 8.3 ล้านคน พบว่า เด็กวัยเรียน วัยรุ่น และเยาวชน (6-24 ปี) มีน้ำหนักอ้วนมากกว่าภาคอื่น ๆ และมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้ จากการสำรวจของสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย ยังพบว่า อัตราการคลอดของหญิงอายุ 10-14 ปี ต่อประชากรหญิง 10-14 ปี 1000 คน มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ตั้งแต่ปี 2546 จากร้อยละ 0.7 และเพิ่มสูงสุดเป็นร้อยละ 1.8 ในปี 2555 และลดลงเล็กน้อยในปี 2558 เหลือร้อยละ 1.5 การจะทำให้ประชากรรับรู้ และตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงสุขภาพของตนเอง ต้องมีการส่งเสริมสุขภาพของตนเอง เรียนรู้ที่จะเอาใจใส่ ดูแลและเข้าหาบริการและข้อมูลสุขภาพอย่างเหมาะสม มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลสุขภาพของตนเองกับผู้อื่นอย่างถูกต้องและเข้าใจ สามารถคาดการณ์ความเสี่ยงด้านสุขภาพของตนเอง และกำหนดเป้าหมายในการดูแลสุขภาพด้วยตนเองได้ เพื่อการมีสุขภาพที่ดีแบบไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นเพียงฝ่ายเดียว ส่งผลให้สามารถจัดการสุขภาพตนเองและครอบครัวได้อย่างเหมาะสมต่อไป จากการศึกษาสภาวะสุขภาพของเด็กนักเรียน พฤติกรรมและการใช้ชีวิตและปัจจัยด้านโรงเรียนในช่วงเดือนกรกฎาคม ถึงเดือนตุลาคม 2560 โดยนำข้อมูลผลการตรวจสุขภาพของเด็กชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสารวิทยา ทั้งหมด 12 ห้อง จำนวน 434 คน นำข้อมูลมาวิเคราะห์ และสำรวจเพิ่มเติม โดยการสุ่มสัมภาษณ์เชิงลึกตัวแทนนักเรียน และตรวจคัดกรองภาวะสุขภาพ พบว่า นักเรียนมีภาวะสายตาสั้นร้อยละ 40.8 น้ำหนักเกินร้อยละ 15.3 และมีภาวะโลหิตจาง ร้อยละ 2.5 เด็กนักเรียนมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะสุขภาพดังกล่าวและอาจกระทบต่อผลการเรียนรู้ของเด็ก คือ การไม่รับประทานอาหารเช้า เล่นมือถือเกิน 2 ชั่วโมงต่อวัน ไม่ค่อยออกกำลังกาย และไม่เคยได้รับยาเสริมธาตุเหล็ก วิตามินซี โยเกิร์ต และสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี และส่งเสริมความรู้ คือ สนับสนุนการเรียนรู้ และมีการพัฒนาทักษะ เพื่อให้เกิดการมีสุขภาพดี หลักสูตรที่เกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็นวิชาพลศึกษา และสุขศึกษาที่สอนเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพก็ตามแต่ก็ยังไม่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนได้ ห้องปฐมพยาบาลและครูพยาบาล ไม่มีระบบการดูแลที่ชัดเจน นั่นคือโดยภาพรวมที่ได้ จากข้อมูลดังกล่าวได้นำไปสู่การปรึกษาหารือร่วมกันระหว่างผู้บริหารโรงเรียนและสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง จนได้ร่างโครงการความร่วมมือพัฒนาระบบโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพ ในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 เนื่องจากเป็นช่วงชั้นที่เข้ามาในสถานศึกษาใหม่จะเปิดรับสิ่งที่เข้ามาใหม่ได้ง่ายและเป็นกลุ่มที่ผู้ปกครองให้ความสนใจต่อนักเรียนมากกว่าชั้นปีอื่นๆสามารถสื่อสารและประสานความร่วมมือได้ง่าย และพัฒนาต่อไปยังชั้นอื่นๆ ได้ต่อเนื่อง และร่วมกันกำหนดประเด็นการสื่อสารหลัก (key message) เฉพาะกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รวม 20 ประเด็นสำคัญ ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้ปกครอง ครู และผู้บริหารโรงเรียนต้องรู้ เข้าถึงข้อมูลและบริการ ทำความเข้าใจ ซักถามพูดคุยเรียนรู้กัน และตัดสินใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อม (Health literacy) ให้เด็กสุขภาพดี นำไปสู่การออกแบบกระบวนการและกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพเกี่ยวกับพฤติกรรมรับประทานอาหารเช้า พฤติกรรมออกกำลังกาย พฤติกรรมลดเครียด การป้องกันสายตาสั้นต้อกระจก และการป้องกันภาวะซึมเศร้า โดยความร่วมมือในการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อนักเรียนในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพดังกล่าวของเด็กจากทางสถาบันฯ ผู้ปกครอง โรงเรียน และนำร่าง

โครงการ และประเด็น Key message ที่สำคัญ ให้บุคลากรของสถานศึกษา ตัวแทนผู้ปกครอง และผู้เกี่ยวข้อง ต่างๆ เข้าถึงข้อมูลสภาวะสุขภาพ พฤติกรรมและวิถีของเด็ก โดยการประชุมปรึกษาหารือ ปรึกษา ให้ข้อเสนอแนะ โครงการ ปรับโครงการจนเป็นที่เข้าใจร่วมกัน และร่วมกันตัดสินใจจนได้แนวทางการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน โดยข้อสรุปที่สำคัญ คือ การดำเนินการแบบบูรณาการทุกส่วนที่เกี่ยวข้อง คือ นักเรียน ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และสถาบันพัฒนาสภาวะเขตเมืองเป็นผู้สนับสนุนด้านวิชาการ และการบริการด้านสุขภาพ จนเกิดข้อตกลงการ ดำเนินโครงการร่วมกันระหว่างโรงเรียนสารวิทยา และสถาบันพัฒนาสภาวะเขตเมือง โดยกำหนดกิจกรรมแรก คือ เปิดตัวโครงการและสร้างความเข้าใจแก่ผู้ปกครองและนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนและบุคลากรในองค์กรมีความรอบรู้สุขภาพ พัฒนาความสามารถในการเข้าถึง เข้าใจ ค้นหาข้อมูล การปฏิบัติตัว เพื่อให้มีสุขภาพดี ที่จะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตด้านต่าง ๆ และเกิดเป็นต้นแบบโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพต่อไป

4. วัตถุประสงค์:

1. พัฒนาต้นแบบโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพของนักเรียน
2. เสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพด้านภาวะโภชนาการ ภาวะชีด และสายตาคิดปกติ ในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสารวิทยา

กรอบแนวคิดการทำงาน



เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินงาน

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินงาน
2. ข้อมูลและทักษะสำคัญและจำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 20 ข้อ
(Tailor key message)
3. ข้อมูลที่สำคัญในการปฏิบัติตัวสำหรับนักเรียนและผู้ปกครอง กลุ่มอ้วน โลหิตจาง และสายตาสั้น
4. แบบสัมภาษณ์เชิงลึก
5. แบบสอบถามนักเรียน /ผู้ปกครอง
6. แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
7. กรู๊ปไลน์
8. กลุ่ม “Strong Teen” สำหรับนักเรียนกลุ่มซิด
9. กลุ่ม “Smart Teen” สำหรับนักเรียนกลุ่มอ้วน
10. กลุ่ม “Smart Teen” สำหรับนักเรียนกลุ่มสายตาสั้น
11. แพนเพลสบูค ชื่อ “Said แซ่บ ้วยทิน”
12. สมุดบันทึกสุขภาพนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
13. แบบประเมินไอคิวนักเรียน ชื่อ “The Standard Progressive Matrices - Parallel Version”
14. ชุดคัดกรองและบริหารสายตา

กิจกรรมดำเนินงานและผลการดำเนินงานจำแนกตามกิจกรรม

กิจกรรม	ผลลัพธ์
สร้างสัมพันธภาพ ประสานความร่วมมือ โดยทำ PPT เสนอสิ่งที่โรงเรียนจะได้จากการทำโครงการ โดยประสานความร่วมมือกับรองผู้อำนวยการโรงเรียนผู้รับผิดชอบด้านสุขภาพนักเรียนกับครูห้องพยาบาล 	โรงเรียนสนใจทำโครงการเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพสุขภาพนักเรียน ม.1 ร่วมกัน แต่ข้อมูลยังไม่เพียงพอ
วิทยากรเพิ่มเติมแนวคิดทักษะการเรียนรู้กลุ่มเป้าหมาย โดยทบทวนข้อมูลที่มีอยู่ในปัจจุบัน แนวคิดในการศึกษาความเป็นไปได้ของการทำโครงการ(feasibility study) และวิธีศึกษากลุ่มเป้าหมายในทุกมิติ โดยการเดินสำรวจสังเกตวิถีชีวิตในโรงเรียน แผนผัง สิ่งแวดล้อม สัมภาษณ์พูดคุยกับบุคลากร นักเรียนและผู้ปกครอง ตามสิ่งที่เกิดขึ้นจริงในโรงเรียนและอื่นๆที่เกิดขึ้นขณะเดินสำรวจและบันทึกข้อมูลทุกอย่างที่พบ	แนวคิดในการศึกษาความเป็นไปได้ของการทำโครงการ (feasibility study) และวิธีศึกษากลุ่มเป้าหมายในทุกมิติ แนวคิดวิเคราะห์ข้อมูลในกรอบของ Social determinant of health
คณะทำงานโรงเรียนและสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองร่วมเดินสำรวจข้อมูลทั่วไป แผนผัง สิ่งแวดล้อมของโรงเรียนเบื้องต้น	- สิ่งแวดล้อมทั่วไปโรงเรียน - ทีมได้เรียนรู้วิถีชีวิตในโรงเรียนของกลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรม	ผลลัพธ์
	- แผนผังโรงเรียน - ทุนสังคม เช่น โรงอาหารห้องอาหาร สนามกีฬา ห้องพยาบาล ระบบการดูแลคุณภาพของนักเรียน
ประชุมทบทวนข้อมูลที่มีจากการได้เรียนรู้จากการสำรวจและร่วมวางแผนหาข้อมูลเพิ่มเติมที่จำเป็นในการนำมาวางแผนการดำเนินงานให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย	แผนปฏิบัติการเรียนรู้กลุ่มเป้าหมาย
ร่วมศึกษาสถานการณ์สุขภาพนักเรียน พฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยทางสังคมกำหนดพฤติกรรมสุขภาพและวิเคราะห์ข้อมูล - ข้อมูลตรวจสอบสุขภาพประจำปี - ข้อมูลจากแบบสอบถาม - สุ่มสัมภาษณ์ตัวแทนนักเรียน - ตรวจคัดกรองภาวะโลหิตจาง 	-สถานการณ์สุขภาพนักเรียนม.1 พฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยทางสังคมกำหนดพฤติกรรมสุขภาพ -ทุนมนุษย์ ครูพละ ครูสุศึกษา ครูหัวหน้าระดับม.1
ประชุมวิเคราะห์ผลการศึกษาศึกษาสถานการณ์สุขภาพนักเรียน พฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยทางสังคมกำหนดพฤติกรรมสุขภาพ ร่วมกำหนดประเด็นสื่อสารสำคัญสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และผู้ปกครอง (Key message) และแลกเปลี่ยนแนวทางการดำเนินระหว่าง	- ร่าง แนวทางการดำเนินกิจกรรมโครงการฯ โดยแบ่งบทบาทความรับผิดชอบของโรงเรียน ผู้ปกครองนักเรียน และสถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง -(ร่าง)ประเด็นสื่อสารสำคัญสำหรับนักเรียนชั้น

กิจกรรม	ผลลัพธ์
คณะกรรมการของโรงเรียนสารวิทยาและสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง 	มัธยมศึกษาปีที่ 1 และผู้ปกครอง (Key message) - แบบประเมินความรอบรู้สุขภาพ
ประชุมแลกเปลี่ยนจัดทำ(ร่าง)โครงการระหว่างครูระดับ ม. 1 ของโรงเรียนสารวิทยา คณะทำงานของโรงเรียนและ คณะทำงานสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองสนับสนุน ข้อมูลด้านสุขภาพ 	(ร่าง)โครงการพัฒนาต้นแบบโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพ
โรงเรียนดำเนินการจัดประชุมแลกเปลี่ยนเพื่อหาแนวทางการดำเนินกิจกรรมระหว่างตัวแทนผู้ปกครองระดับชั้น ม.1 ผู้ที่เกี่ยวข้องอื่นๆ ผู้บริหารและคณะกรรมการของโรงเรียนโดยผู้บริหารและคณะกรรมการของสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ให้ข้อมูลด้านสุขภาพเพิ่มเติม 	● โครงการพัฒนาต้นแบบโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพ ● ทูตมนุษย แก่นนำผู้ปกครองผู้ปกครอง ● การมีส่วนร่วมของ ภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ● สะท้อนให้เห็นถึง สภาพปัญหาของตนเอง
ประชุมชี้แจงการดำเนินกิจกรรมโครงการฯ และสร้างความเข้าใจเรื่องความรอบรู้สุขภาพแก่ผู้ปกครองและนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พร้อมพิธีลงนามความร่วมมือ(MOU) การดำเนินโครงการร่วมของโรงเรียนสารวิทยาและสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง (V4) - ประชุมทีมเพื่อเตรียมความพร้อมในการจัดกิจกรรม และประสานในการจัดกิจกรรมตามบทบาทและประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน - โรงเรียนสารวิทยาประสานผู้ปกครองและนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมและอำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรม	- การลงนามความร่วมมือโครงการระหว่างโรงเรียนสารวิทยาและสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง - การสร้างความเข้าใจแก่ผู้ปกครองและนักเรียน จำนวนผู้ปกครองนักเรียน ครู ที่เข้าร่วมประชุม จำนวน 871 คน แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน 1 ชุด - วิทยากร 1 คน คือ รองศาสตราจารย์นายแพทย์พงษ์ศักดิ์ น้อยพยัคฆ์ กุมารแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการและพฤติกรรม หัวหน้าภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช ให้ความรู้ในหัวข้อเรื่อง “แข็งแรง ฉลาด สดใส ด้วยหัวใจรอบรู้สุขภาพ”

กิจกรรม	ผลลัพธ์
- สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับจังหวัด สนับสนุนวิทยากร จัดกระบวนการส่งเสริมความรู้ตามV-shape และจัดบูธนิทรรศการ สื่อเสริมสร้างความรอบรู้ให้แก่ผู้ปกครองและนักเรียนที่มาร่วมงาน   	- สื่อนิทรรศการ 7 เรื่อง คือ ● ธงโภชนาการ ● วัยรุ่นเท่าได้อย่างไร ● ถอดรหัสสมการ 3 อ. ● การนอนหลับอย่างเพียงพอ ● Body Mass Index ● สายตาคือหน้าต่างของหัวใจ ● บอกรักผ่านช่องปาก - สื่อที่แจก HLO - ผลการประเมิน (pretest)
กระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้ป้องกันภาวะโลหิตจาง  	นักเรียนได้รับข้อมูลเกี่ยวกับ วิธีปฏิบัติตัวและตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันภาวะโลหิตจางในเด็กวัยเรียน มีการโต้ตอบซักถาม เพื่อนำไปสู่การตัดสินใจ
กระบวนการสร้างแรงจูงใจเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพ  	นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการดูแลสุขภาพ
กระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้เท่าทันสื่อ	นักเรียนรู้เท่าทันข้อมูลจากสื่อ โซเชียลมีเดีย

กิจกรรม	ผลลัพธ์
	
กระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้กิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ 	นักเรียนได้เรียนรู้ และเข้าใจเกี่ยวกับการออกกำลังกายทางกายที่ถูกต้อง และอยากนำไปปฏิบัติเองได้ถูกต้อง
กระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้การดูแลสุขภาพช่องปากและฟัน 	นักเรียนรู้และเข้าใจวิธีการดูแลช่องปากและฟัน ตัดสินใจนำไปปฏิบัติต่อ
กระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้การดูแลสุขภาพตา 	นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ วิธีดูแลสุขภาพตา ชักถามสิ่งที่สงสัย ตระหนักถึงความสำคัญสามารถนำไปปฏิบัติได้
กระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้การอ่านฉลากโภชนาการ แก่แก่นำนักเรียนห้องละ 5 คน 	ทุนมนุษย์ แก่นำนักเรียนห้องละ 5 คน
- ส่งเสริมให้นักเรียนเพิ่มกิจกรรมทางกาย โดยให้	ผลการประเมินสมรรถนะนักเรียนหลังร่วมกิจกรรม

กิจกรรม	ผลลัพธ์
นักเรียนวิ่งเก็บรอบ 400 เมตร/รอบ 50 รอบ โดยมี คะแนนจิตพิสัย ให้คนที่วิ่งครบ  - ประเมินสมรรถนะนักเรียนก่อนและหลังร่วมกิจกรรมวิ่ง เก็บรอบ 	
จัดทำสื่อประชาสัมพันธ์เสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพใน โรงอาหาร 	

กิจกรรม	ผลลัพธ์
กิจกรรมในกลุ่มเริ่มอ่านและอ่าน ครั้งที่ 1 ประเมินความเสี่ยงตามแบบฟอร์มคัดกรองเด็กอ่านและเริ่มอ่าน พร้อมแนะนำความรู้และส่ง ใบความรู้ การปฏิบัติตัวสำหรับการลดน้ำหนัก และตั้งกรุ๊ป Line Smart Teen สื่อสารภายในกลุ่ม แจ้งข้อมูลผลการตรวจแก่ผู้ปกครองในรายที่ผิดปกติ ครั้งที่ 2 ประเมินความดันโลหิตซ้ำเฉพาะกลุ่มที่มีความดันโลหิตสูงครั้งแรก 54 ราย กระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้การดูแลสุขภาพเมื่อมีความดันสูงในโรงเรียน เขียนใบแจ้งผู้ปกครองเพื่อให้ได้รับการดูแลเพิ่มตามสิทธิ์การรักษาส่งต่อทั้งหมด 18 ราย ครั้งที่ 3 ประเมินน้ำหนักหลังร่วมกิจกรรม 1 เดือน และร่วมกระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้สำหรับนักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ่าน  ครั้งที่ 4 ประเมินน้ำหนักหลังจากครั้งแรก 2 เดือนและสุ่มสัมภาษณ์ประเมินผล 	1.นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมครั้งที่ 1 102 ราย คิดเป็นร้อยละ92.7 2. นักเรียนที่เคยประเมินครั้งที่ 1 เข้าร่วมประเมินซ้ำครั้งที่ 2 จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 59.8 + มีน้ำหนักเพิ่มขึ้น 26 ราย ร้อยละ 42.6 + มีน้ำหนักลดลง 32 ราย ร้อยละ 52.5 + น้ำหนักเท่าเดิม 3 ราย ร้อยละ 4.9

กิจกรรม	ผลลัพธ์
กิจกรรมกลุ่มภาวะโลหิตจาง ครั้งที่ 1 ตรวจคัดกรองภาวะโลหิตจางในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่สมัครใจ  ครั้งที่ 2 เสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพภาวะโลหิตจาง เริ่มให้ยาเสริมธาตุเหล็ก วันละ 1 เม็ดติดต่อกัน นาน 90 วัน และประเมินผลความสามารถด้านการเรียนรู้ก่อนรับยา  ครั้งที่ 3 ประเมินภาวะโลหิตจางโดยตรวจ CBC และประเมินการกินยาเสริมธาตุเหล็กหลังเริ่มรับยา 1 เดือน 	จำนวนนักเรียนที่มีภาวะโลหิตจางและเสี่ยงต่อการเกิดภาวะโลหิตจาง(Het<38%) จำนวนทั้งสิ้น 35 คน รับยาเสริมธาตุเหล็ก 90 เม็ด โดยแนะนำให้กินทุกวัน วันละ 1 เม็ดจนยาหมด และเข้ารับการประเมินหลังกินยา 34 คน คิดเป็นร้อยละ 97.1 การกินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก 1. นักเรียนที่กินยาครบ 90 เม็ด มีจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 26.5 2. นักเรียนที่กินยาไม่ครบ 90 เม็ด มีจำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 73.5 สาเหตุที่กินยาไม่ครบ มากกว่าร้อยละ 50 คือ ลืมกิน นอกจากนั้นมีอาการข้างเคียงของยา เช่น เวียนศีรษะ ปวดท้องคลื่นไส้หลังกินยา กินยาแล้วน้ำหนักขึ้นจึงหยุดกิน และทำยาหาย 3. การเกิดอาการที่มีผลต่อการเรียนรู้หลังกินยาเสริมธาตุเหล็ก - อาการเปลี่ยนแปลงตามลำดับที่เกิดจากมากไปน้อย คือ มีสมาธิมากขึ้น เหนื่อยง่ายลดลง เบื่ออาหารลดลง กระตือรือร้นการเรียนรู้เพิ่มขึ้นและอาการเฉื่อยชาลดลง - ไม่มีอาการเปลี่ยนแปลงที่มีผลต่อการเรียนรู้ใดๆเลย จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 41.2

กิจกรรม	ผลลัพธ์
กิจกรรมกลุ่มสายตาผิดปกติ ครั้งที่ 1 จัดกระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้ดูแลสายตาผิดปกติ และประเมินสายตาด้วย Snellen chart  ครั้งที่ 2 จัดมุมบริหารสายตาที่อาคารพยาบาล และชักชวนให้นักเรียนให้ไปฝึกบริหารสายตาให้ได้ครบ 15 ครั้งพร้อมอาจารย์ห้องพยาบาลบันทึกการเข้าบริหารสายตาในทะเบียนทุกครั้ง 	1).นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 35.6 จากการประเมินภาวะสายตา นักเรียนที่เข้าร่วมประเมินทั้ง 2 ครั้งจำนวน 45คน 1. ภาวะสายตาดีขึ้น จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ80 % 2. ภาวะสายตาผิดปกติมากกว่าเดิมจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 4.4 3. ภาวะสายตาเท่าเดิม จำนวน7 คน คิดเป็นร้อยละ15.5 2)ในกลุ่มนี้ พบ มีภาวะสายตาสั้นเทียม 18 คน คิดเป็นร้อยละ 40
ครั้งที่ 3 ประเมินสายตาซ้ำด้วยSnellen chart และประเมินความสนใจเข้ามาบริหารสายตาที่ ห้องพยาบาล สุ่มสัมภาษณ์ประเมินผล 	

กิจกรรม	ผลลัพธ์
กิจกรรมมอบรางวัลโรงเรียนและนักเรียนต้นแบบ และส่งเสริมกีฬาไทยพื้นบ้าน       	- โรงเรียนสารະประกาศิตเป็นโรงเรียนต้นแบบรอบรู้สุขภาพ - มอบรางวัลนักเรียนต้นแบบรอบรู้สุขภาพในกลุ่มทั่วไป ,กลุ่มอ้วน ,กลุ่มโลหิตจางและกลุ่มสายตาสั้น
คณะกรรมการโรงเรียนสารวิทยาและสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ร่วมประชุมสรุปและวิเคราะห์ผลการดำเนินงาน  	- สรุปผลการประเมิน องค์การรอบรู้สุขภาพโรงเรียนสารวิทยา - สรุปผลการประเมินความรอบรู้สุขภาพนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อน และหลังร่วมกิจกรรม - ผลการประเมินสมรรถนะนักเรียนก่อนและหลังร่วมโครงการ

กิจกรรม	ผลลัพธ์
ประชุม แลกเปลี่ยนเรียนรู้การดำเนินงานโรงเรียน เสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพ โรงเรียนสารวิทยา 	สรุปประเด็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดำเนินงาน โรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพ โรงเรียนสารวิทยา

สรุปกระบวนการดำเนินงานเพื่อเป็นองค์กรแห่งความรู้ด้านสุขภาพ

กระบวนการ	ผลลัพธ์
1. Grandtour ดูนคนและสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน	- รายงานความเป็นไปได้ของการทำโครงการ (feasibility study) - แผนผังโรงเรียน
2. ค้นหาทุนมนุษย์ ทุนทางสังคม - นโยบายการดูแลสุขภาพนักเรียน - สถานที่ที่ส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกาย - สถานที่จำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มในโรงเรียน - ผู้ประกอบการอาหารและเครื่องดื่มในโรงเรียน	- ทุนสังคม เช่น โรงอาหารห้องอาหาร สนามกีฬา ห้องพยาบาล ระบบการดูแลสุขภาพของนักเรียน - ทุนมนุษย์ ครูพละ ครูสุขศึกษา ครูหัวหน้าระดับม.1 และตัวแทนนักเรียน ห้องละ 5 คน - แกนนำผู้ปกครองผู้ปกครอง
3. ค้นหาคนที่มีความรอบรู้สุขภาพตาม V Shape - สัมภาษณ์ตัวแทนนักเรียน - ประเมินความรอบรู้สุขภาพก่อนร่วมกิจกรรม	- ผลการประเมินความรอบรู้สุขภาพก่อนร่วมกิจกรรม
4. กระตุ้นการมีส่วนร่วม ด้วยแบบประเมิน HLO และข้อมูลอื่นๆที่เกี่ยวข้อง เช่น ภาวะสุขภาพนักเรียน วิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ สิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	- ผลการประเมินHLO - สรุปสถานการณ์สุขภาพนักเรียนม.1 - รายงานพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนและปัจจัยสังคมกำหนดสุขภาพ
5. ตัดสินใจร่วมกันว่าจะทำอะไร - ประชุมทบทวนข้อมูลที่มีจากการได้เรียนรู้จากการสำรวจและร่วมวางแผนหาข้อมูลเพิ่มเติมที่จำเป็นในการนำมาวางแผนการดำเนินงานให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย - ร่วมศึกษาสถานการณ์สุขภาพนักเรียน พฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยทางสังคมกำหนดพฤติกรรมสุขภาพและวิเคราะห์ข้อมูล - ประชุมวิเคราะห์ผลการศึกษาศักยภาพนักเรียน พฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยทางสังคมกำหนดพฤติกรรมสุขภาพ ร่วมกำหนดประเด็นสื่อสารสำคัญสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และผู้ปกครอง (Key message) และแลกเปลี่ยนแนวทางการ	- ร่าง แนวทางการดำเนินกิจกรรมโครงการฯ โดยแบ่งบทบาทความรับผิดชอบของโรงเรียน ผู้ปกครอง นักเรียน และสถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง - ประเด็นสื่อสารสำคัญสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และผู้ปกครอง (Key message) - แบบประเมินความรอบรู้สุขภาพตาม Key message

กระบวนการ	ผลลัพธ์
ดำเนินระหว่างคณะทำงานของโรงเรียนสารวิทยาและสถาบันพัฒนา สุภาพะเขตเมือง	
6.จัดทำกลไกการทำงานร่วมกัน - ประชุมแลกเปลี่ยนจัดทำ(ร่าง)โครงการระหว่างครุระดับ ม. 1 ของโรงเรียนสารวิทยา คณะทำงานของโรงเรียนและคณะทำงานสถาบันพัฒนาสุภาพะเขตเมืองสนับสนุนข้อมูลด้านสุภาพ - ประชุมชี้แจงการดำเนินกิจกรรมโครงการฯ และสร้างความเข้าใจเรื่องความรอบรู้สุภาพแก่ผู้ปกครองและนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พร้อมพิธีลงนามความร่วมมือ(MOU) การดำเนินโครงการร่วมของโรงเรียนสารวิทยาและสถาบันพัฒนาสุภาพะเขตเมือง	- โครงการพัฒนาด้านแบบโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุภาพ - จัดหมายข่าวพิธีลงนามความร่วมมือ(MOU) การดำเนินโครงการร่วมของโรงเรียนสารวิทยาและสถาบันพัฒนาสุภาพะเขตเมือง
7.ประเมินการนำนโยบายสู่การปฏิบัติ - ปรับหลักสูตรการเรียนการสอนในชั่วโมงจริยธรรม โดยจัดกระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้สุภาพในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี 1 ทุกคน - เพิ่มกระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้สุภาพนักเรียนในนักเรียนที่มีภาวะอ้วน โลหิตจาง และสายตาสั้นผิดปกติ - ส่งเสริมให้นักเรียนเพิ่มกิจกรรมทางกาย โดยให้นักเรียนวิ่งเก็บรอบ 400 เมตร/รอบ 50 รอบ โดยมีคะแนนจิตพิสัย ให้คนที่วิ่งครบ - สร้างสิ่งแวดล้อมและสื่อให้เอื้อต่อการเสริมสร้างความรอบรู้สุภาพนักเรียน	- รายงานการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในชั่วโมงจริยธรรม - รายงานการจัดกิจกรรมนักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วน - รายงานการจัดกิจกรรมนักเรียนที่มีภาวะโลหิตจาง - รายงานการจัดกิจกรรมนักเรียนที่มีภาวะสายตาสั้นผิดปกติ - ภาพการวิ่งเก็บรอบนักเรียน - ภาพการปรับปรุงสิ่งแวดล้อมและสื่อในโรงเรียน
8.ถอดบทเรียนและสรุปประเมินผลลัพธ์ - ประชุม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ถอดบทเรียนการดำเนินงานโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุภาพ โรงเรียนสารวิทยา - ประเมินความรอบรู้สุภาพนักเรียนก่อนและหลังร่วมกิจกรรมทุกคน - ประเมินน้ำหนักนักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนก่อนและหลังร่วมกิจกรรม - ประเมินความเข้มข้นเม็ดเลือดแดงของนักเรียนที่มีภาวะโลหิตจางก่อนและหลังร่วมกิจกรรม - ประเมินสายตาสั้นนักเรียนที่มีภาวะสายตาสั้นผิดปกติก่อนและหลังร่วมกิจกรรม - ประเมินสมรรถนะนักเรียนก่อนและหลังร่วมกิจกรรมวิ่งเก็บรอบ - การสัมภาษณ์เพื่อประเมินความรอบรู้ด้านสุภาพตาม ระดับ V shape	- สรุปการถอดบทเรียนการดำเนินงานโรงเรียนเสริมสร้างความรอบรู้สุภาพ โรงเรียนสารวิทยา วันที่ 25 เมษายน 2561 - ผลการประเมินความรอบรู้สุภาพนักเรียนก่อนและหลังร่วมกิจกรรมทุกคน - ผลการประเมินน้ำหนักนักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนก่อนและร่วมกิจกรรม - ผลการประเมินสายตาสั้นนักเรียนที่มีภาวะสายตาสั้นผิดปกติก่อนและหลังร่วมกิจกรรม - ผลการประเมินความเข้มข้นเม็ดเลือดแดงของนักเรียนที่มีภาวะโลหิตจางก่อนและหลังร่วมกิจกรรม - รายงานผลการประเมินสมรรถนะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - สรุปการสัมภาษณ์เพื่อประเมินความรอบรู้ด้านสุภาพตาม ระดับ V shape

กระบวนการ	ผลลัพธ์
9.การพัฒนาต่อเนื่อง - จัดตั้งชมรมรอบรู้สุขภาพโรงเรียนสารวิทยา - จัดทำสื่อรอบรู้สุขภาพสื่อสารครอบคลุมทั่วองค์กร - ปรับหลักสูตรการเรียนการสอนในชั่วโมงจริยธรรม โดยจัดกระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพและกระบวนการเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพนักเรียนในนักเรียนที่มีภาวะอ้วน โลหิตจาง และสายตาสั้นผิดปกติในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เข้าใหม่ทุกปี - ส่งเสริมให้นักเรียนเพิ่มกิจกรรมทางกาย โดยให้นักเรียนวิ่งเก็บรอบ 400 เมตร/รอบ 50 รอบ ในหลักสูตรการสอนวิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - จัดประชุมวิชาการ เรื่องการเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพให้แก่ครูทุกระดับในโรงเรียน - จัดประชุมเรื่องการเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพให้แก่ผู้ปกครองนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เข้าใหม่ทุกปี	1.ขับเคลื่อนการเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพในทุกระดับทั้งองค์กร 2.สร้างแกนนำด้านสุขภาพในโรงเรียนที่ยั่งยืน

สิ่งสนับสนุนที่เอื้อต่อการดำเนินงาน

- การสำรวจข้อมูลที่เป็นจริง ในทุกมิติของกลุ่มเป้าหมายก่อนวางแผนกิจกรรม
- ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ครู ผู้ปกครอง ตระหนักถึงความสำคัญและร่วมกันวางแผนในการดำเนินงาน
- ครูและผู้ปกครองตระหนักถึงความสำคัญ ของการเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน

ปัญหาและอุปสรรค

- แผนการดำเนินงานกำหนดขึ้นหลังการจัดแผนการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมจึงไม่สามารถกำหนดเข้าไปในแผนการเรียนการสอน
- ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพที่ถูกต้อง ชัดเจนของคณะทำงานก่อนกำหนดกิจกรรม
- ทักษะการจัดทำสื่อเสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพ ของคณะทำงาน

สิ่งที่ได้

1. Process Innovation

- กระบวนปรับวิธีการในการทำงาน จาก doer เป็น diver
- กระบวนการเรียนรู้กลุ่มเป้าหมายอย่างละเอียดในทุกมิติ นำไปสู่กระบวนการแก้ปัญหาที่เหมาะสมเฉพาะกลุ่มเป้าหมายตามบริบท

2. Product Innovation

- 20 key message(ประเด็นสื่อสารสำคัญสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และผู้ปกครอง 20 ประเด็น)